

VILNIAUS UNIVERSITETAS

Dovilė
PETRONYTĖ-KVEDARAUSKIENĖ

Santykio su autoritetu plėtotė ir narcizmo problema psichoterapijoje

DAKTARO DISERTACIJA

Socialiniai mokslai,
psichologija 06S

VILNIUS 2018

Disertacija rengta 2014–2018 m. Vilniaus universitete
Mokslinį tyrimą rėmė Lietuvos mokslo taryba

Mokslinė vadovė:

Prof. dr. Gražina Gudaitė

(Vilniaus universitetas, socialiniai mokslai, psichologija – 06 S)

TURINYS

PAGRINDINĖS SĄVOKOS	6
ĮVADAS.....	7
1. LITERATŪROS APŽVALGA.....	9
1.1. Psichologinė santykio su autoritetu samprata.....	9
1.1.1. Autoriteto apibrėžimai ir santykio su autoritetu daugiasluoksniškumas.....	9
1.1.2. Santykis su autoritetu asmenybės raidoje.....	13
1.2. Santykio su autoritetu tyrimai po destruktivių totalitarinių režimų	16
1.2.1. Milgram paklusimo autoritetui eksperimentas, jo variacijos ir interpretacijos.....	16
1.2.2. Santykio su autoritetu tyrimai autoritarinį režimą patyrusiose šalyse.....	19
1.3. Santykio su autoritetu raiška ir transformacijos galimybės psichoterapijoje.....	23
1.4. Psichologinė narcizmo samprata	25
1.5. Narcizmo įvertinimo problema ir narcizmo tyrimai.....	28
1.5.1. Narcizmo vertinimo ir diagnozavimo instrumentai.....	28
1.5.2. Neuropsichologiniai ir psichofiziologiniai narcizmo tyrimai	31
1.5.3. Narcizmo psichoterapijos tyrimai.....	32
1.6. Narcizmas psichoterapijoje.....	33
1.7. Santykis su autoritetu narcistiniuose sunkumuose	36
1.7.1. Santykio su autoritetu reikšmė narcizmo etiologijoje	36
1.7.2. Santykio su autoritetu raiška narcistiniuose sunkumuose	39
1.7.3. Santykio su autoritetu dinamikos ir narcizmo transformacijos sąsajos.....	40
1.8. Darbo problema ir mokslinis naujumas.....	41
1.9. Tyrimo tikslai ir uždaviniai.....	43

2. TYRIMO METODIKA.....	44
2.1. Tyrimo strategija.....	44
2.2. Tyrimo dalyviai.....	45
2.2.1. Tyrimo dalyvių atranka ir kvietimas.....	45
2.2.2. Informacija apie tyrimo dalyvius.....	46
2.3. Tyrėja – psichoterapeutė.....	48
2.4. Tyrimo metodai	51
2.5. Tyrimo eiga.....	53
2.6. Duomenų analizė	55
2.6.1. Duomenų transkribavimas.....	55
2.6.2. Temų išskyrimas	56
2.7. Tyrimo kokybės ir etikos užtikrinimas	57
2.8. Tyrėjos refleksijos	59
3. REZULTATAI.....	60
3.1. Santykio su autoritetų figūromis dinamika.....	60
3.1.1. Santykis su autoritetų figūromis psichoterapijos pradžioje ...	62
3.1.2. Santykio su autoritetų figūromis pokyčiai po psichoterapijos metų.....	70
3.2. Vidinio autoriteto dinamika	74
3.2.1. Vidinio autoriteto patyrimas psichoterapijos pradžioje.....	76
3.2.2. Vidinio autoriteto patyrimo pokyčiai po psichoterapijos metų.....	80
3.3. Narcistinių sunkumų ir santykio su autoritetu dinamika	85
3.3.1. Narcistiniai sunkumai, bendrieji pokyčiai ir vidinio autoriteto patyrimo pokyčiai	85
3.3.2. Narcistiniai sunkumai psichoterapijos pradžioje.....	87
3.3.3. Bendrieji pokyčiai po psichoterapijos metų	95
3.3.4. Vyrų ir moterų rezultatų palyginimas.....	98
3.4. Santykis su viršasmeniniu autoritetu ir narcistiniai sunkumai	100
3.4.1. Santykis su viršasmeniniu autoritetu psichoterapijos pradžioje.....	100
3.5. Pokyčius psichoterapijoje skatinantys veiksniai.....	107
3.5.1. Lūkesčiai santykiams ir santykis su psichoterapeute	113
3.5.2. Vidinio autoriteto patyrimo pokyčius skatinantys veiksniai	114

4. REZULTATŲ APTARIMAS	117
4.1. Santykio su autoritetu raiška psichoterapijos pradžioje	117
4.2. Narcistiniai sunkumai psichoterapijos pradžioje	123
4.3. Santykio su autoritetu pokyčiai po psichoterapijos metų	124
4.4. Terapiniai veiksniai	129
4.5. Apibendrinimas: pagrindiniai tyrimo rezultatai ir jų naujumas psichoterapijos tyrimų kontekste	132
4.6. Tyrimo ribotumai ir tolesnių tyrimų galimybės	134
IŠVADOS	136
LITERATŪRA	138
PRIEDAI	150
PADĖKA	155

PAGRINDINĖS SĄVOKOS

Autoritetas – įtakingumas, priskiriamas asmeniui, institucijai, socialinei grupei ar viršasmeninei sričiai. Išskiriami keli įtakingumo aspektai: 1) jėgos arba galios; 2) reputacijos; 3) žinių bei išminties (Dieckmann, 1977).

Santykis su autoritetu - dinamiškas ir individualus žmogaus ryšys su įtakingais asmenimis ar struktūromis: vidinėmis ir išorinėmis. Santykis su autoritetu gali reikšti įvairiomis kognityvinėmis, emocinėmis ir kūno reakcijomis.

Vidinis autoritetas – intrapsichinė struktūra, talpinanti savyje asmens galios, tapatumo, iniciatyvos, vertinimo, gyvenimo krypties ir kūrybos centrą. Vidinis autoriteto lokusas yra priešingas įtakingumo projektavimui į išorines autoriteto figūras.

Viršasmeninis autoritetas – įtakingumas, priskiriamas žmogiško suvokimo ir pažinimo ribas peržengiančiai sričiai.

Narcizmas – problemišką vidinių ir išorinių santykių sistema, siekianti sustiprinti trapų žmogaus savo vertės jausmą ir gauti savęs patvirtinimą (Kohut, 2009; Mc Williams, 2014).

Narcistiniai sunkumai – subjektyviai žmogaus patiriami psichologiniai sunkumai, įtakoti trapios savo vertės jausmo ir siekio jį sustiprinti ar apsaugoti (Jacoby, 2008; Kohut, 2009).

ĮVADAS

Santykis su autoritetu yra svarbus psichosocialinis reiškinys, įtakojantis atskirą asmenį, žmonių grupes ir visą visuomenę. Autoriteto principas išsiskiria kolektyvinėje sąmonėje, žmonių bendruomenės visada turi tam tikrą autoritetą (Bochenski, 2004; Dieckmann, 1977). Nuo santykio su autoritetu patirties kokybės priklauso konkretaus asmens ir visuomenės vystymasis. Visuomenės valdymo sistema ir individualių žmonių subjektyvus autoriteto patyrimas įtakoja vienas kitą (Kohut, 2009; Morselli & Passini, 2011). Manoma, kad santykis su autoritetu kuria pagrindus asmens tapatumo ir vertės jausmui, įgalina gyvenimo prasmės, struktūros ir krypties suvokimą. Santykis su išoriniais autoritetais įtakoja vidinio autoriteto – vertybių sistemos, pasitikėjimo savimi, savo galios jausmo, gebėjimo kurti ir džiaugtis gyvenimu – formavimąsi (Gudaitė, 2014; Jacoby, 2008).

Lietuvoje bei kitose posovietinėse valstybėse santykis su autoritetu yra pažeistas buvusio autoritarinio režimo. Psichologinėje literatūroje nurodoma, kad asmenys, gyvenę sovietinės santvarkos laikais, nepasitiki autoritetu, reaguoja į autoritetą kaip į pavojingą ir priešišką, jo vengia (Gudaitė, 2014, 2016). Autoritarines sąlygas išgyvenusiems žmonėms būdinga baimė, iniciatyvos stoka ir nepasitikėjimas savimi (Gailienė, 2015; Peterson & Luik, 2014). Sovietinėje sistemoje žmogus nebuvo laikytas vertingu savaime. Šia prasme autoritarinis režimas sukūrė tinkamą dirvą narcistiniams sunkumams, kurių ašis – silpnas savo vertės jausmas. Politiniai autoritetai naikino asmens besąlyginę vertę, autentišką tapatumą, žemino jį, leisdami reikštis ir jaustis reikalingu tiek, kiek jis prisitaikė prie beveidės kolektyvinės sistemos ir pakluso diktatui.

Neigiamos autoritarinio režimo pasekmės veikia ne tik tiesiogiai jį patyrusius asmenis, bet ir antros bei trečios kartos palikuonis (Gailienė, 2015; Peterson & Luik, 2014), todėl santykio su autoritetu problema reikšminga dabartinei Lietuvos visuomenei. Įsisąmoninti šią problemą ir atkurti konstruktyvų santykį su autoritetu, o tuo pačiu asmens vertę ir orumą, yra aktuali užduotis siekiant Lietuvos žmonių psichologinės ir socialinės gerovės.

Keičiantis Lietuvos politinei santvarkai, lygiuojantis į vakarietišką demokratiją, svarbu atkreipti dėmesį į mokslininkų pastebėjimus, kad Vakarų kultūrose santykio su autoritetu veiksnys irgi kelia klausimų bei sunkumų (Lasch, 1991; Morselli & Passini, 2011). Individo reikšmės didėjimas bei autoritetų svarbos mažėjimas, nors ir priešingas kolektyvizmui, irgi susijęs su narcizmo problema. Konstruktyvus santykis su autoritetu, prasidedantis nuo ryšio su

tėvais, mokytojais, nusitęsiantis iki sekimo religiniais autoritetais, suponuoja kito – viršesnio, didesnio, įtakingesnio, pripažinimą ir savo ribų suvokimą. Kartu tai įgalina besąlygiškos vertės, gautos iš aukščiau ir atsineštos gimstant, liudijimą (Gudaitė, 2016). Paneigiant autoritetą, nebeieškant santykio su kitu, perdėtai sureikšminant save, iš vienos pusės gresia pasipūtimas, egocentriškumas ir kitų pajungimas savo naudai, iš kitos – skausmingas izoliacijos patyrimas ir menkavertiškumo jausmas (Asper, 1993; McWilliams, 2014). Menkavertiškumą bandoma kompensuoti grandioziniu savęs vaizdu su aukštais standartais bei reikalavimais sau ir kitiems, kurių neįmanoma pasiekti. Kyla nerimas, beprasmybės jausmas, kitos emocinės problemos, nes prarandamas ryšys su tikroju savimi, su kitais ir su tuo, ko siekiama (Pulcini, 2012).

Galiausiai, paneigus tradicines autoritetų formas, vis tiek ieškoma kažko, kas suteiktų saugumą, patvirtintų vertę ir kompetentingai atsakytų į esminius gyvenimo klausimus. Ir Vakarų kultūrose, ir Lietuvoje atsiranda gausybė įvairių gyvenimo mokytojų, guru, religinių sistemų ir dvasinių praktikų. Matome ryškų santykio su autoritetu poreikį (Gudaitė, 2016; Seligman, 2003; Wertz, 2013).

Psichoterapinės pagalbos besikreipiantys žmonės dažnai siekia tiek santykio su autoritetu (šiuo atveju psichoterapeutu), tiek ir pagalbos sprendžiant problemas, kurias įtakoja nestabilus ir trapus savęs vertinimas. Remdamosi psichodinaminės psichoterapijos teorija, keliame prielaidą, kad autoriteto paieška ir savo vertės problema gali būti susijusios, o psichoterapijoje sėkmingai atkuriami santykiai su autoritetu gali reikšmingai palengvinti narcistinius sunkumus (Jacoby, 2008; Kohut, 2009). Paskutiniu metu psichologijoje pripažįstama, kad narcizmas yra nebūtinai kliniškai reikšmingas sutrikimas. Jis mažesniu ar didesniu lygiu būdingas daugeliui šių laikų žmonių (Jacoby, 2008; McWilliams, 2014; Rubinstein, 2014). Taigi nenuostabu, kad psichoterapeuto kabinete jau tampa įprasta sutikti asmenį, besiskundžiantį nerimu ar depresija, susijusiais su menkavertiškumo jausmu, ryšio su savimi ir kitais pradimu, prasmės netekimu ir tuštumos jausmu. Anot psichodinaminės paradigmos autorių, narcistiniai sutrikimai šiuo metu vyrauja psichoterapinėje praktikoje, o jų gydymas yra sunkus ir keliantis daug iššūkių (Diamond, Yeomans, & Levy, 2011; Ronningstam, 2016). Todėl svarbu gilintis į veiksnius, susijusius su narcizmo formavimusi ir narcistinių sunkumų sprendimu bei ieškoti efektyvios psichoterapinės pagalbos būdų. Mūsų tyrimo objektas – santykis su autoritetu, jo raiška ir dinamika psichoterapijoje narcistinių sunkumų bei jų įveikos kontekste.

1. LITERATŪROS APŽVALGA

1.1. Psichologinė santykio su autoritetu samprata

Santykio su autoritetu psichologinė reikšmė iki šiol daugiausiai aprašyta pedagoginėje, organizacinėje ir socialinėje psichologijoje, aptariant lyderio poveikį mokiniams, darbuotojams ar visuomenės grupėms (Diskienė, Marčinskas ir Stankevičienė, 2010; Morselli & Passini, 2011; Tijūnėlienė, 2001, 2006). Klinikinėje psichologijoje santykis su autoritetu mažai nagrinėtas. Pateikdamos kliniškai aktualią santykio su autoritetu sampratą, remiamės psichodinamine paradigma. Joje akcentuojami ne tik išoriniai, bet ir vidiniai žmogaus psichikos santykiai, nuo kurių priklauso asmens raida, asmenybės struktūra ir transformacijos galimybės. Svarbus vaidmuo mūsų tyrime ir literatūros apžvalgoje tenka analitinei psichologijai, kurios autoriai yra pristatę savo idėjas apie santykį su autoritetu kaip vidinės psichinės dinamikos veiksnį (Dieckmann, 1977; Edinger, 1992; Gudaitė, 2016; Wilke, 1977). Siekdamos užpildyti žinių spragas, praplėsti bei pagilinti turimą informaciją, pasitelkiame ir kitų mokslo sričių – filosofijos, kultūrologijos, sociologijos – autorių įžvalgas santykio su autoritetu patyrimo tema.

1.1.1. Autoriteto apibrėžimai ir santykio su autoritetu daugiasluoksniškumas

Psichologijos žodynuose autoritetas apibrėžiamas kaip asmeniui, socialinei grupei ar institucijai priskiriama jėga ir įtakingumas (Psichologijos žodynas, 1993; Reber, 1987; Corsini, 2002). Lietuviškame Psichologijos žodyne (1993) skiriamas formalus ir neformalus – asmeninis – autoritetas. Formalus autoritetas pagrįstas įstatymais, teisės normomis, socialiniu statusu. Asmeninis autoritetas susijęs su žmogaus žiniomis, patirtimi, moralinėmis ir kitomis asmeninėmis savybėmis. Filosofas Bochenski (2004) išskiria „viršesnį“ (deontinį) ir „žinantį“ (episteminį) autoritetą. Analitinės psichologijos autorius Dieckmann (1977), įvardija tris autoriteto aspektus: 1) jėgos arba galios, 2) reputacijos ir 3) žinių bei išminties. Vienas iš trijų aspektų paprastai būna išreikštas daugiau, kiti – mažiau. Formaliame autoritete dažniausiai vyrauja jėga, asmeniniame – reputacija ir/ar išmintis, tačiau įmanomi įvairūs autoriteto savybių deriniai.

Anot Bochenski (2004) ir Dieckmann (1977), žodis „autoritetas“ visada nurodo santykį. Autoritetas susijęs su santykiu, nes autoritetas priklauso nuo tų, kurie jį pripažįsta. Pasak Dieckmann (1977), „autoritetas niekada neegzistuoja kaip objektas savaime – kaip kalnas, kuris yra nepaisant to, ar kas nors yra aplinkui, ar ne“ (p. 231).

Santykio su autoritetu patyrimas laikomas svarbiu žmogaus psichikos raidai ir funkcionavimui. Psichologinėje literatūroje minimi trys lygiai, kuriuose reiškiasi psichiką įtakojantis santykis su autoritetu: *išorinis* (tarpasmeninių santykių), *vidinis*, ir *viršasmėninis* (transcendentinis). Tėvai, reikšmingi giminaičiai ir mokytojai paprastai atlieka išorinių autoriteto figūrų vaidmenį. Santykiai su šiomis figūromis vaikystėje ir paauglystėje turi lemiamą įtaką vidinio autoriteto formavimuisi (Kernberg, 1986a,b; Kohut, 2009) ir santykiui su viršasmėniniu autoritetu (Edinger, 1992). Psichodinaminės teorijos ankstyvuosius santykius su pirmaisiais gyvenime autoritetais – tėvais laiko kritiniais tolesniam psichikos ir asmenybės vystymuisi (Kohut, 2009; McWilliams, 2014). Asmenybės raidą veikia ne tik santykiai su išoriniais asmeniniais autoritetais, bet ir susidūrimai su formaliais: politiniais, instituciniais ir kt. autoritetais. Jie, reguliuodami visuomenės ir atskiro individo gyvenimą, gali daryti įtaką vidinio autoriteto patyrimui ir raiškai bei santykiui su asmeniniais autoritetais (Gudaitė, 2013, 2014b; Kohut, 2009). Formalūs autoritetai gali atstovauti ar atlikti tarpininkų vaidmenį tarp žmogaus ir viršasmėninio autoriteto, o kartais gali užkirsti kelią santykiui su transcendentinės srities autoritetu (Gailienė, 2008; Gudaitė, 2016). Lietuvos ir kitų šalių, patyrusių sovietinę politinę santvarką, studijose apie autoritarinio režimo pasekmes nurodoma, kad vienas destruktiviausių išliekamųjų reiškinių – tai pažeistas visų lygių santykis su autoritetu (Dieckmann, 1977; Gailienė, 2015; Gudaitė, 2014b).

Vidinis autoritetas – tai intrapsichinė struktūra, talpinanti savyje asmens galios, iniciatyvos, krypties, vertinimo, žinojimo ir kūrybos centrą. Vidinis autoritetas įvardintas ir apie jį psichologijoje pradėta kalbėti neseniai. Šio naujo konstrukto atsiradimas ir pirmieji bandymai jį tirti susiję su žmonijos patirta griauančia išorinių autoritetų galia. Vidinis autoritetas gali būti kaip atsvara, kaip galimybė konfrontuoti su išoriniais autoritetais. Vidinis autoriteto lokusas yra priešingas jo projektavimui į išorines autoriteto figūras.

Pačioje psichoanalizės istorijos pradžioje S. Freud kėlė prielaidas apie *superego* struktūrą, kuri tik iš dalies atitinka tai, ką platesne ir gilesne prasme reiškia vidinis autoritetas. Superego apima internalizuotus tėvų reikalavimus, draudimus ir paskatinimus, nurodančius, ko ir kokiais būdais žmogui reikia siekti. Superego – tai vidiniai standartai ir vertybės, kuriais remiantis vertinamas savo ir kitų elgesys. Klasikinėje ir vėlesnėje psichoanalizėje teigiama, kad nuo santykių su pirmaisiais autoritetais priklauso, kaip žmogus kontroliuos savo impulsus ir prisitaikys prie visuomenės reikalavimų, kaip socialiai priimtinais būdais sugebės patenkinti savo poreikius (Brabant, 1994; Ellenberger, 1981). Taigi superego atlieka struktūravimo, vertinimo ir kontrolės

funkcijas. Tačiau vidinis autoritetas yra daugiau nei stabili išbaigta struktūra su aiškiai apibrėžtomis funkcijomis (Gudaitė, 2016). Vidinis autoritetas, anot šiuolaikinių raidos psichologų, yra dinamiška struktūra, besikeičianti ir besiformuojanti visą žmogaus gyvenimą. Jos vystymasis nesibaigia pirmųjų autoritetų reikalavimų ir vertybių internalizavimu. Asmenybės raidos procese priklausomybė nuo išorinių figūrų vadovavimo pamažu keičiasi į gilų atsakomybės už savo elgesį ir savo gyvenimą prisiėmimą, į gebėjimą būti ir jaustis savo gyvenimo autoriumi (Kegan, 1994).

Vidinis autoritetas apima daug funkcijų, bet neapsiriboja funkcijomis. Vidinis autoritetas susijęs su vidinių žmogaus santykių išvystymu. Jo tvirtumas priklauso nuo sąmoningumo savo vidinio gyvenimo atžvilgiu ir nuo ryšio su savo prigimtinėmis duotybėmis (Gudaitė, 2016).

Integruojant įvairių autorių idėjas, vidinį autoritetą galima apibrėžti kaip pasitikėjimą savimi, savigarbą, gebėjimą vertinti ir pripažinti savo mintis, jausmus, nuojautas ir įsitikinimus kaip gerus ir teisingus (Wertz, 2013; Young-Eisendrath & Wiedemann, 1987). Vidinis autoritetas subjektyviai patiriamas kaip įsišaknijimo ir pagrindo turėjimo jausmas (Samuels, 1985). Vidinis autoritetas susijęs su gebėjimu kryptingai ir prasmingai veikti, kurti ir džiaugtis savo gyvenimu, jaustis jo šeimininku bei prisiimti už jį atsakomybę (Jacoby, 2008; Wertz, 2013). Vidinis autoritetas reiškia ir gebėjimą pačiam būti autoritetu, įtakoti bei kontroliuoti situacijas. Vidinis autoritetas įgalina pasipriešinimą destruktvyviai kito įtakai ir konstruktyvų reagavimą į pozityvią kito galią. Pasitikėjimas savimi ir savęs vertinimas nepaneigia kito autoritetingumo, o atvirksčiai, skatina atpažinti ir pripažinti kito viršenybę ir kurti su juo asmenybę brandinantį ryšį (Gudaitė, 2013, 2016).

Analitinėje autoriteto sampratoje pripažįstama ir pabrėžiama viršasmėninė autoriteto prigimtis. Dieckmann (1977) teigia, kad autoritetas – tai gamtai būdingas principas, susijęs su instinktyvia struktūros ir tvarkos jėga. Autoriteto principas įsišaknijęs kolektyvinėje sąmonėje, jis atsinešamas žmogui gimstant. Kadangi žmogus visada susijęs su kitais žmonėmis ir dažniausiai priklauso tam tikrai grupei, jis neišvengiamai susiduria su autoritetais. Tai, kas gamtiška ir instinktyvu, analitinėje psichologijoje visada turi ryšį ir su dvasine sritimi. Todėl autoritetas dažnai siejamas su aukštesne, dieviška formuojančia jėga. Analitiniai autoriai cituoja įvairių kultūrų ir religijų mitus, kuriuose Dievas suteikia formą chaosui ir materijai (Edinger, 1992; Dieckmann, 1977).

Prieš išsamiau aptardamos viršasmėninį santykio su autoritetu lygmenį, kurį analitiniai autoriai laiko tiek vidinio, tiek išorinio santykio su autoritetu pagrindu, turime apibūdinti keletą pagrindinių analitinės psichologijos termi-

nų. Jung teigė, kad žmogaus psichika – daug daugiau nei tik asmeninės patirties rezultatas. Ji susijusi su viršasmenine dimensija, kuri reiškiasi universaliais vaizdiniais ir patyrimo modeliais, dar vadinamais *archetipais*, randamais visose pasaulio religijose ir mituose (Jung, 1951/1978). Jung ir kiti jungiškieji autoriai, aprašydami visybišką, o kartu įvairialypę ir daugiasluoksnę žmogaus psichiką, naudoja *savasties* sąvoką. *Savastis* analitinėje psichologijoje suprantama: 1) kaip asmenybės visuma, apimanti sąmonę ir pasąmonę, asmeninę ir kolektyvinei psichikai priklausančią viršasmeninę dalį; 2) kaip asmenybės centras ir organizuojanti jėga, nukreipianti žmogaus psichikos vystymąsi. Tai gi savastis yra tiek sąmonės, tiek pasąmonės centras. Kita psichikos struktūra – *ego* – analitinėje psichologijoje laikoma sąmonės centru (Jacoby, 2008; Jung, 1951/1978). Anot Edinger (1992), *ego* susijęs su subjektyviu tapatumu, o savastis – su objektyviu asmenybės tapatumu. Autoriaus žodžiais, savastis yra „aukščiausias autoritetas“, kuriam *ego* yra pavaldus (p. 3).

Pasak Jung (1951/1978), žmogaus sąmonės tikslas yra pripažinti savo kilmę iš aukštesnės vienovės, išlaikyti tinkamą pagarbų santykį su ja ir atsaikingai vykdyti jos programą. „Aukštesnė vienovė“, kurią kituose darbuose Jungas vadina „aukštesne valia“ (1961/2010), yra vienas iš galimų savasties atributų, nurodantis viršasmeninę dimensiją, ir siejasi su mūsų nagrinėjamu reiškiniu – autoriteto patyrimu.

Nuo ko priklauso, ar ir kaip žmogus vykdys „aukštesnės vienovės“, „aukštesnės valios“, „aukščiausiojo autoriteto“, t.y. savasties, programą? Naudojant analitinės psichologijos terminus, klausimą galima suformuluoti kitaip: kas lemia *ego* ir savasties ryšį, kaip jis patiriamas? Analitinėje psichologijoje kalbama apie *ego* – *savasties* *ašį*, jos reikšmę žmogaus psichikos sveikatai, formavimosi etapus, ašies tvirtumą lemiančius veiksnius (Asper, 1993; Edinger, 1992; Neumann, 2002).

Anot Edinger (1992), kai *ego* yra sveikas, brandus ir turi pakankamai aiškias ribas, tarp jo ir savasties gali megztis geras ir patikimas ryšys. Pirmoje žmogaus gyvenimo pusėje pagrindinė *ego* užduotis yra atsiskirti nuo savasties ir tokiu būdu save apibrėžti bei išvystyti, o antroje gyvenimo pusėje – susisieti su savastimi. Pats autorius pripažįsta, kad tai labai abstrakti formulė, neatspindinti *ego* ir savasties atsiskyrimo bei susisiejimo cikliškumo ir daugybės pasikartojimų per žmogaus gyvenimą – tiek vaikystėje, tiek brandžiam amžiuje. Tačiau ši formulė pabrėžia, jog tam, kad *ego* susisietų su savastimi, pirmiausia jis turi atsiskirti ir susiformuoti kaip santykinai atskira psichikos struktūra. Stiprus ir vientisas *ego* reiškia atsakomybės jausmą, asmeninių ribų suvokimą, emocijų ir poreikių diferenciaciją, sąmoningumą. Tik pakankamai

susiformavęs ego gali sąmoningai suvokti savo priklausomybę nuo savasties ir kurti su ja ryšį.

Analitinėje literatūroje minimi sveikos ego-savasties ašies, reiškiančios konstruktyvų žmogaus santykį su viršasmeniniu autoritetu, psichologiniai aspektai. Tai nuolankumas prieš aukštesnę jėgą ir savo ribų pripažinimas (Jung, 1951/1978; 1961/2010). Geras ryšys tarp ego ir savasties reiškiasi saugumo, pasitikėjimo savimi ir pasauliu jausmu. Šis ryšys suteikia gyvybingumą, skatina gyvenimiškus interesus, aktyvumą, įgalina prasmės ir tikslo patyrimą. Jis leidžia susisieti su savo tikrąja prigimtimi, kurti bei jaustis savo gyvenimo šeimininku (Edinger, 1992; Jacoby, 2008).

Santykis su viršasmeniniu autoritetu suponuoja vidinio autoriteto sklaidą. O vidinis autoritetas ne atmeta, bet patvirtina ir įgalina ryšį su aukščiausiuju autoritetu. Taigi visos santykio su autoritetu dimensijos: vidinė, tarpasmeninė ir viršasmeninė, yra susijusios ir įtakoja viena kitą. Toliau aptarsime kaip santykio su autoritetu dimensijos reiškiasi asmenybės raidoje.

1.1.2. Santykis su autoritetu asmenybės raidoje

Žmogaus ryšio su savastimi – „aukščiausiuju autoritetu“ – kūrimo procese didelį vaidmenį atlieka asmeninių autoritetų, pirmiausia – tėvų, tarpininkavimas. Anot Edinger (1992), ankstyvoje vaikystėje vaiko ryšys su savastimi tapatus ryšiui su tėvais. Pirmieji autoritetai tėvai, iš pradžių besąlygiškai priimdami, o vėliau keldami adekvačius reikalavimus vaikui, gali reikšmingai pasitarnauti gero vaiko santykio su savastimi kūrimui. Jeigu vaiko santykiai su tėvais ydingi, jie gali lemtingai pažeisti ego – savasties ašį. Tokiu atveju vaiko ryšys su savo prigimtimi ir viršasmeniniu autoritetu bus sutrikęs.

Tėvams vaiko nepriimant ir neatspindint, vaikas jaučiasi pasaulio ir savo gyvenimo centro – savasties – atmetamas. Tokio atmetimo patyrimas pasmerkia jį susvetimėjimo būsenoms: apleistumo, menkavertiškumo ir neturėjimo teisės gyventi jausmui (Edinger, 1992; Jacoby, 2008). Kitas žalingą įtaką ego – savasties ašiai turintis santykių su tėvais modelis yra užsitęsęs besąlygiškas vaiko priėmimas, elgesio ribų stoka, kai vaikui leidžiama viskas, ir jis nepatiria frustracijų bei reikalavimų. Tokiu atveju nesiformuoja adekvačios ego ribos, ego vystymasis stabdomas, tuo pačiu užkertamas kelias susisieti su savastimi (Edinger, 1992).

Ego ribų apibrėžimui tam tikrais gyvenimo momentais reikalingas maištavimas prieš autoritetus, kurį kaip natūralų asmenybės raidos etapą mini analitiniai autoriai. Maištavimas skatina vaiko atsiskyrimą nuo tėvų, savito

tapatumo formavimasi. Nuo rėmimosi išoriniu autoritetu pereinama prie vadovavimosi vidiniu autoritetu (Edinger, 1992; Samuels, 1985). Psichoanalitinis autorius Kohut (2009) nurodo, kad santykiuose su autoritetais neišvengiamas ir reikalingas nusivylimas jais, o kartais ir jų nuvertinimas. Anot autoriaus, tai paskatina atsiskyrimą nuo autoritetų, savo tapatumo suvokimą, savarankiškos vertybių sistemos kūrimą ir savirealizaciją. Taigi santykio su pirmaisiais autoritetais įtaka psichikos raidai priklauso tiek nuo autoritetų elgesio, tiek nuo vaiko aktyvaus dalyvavimo tame santykyje.

Vaiko indėlių į tai, kaip jį įtakos santykiai su pirmaisiais autoritetais, mini ir kiti psichoanalitiniai autoriai. Susiformuotas vaikiškas tėvų įvaizdis dažnai skiriasi nuo realių tėvų – internalizuojami ne tėvai, o tik tam tikri subjektyviai pasąmoningai atrinkti jų moraliniai įsitikinimai ir elgesio stereotipai (Fiscali- ni, 2004; McWilliams, 2014). Raidos psichologas, konstruktyvizmo krypties atstovas Kegan (1982) teigia, kad santykis su autoritetu žmogų veikia priklausomai nuo to, kokią kognityvinę reikšmę ir prasmę jis jam suteikia.

Raidos metu žmogus susiduria su skirtingos lyties autoritetais. Analitinės psichologijos autorius Wilke (1977) teigia, kad autoritetas yra androgeniškas – turi savy ir moteriškų, ir vyriškų, ir motiniškų, ir tėviškų savybių. Kiti autoriai linkę atskirti tėvišką ir motinišką autoritetus arba akcentuoti tik vieną iš jų.

Dieckmann (1977) ir Samuels (1985) pabrėžia išimtinai tėvišką autoriteto kilmę ir tėviškas savybes: jėgą, aktyvumą, drąsą, ryžtą, struktūravimą, moralines vertybes. Tinkamas santykis su tėvu, kai jis emociškai prieinamas ir įkūnija minėtas savybes bei gali būti vaikui pavyzdžiu, skatina tiek vidinio autoriteto formavimąsi, tiek gebėjimą būti autoritetu kitiems, tiek ir gerą santykį su išoriniais autoritetais. Palankus santykis su tėvu kaip autoritetu sudaro sąlygas gerai socialinei adaptacijai, gebėjimui veikti, realizuoti save ir daryti įtaką pasaulyje (Kohut, 2009; Samuels, 1985).

Per mažai jėgos turintis tėvas neužtikrina vaiko saugumo jausmo ir nepakankamai jį stimuliuoja, todėl vaikui gali trūkti valios, energijos ir motyvacijos aktyviai veikti. Viską leidžiantis ir/ar visada padedantis tėvas stabdo vaiko vidinio autoriteto formavimąsi, vaikui trūksta struktūros ir vertybių. Vidinio autoriteto raišką gali trikdyti ir perdėtai griežtas, kritiškas bei baudžiantis tėvas, palikdamas vaiko savitumui, savarankiškumui ir iniciatyvai per mažai erdvės. Nuvertinantis ir jėga piktnaudžiaujantis tėvas kelia baimę ir nesaugumo jausmą, pasaulis vaikui gali atrodyti priešiškas, todėl vaiko socialinė adaptacija tampa sunkesnė (Edinger, 1992; Samuels, 1985). Anot analitinių autorių, tėvo vaidmuo reikšmingas vaiko idealų bei vertybių evoliucijoje, tėvo autoritetas siejasi su dvasine sritimi (Dieckmann 1977; Samuels, 1985). Šia-

me kontekste svarbios Kohuto (1977/2009) idėjos apie santykio su tėvu, kaip idealizuojamu objektu, įtaką viršasmeninių tikslų, suteikiančių žmogaus gyvenimui kryptį ir prasmę, formavimuisi.

Analitinės psichologijos atstovės, studijos „Moteriškasis autoritetas“ autorės Young-Eisendrath ir Wiedemann (1987), atkreipia dėmesį į tai, kad moterys yra pirmieji autoritetai žmonių gyvenime. Vėliau, veikiant socializacijos ir kultūriškai nulemtų lyties vaidmenų įtakai, moteriškas autoritetas užleidžia vietą vyriškajam. Autorės kviečia reabilituoti moterišką autoritetą, kuris turi lygiavertę reikšmę psichikos ir savo tapatumo (ypač moterų) raidai, kaip ir vyriškas autoritetas. Gebėjimas kurti santykį, mylėti, priimti ir empatiškai reaguoti į kitą žmogų, dėmesys emociniam patyrimui, harmonijos ir visumos siekis, orientacija į artimą erdvę, globojimas, auginimas ir maitinimas yra kultūriškai „moteriškoms“ priskiriamos savybės (Bieliauskienė, 2014; Samuels, 1985; Young-Eisendrath, Wiedemann, 1987). Šios savybės yra išsąknyjusios Didžiosios Motinos archetipe. Veikiant negatyviam santykio su motina patyrimui, jos gali reikšti kaip naikinimas, santykių griovimas, savarankiškos asmenybės neigimas ir raidos stabdymas (Neumann, 1974). Wilke (1977) teigia, kad būtent galingo pasąmoningo motiniško vaizdinio, negatyvaus, nediferencijuoto, daug erdvės užėmusio motiniško autoriteto veikimas dažnai susijęs su psichosomatiniais simptomais ir depresiškų žmonių liguistu nuolankumu. Nei Wilke, nei kiti jungiški autoriai nekonkretizuoja pozityvaus motiniško autoriteto įtakos psichikai. Remiantis žiniomis apie santykio su motina reikšmę ego – savasties ryšio formavimuisi (Neumann, 2002), galima teigti, kad pozityvi santykio su motinišku autoritetu patirtis įgalina savęs priėmimą, siekimą vystytis, ryšį su jausmais. Tai stiprina ego – savasties ašį, taigi ir santykį su aukščiausiuoju autoritetu, ir vidinį autoritetą.

Neigiama patirtis santykiuose su autoritetais, tiek vyriškais, tiek moteriškais, asmenybės raidoje gali formuoti *autoriteto kompleksą*. *Kompleksas* – tai didelį emocinį krūvį turintis idėjų ir vaizdinių rinkinys, kurio prasminis centras – tam tikras archetipas. Kompleksai, kitaip nei kolektyviniai archetipai, yra nuspalvinti ir remiasi asmenine patirtimi, jų vieta – asmeninėje sąmonėje (Jacoby, 1984; Kast, 1980). Kompleksai yra gana autonomiški, sąmoningos jų kontrolės galimybės ribotos. Tai tarsi atskiros asmenybės, kurių veikimas pasižymi sunkiai valdomu afektų lygiu (Jung, 1934/1977). Analitinėje literatūroje dažniausiai minimi tėvo ir motinos kompleksai, kurių įtaka žmogaus psichikai didžiulė. Tėvo ir motinos kompleksai yra susiję su autoriteto kompleksu, nes tėvas ir motina ankstyvoje vaikystėje neišvengiamai patiriami kaip viršesni, įtakingi ir daugiau išmanantys. Tiesiogiai autoriteto kompleksas

ir jo įtaką asmenybės funkcionavimui pradėti išsamiau nagrinėti neseniai (Gudaitė, 2013, 2016). Wilke (1977) kaip pagrindinį autoriteto komplekso atributą akcentuoja jėgą. Autoriteto kompleksą gali formuoti intensyvus negatyvus patyrimas santykiuose su pirmaisiais autoritetais, motina ir tėvu, turinčiais didelę galią ir įtaką dėl priklausomybės nuo jų. Galimi autoriteto komplekso raiškos būdai yra nekontroliuojamas pyktis, neapykanta, destruktivūs impulsai, visagalybės idėjos ir/ar autoritariškas elgesys. Iš kitos pusės, autoriteto kompleksas gali reikštis kaip bejėgystė ir kraštutinis paklusnumas bei pasidavimas kito valiai (Wilke, 1977). Gudaitė (2013, 2016), analizuodama autoriteto kompleksą kaip sovietinio režimo palikimą, nurodo tokius jo aspektus: nesaugumo jausmą ir grėsmės iš pasaulio laukimą, destruktiviai naudojamą agresiją ir autoagresiją bei savęs ir kitų apgaudinėjimą. Autoriteto kompleksas, anot Gudaitės (2016), trikdo vidinio autoriteto formavimąsi bei raišką ir veikia priešingai nei stiprus vidinis autoritetas. Jis stabdo prigimtinių poreikių ir duotybių realizavimą, įkalina žmogų kovoje su išoriniais autoritetais ir trukdo kurti pasitikėjimo santykį su viršasmeniniu autoritetu.

Taigi autoriteto kompleksas gali būti susijęs tiek su negatyvia patirtimi ankstyvuosiuose santykiuose su tėvais, tiek ir su politine bei kultūrine visuomenės situacija, ypač kai ji žaloja ir traumuoja individų vidinį autoritetą.

Apibendrinusios apžvelgoje literatūroje pateiktą psichologinį autoriteto apibūdinimą, savo darbe autoritetą apibrėžiame kaip įtakingumą, priskiriamą asmeniui, institucijai, socialinei grupei ar viršasmeninei sričiai. Autoriteto įtaka gali būti kelių lygių: jėgos, reputacijos bei kompetencijos. Autoritetas priklauso nuo tų, kurie jį pripažįsta, taigi visada susijęs su santykiu. Santykis su autoritetu mūsų darbe laikomas dinamišku ir specifišku asmens ryšiu su vidinėmis ir išorinėmis autoriteto struktūromis. Santykis su autoritetu gali reikštis įvairiomis kognityvinėmis, emocinėmis ir kūno reakcijomis.

1.2. Santykio su autoritetu tyrimai po destruktivių totalitarinių režimų

1.2.1. Milgram paklusimo autoritetui eksperimentas, jo variacijos ir interpretacijos

Atliekant psichologinių santykio su autoritetu tyrimų paiešką, tarp nedaugelio rezultatų dažniausiai pateikiamas jau klasika tapęs Milgram paklusnumo autoritetui eksperimentas (Milgram, 1963, 1965, 1974). Šio eksperimento idėja iš dalies susijusi ir su mūsų darbo aktualumu – santykis su autoritetu tiriamas siekiant suprasti destruktivių didžiųjų politinių autoritetų poveikį.

Po skaudžių XX a. pasaulinių karų, holokausto ir kitų politinio totalitarizmo sukeltų žiaurių visuomeninių įvykių Yale universiteto psichologas Milgram išskėlė mokslinį klausimą apie paklusimą ir atsisakymą paklusti autoritetui. Jis sukūrė bei įvykdė eksperimentą, kurio metu tyrė žmonių destruktivaus paklusimo autoritetui elgesį: kokiose sąlygose žmogus vykdo autoriteto, liepiančio sukelti skausmą kitam žmogui, nurodymus, o kokiose atsisako juos vykdyti (Milgram, 1963, 1965). Savanoriams dalyviams buvo pranešta, kad jie dalyvauja tyrime, siekiančiame išsiaiškinti bausmių įtaką mokymosi procesui. Jiems duota instrukcija bausti vis stiprėjančiu elektros šoku „mokinį“ kiekvieną kartą, kai šis pateikia neteisingą atsakymą mokymosi užduotyje. Tyrimui vadovavo „eksperimentatorius“, kuris kiekvieną kartą, kai tyrimo dalyvis suabejojavo, ar tęsti tyrimą, patikindavo, kad reikia tęsti arba įsakmiai liepdavo tyrimą tęsti. Eksperimento rezultatai neigiama prasme daugybę kartų pranoko iš anksto apie jį žinojusių lūkesčius, šokiravo net patį eksperimentatorių – dauguma tyrimo dalyvių (pirmoje eksperimento versijoje 65 % visų dalyvavusių) pakluso destruktiviems autoriteto nurodymams. Jie vykdė užduotis iki galo, nors manė, kad savo elgesiu sukelia fizinį skausmą kitam žmogui ir girdėjo bei matė jo kančios signalus (realiai „mokinys“ skausmo nepatyrė, tik įtikinamai atliko savo vaidmenį). Be to, pačių paklūstančių autoritetui tyrimo dalyvių patiriamos emocinės įtampos ir streso lygis, fiksuotas stebint jų neverbalines reakcijas eksperimento metu, buvo labai aukštas (Milgram, 1963, 1965).

Milgram tyrimų rezultatai sukrėtė visuomenę ir socialinių mokslų atstovus. Nors Milgram eksperimento užmanymas ir aktyvus rezultatų viešinimas buvo motyvuotas siekio užbėgti už akių žiaurių pasaulinių įvykių pasikartojimui, tačiau skleidžiama žinia buvo prieštaringa. Iš vienos pusės, Milgram kvietė atkreipti dėmesį į tai, kokia stipri žmogiška tendencija paklusti autoritetui nepaisant savo moralinių įsitikinimų ir vertybių. Taip Milgram tarsi skatino žmones klausyti savo sąžinės, o ne „įteisintų“ autoritetų (Milgram, 1965, 1974). Iš kitos pusės, jo eksperimentai nepaliko vilties, nes žmogaus paklusimą išimtinai susiejo su žmogaus prigimtimi ir situaciniais faktoriais. Taigi žmonijai keliami užduotis klausyti vidinių vertybių, pasak eksperimento rezultatų, viršija žmonių galimybes (Caiazza, 2017; Morselli & Passini, 2011).

Pats Milgram atliko dar daug modifikuotų eksperimento variantų, siekdamas išsiaiškinti, kokie veiksniai didina ar mažina paklusimo destruktiviam autoritetui tendenciją (Milgram, 1965, 1974). Tačiau visos variacijos buvo susijusios su situacinių faktorių keitimu: „mokinio“ ir „eksperimentatoriaus“ – autoriteto fiziniu atstumu nuo tyrimo dalyvio, eksperimento vietos perkėlimu iš prestižinės akademinės institucijos į kitas vietas ir kt.

Mokslininkams kilo klausimai, pirmiausia apie vidinius asmenybinius veiksnius, turėjusius įtakos tam, kad kai kurie garsiojo tyrimo dalyviai visgi nepakluso autoritetui ir nutraukė eksperimentą. Nepaklususių tyrimo dalyvių vidinių motyvų Milgram moksliskai neanalizavo. Trūkstamos žinios negalėjo būti atskleistos, nes Milgram eksperimentai ilgą laiką nebuvo kartojami dėl jų etinio nepriimtino: tyrimo dalyviams buvo pateikiama melaginga informacija ir jiems sukeltas trumpalaikis, o greičiausiai ir ilgai po eksperimento besitęsiantis stresas (Baumrind, 2015; Burger 2009; Caiazza, 2017). Visgi Burger (2009) surado išeitį kaip po beveik 50 metų bent iš dalies pakartoti Milgram eksperimentą, užtikrinant, kad tyrimo dalyviams nebus padaryta psichologinė žala. Gauti panašūs rezultatai – 2006 metais atliktame eksperimente tyrimo dalyvių paklusimas autoritetui buvo tik vos žemesnis nei Milgram laikais. Burger (2009) tyrime jau bandyta atsižvelgti ir į asmenybinius kintamuosius. Vertintas tiriamųjų empatijos lygis ir kontrolės poreikis turėjo tik nedidelę reikšmę tyrimo rezultatams. Burger daro išvadą, kad asmenybės savybės vaidina tam tikrą vaidmenį tiriamųjų reakcijoms į eksperimentinę situaciją, tačiau ryšys tarp asmenybės ir paklusimo lieka neaiškus, o situaciniai faktoriai vis tik turi lemiamą įtaką.

Kiti mokslininkai atliko metaanalizes, nagrinėjo Milgram paliktus kruopščius tyrimo dalyvių pasisakymų aprašymus, kurių pats tyrėjas, interpretuodamas eksperimento rezultatus, nesureikšmino, ar net visai ignoravo. Paaiškėjo, kad daug tyrimo dalyvių, nors nenutraukė eksperimento, bet protestavo garsiai, o tai reiškė didesnę ar mažesnę nepaklusimą destruktiviam autoritetui (Caiazza, 2017; Haslam, Reicher, & Birner, 2014). Be to, ne visi „eksperimentatoriaus“ – autoriteto raginimai tęsti eksperimentą veikė vienodai efektyviai. Haslam ir kiti (2014) atliko tyrimą, kuriame ragino dalyvius tęsti nemalonią užduotį, naudodami skirtingas Milgramo tyrimų „eksperimentatoriaus“ – autoriteto formuluotes. Pasirodė, kad tyrimo dalyvių eksperimento atlikimą iki galo (nenutraukimą) teigiamai prognozavo tai, kiek raginimai apeliavo į mokslinius tikslus, o neigiamai prognozavo raginime skambančio įsakymo lygis. Taigi tyrimo dalyvių tendenciją tęsti nepriimtina užduotį galima paaiškinti ne jų paklusnumu, o aktyvia identifikacija su moksliniu projektu ir tais, kurie jį vykdo. Tai rodo tyrime dalyvavusių žmonių aktyvumą – jie ne tiek prisitaikė prie situacijos ir pakluso, o nusprendė pasilikti situacijoje dėl to, kad jai priskyrė tam tikrą reikšmę ir svarbą (Haslam et al., 2014; Morselli & Passini, 2011).

Analizuojant Milgram gautų rezultatų validumą, mokslininkams kyla abejonų dėl laboratorijoje gautų duomenų pritaikomumo realiam gyvenimui.

Santykis su autoritetu realiame gyvenime yra įvairialypis, jo įtaka priklauso nuo santykio dalyvių jam suteikiamos prasmės. Milgram autoritetą suprato kaip jėgos struktūrą. Autoritetas, anot kitų autorių, apima daugiau aspektų: kompetenciją, žinias, reputaciją ir kt. (Dieckmann, 1977; Morselli & Passini, 2011). Pasak filosofo Caiazza (2017), Milgram eksperimentų rezultatų reikšmę susiaurina tai, kad Milgram autoriteto poveikį vienpusiškai traktuoja kaip destruktivų, neatsižvelgdamas į didžiulį žmonių autoriteto poreikį ir galimą pozityvią konstruktyvaus santykio su autoritetu įtaką. Visuomenės procesus studijuojantys mokslininkai teigia, kad būtent konstruktyvaus santykio su autoritetu neturėjimas, aukščiausiojo autoriteto ir idealų stoka paskatina sekimą destruktiviais autoritetais (Caiazza, 2017; Morselli & Passini, 2011; Seligman, 2003).

Taigi pagal klasikinius Milgram eksperimentus žmogus linkęs destruktiviai paklusti įtakingam autoritetui. Tačiau tai tik dalis tiesos. Svarbu studijuoti ne tik destruktivų, bet ir konstruktyvų santykį su autoritetu, įvairius šio santykio lygius ir aspektus. Kadangi asmuo ne tik pasyviai priima jam primestą santykį, bet ir aktyviai jį kuria, priskirdamas tam tikras prasmes, svarbu tirti daugialypį žmogaus subjektyvaus santykio su autoritetu patyrimą. Galų gale svarbu išsiaiškinti vidines savybes ir vidinius asmenybės santykius, kurie galėjo apspręsti tai, kad vieni tyrimo dalyviai pakluso iki galo, o kiti visgi nutraukė Milgram eksperimentą. Tokie duomenys suteiktų informacijos, reikalingos stiprinant žmogaus vidinį autoritetą ir atsparumą destruktivaus išorinio autoriteto įtakai.

1.2.2. Santykio su autoritetu tyrimai autoritarinį režimą patyrusiose šalyse

Psichologinių tyrimų, siekiančių suprasti vidinę bei išorinę įvairialypio santykio su autoritetu dinamiką, kaip minėjome, atlikta labai nedaug. Įdomu, kad pirmieji santykio su autoritetu psichologinį patyrimą ėmė tirti autoritarinį režimą išgyvenusių šalių mokslininkai (Gudaitė, 2016). Tai vokiečių analitikai Dieckmann (1977) ir Wilke (1977), kuriuos jau minėjome aptardamos santykio su autoritetu sampratą. Santykio su autoritetu fenomenologija domimasi ir posovietinėse šalyse. Čekų psichoanalitikas ir tyrėjas Sebek (1996) savo darbuose kalba apie internalizuotą „totalitarinį objektą“, kuris vadovauja autoritarinį režimą patyrusių šalių žmonių vidiniam ir išoriniam gyvenimui. „Totalitarinis objektas“ tiek psichikos viduje, tiek santykiuose su kitais žmonėmis naudoja jėgą, manipuliuoja, yra linkęs pajungti kitus savo valiai, nevertina individualumo ir nesiskaito su asmenybiniais skirtumais. „Totalitariniai

objektai“ yra grėsmingi, o saugumą užtikrina tik susitapatinimas su jais ar visiškas paklusimas.

Optimistiškiau nuteikia serbų mokslininkai Ratković – Njegovan, Vukadinović ir Grubić Nešić (2011), tyrę studentų socio-psichologines nuostatas į autoritetą. Tyrimo dalyvių buvo klausama, kokios autoriteto savybės jiems priimtinos, kokiais autoritetais jie norėtų sekti. Kaip reikšmingiausios buvo išskirtos šios autoritetų savybės: kilnumas, atsidavimas tikslui ir patikimumas. Autoriai aptardami savo tyrimo rezultatus daro išvadą, kad nepaisant suskilusios vertybių sistemos didžiulius pokyčius išgyvenančioje posovietinėje Serbijos visuomenėje, jauni žmonės renkasi sekti moralinėmis, o ne instrumentinėmis autoritetų savybėmis.

Paskutinius du dešimtmečius Lietuvoje psichologai atlieka tyrimus, siekdami atskleisti autoritarinio režimo padarinius tiesiogiai režimą patyrusių ir vėlesnių kartų žmonių psichikai (Gailienė ir Kazlauskas, 2004; Gudaitė, 2014b). Viena iš randamų destruktivių pasekmių – pažeistas santykis su autoritetu. Posovietinės Lietuvos žmonėms būdinga tendencija autoritetą tapatinti su agresoriumi (Gailienė, 2008; Gudaitė, 2004, 2013, 2016). Tai skatina autoriteto bijoti, vengti, nuo jo slėptis, apgaudinėti ar su juo kovoti (Gudaitė, 2014b, 2016). Sutrikęs santykis su išoriniu autoritetu trikdo ryšį su viršasmėniniu autoritetu ir silpnina vidinį autoritetą, todėl reikalingi tyrimai, atskleidžiantys mūsų laiko žmonių santykio su autoritetu patyrimą ir nurodantys gaires, kaip galima būtų atkurti šį santykį. Vilniaus universiteto mokslininkų grupė per pastaruosius keletą metų atliko keletą kiekybinių ir kokybinių studijų, kurių objektas – santykio su autoritetu patirties pobūdis, raiška, jų skirtumai tarp įvairių amžiaus grupių ir lyčių, santykio su autoritetu pokyčių galimybės psichoterapijoje (Bieliauskienė ir Gudaitė, 2016; Grigutytė ir Rukšaitė, 2016; Gudaitė, 2013, 2014b, 2016).

Grigutytė ir Gudaitė (2016) sudarė santykio su autoritetu skalę, skirtą kiekybiniu būdu įvertinti santykio su autoritetu konstruktyvumą ir problemiškuumą, išorinius ir vidinius santykius su autoritetu. Išorinio santykio su autoritetu teiginių grupei priklauso *pozityvaus ir gyvenimą palaikančio santykio* su autoritetu, *vengiančio ir nerimastingo santykio* bei *maištavimo* subskalės. Vidinis santykis su autoritetu reprezentuojamas *pasitikėjimo savimi* ir *pasitikėjimo viršasmėninėmis galiomis* skalėmis. Grigutytė ir Rukšaitė (2016) atliko kiekybinį tyrimą, kuriame santykio su autoritetu skalę pildė 405 žmonės, pagal amžių priskirti trims grupėms: jaunų suaugusių (19 – 26 m.), kurie gimė jau nepriklausomoje Lietuvoje, vidurinėsios kartos (27 – 49 m.), kuri gyveno ir sovietų okupacijos metais, ir nepriklausomybę atgavusioje Lietuvoje, ir vy-

resnių žmonių (50 – 70 m.), ilgiausiai gyvenusių sovietų okupuotoje Lietuvoje. Tyrimo rezultatai rodo, kad tyrimo dalyviams labiausiai būdingas pozityvus santykis su išoriniais autoritetais, o mažiausiai būdingas nerimastingas ir vengiantis santykis. Statistiškai reikšmingų skirtumų tarp amžiaus grupių šiuo atžvilgiu nerasta. Skyrėsi tik pasitikėjimo viršasmėnėmis jėgomis lygis – jauniausi tyrimo dalyviai transcendentinėmis jėgomis linkę pasitikėti mažiausiai, o vyriausi – daugiausiai. Taigi pozityvus santykis su išoriniais autoritetais turi kiekybinę persvarą, tai džiugina. Tačiau detali rezultatų analizė atskleidžia įvairiapusiškesnį vaizdą. Kuo nerimastingesnis vyresnių žmonių santykis su autoritetu, tuo blogiau jie jaučiasi psichologiškai, tuo daugiau vartoja antidepresantų ar kitų vaistų ir tuo mažiau kreipiasi pagalbos į šeimos narius ar draugus. Jauni suaugę dalyviai šiame tyrime išsiskiria dažniausiomis mintimis apie savižudybę. Tačiau kuo pozityvesnis šios tyrimo grupės narių santykis su išoriniais autoritetais, tuo mažiau jie galvoja apie savižudybę sunkiu metu. Šio tyrimo rezultatai skatina tolesnius tyrimus, kurie siektų geriau suprasti psichologiškai pažeidžiamų žmonių grupių santykio su autoritetu patirtį ir jos reikšmę.

Bieliauskienė ir Gudaitė (2016) atliko kokybinį tyrimą, kuriame naudojo teminę duomenų analizę ir lygino skirtingų amžiaus grupių (22 – 25 m. ir 44 – 49 m.) bei vyrų ir moterų santykio su autoritetu patyrimą. Išskirtos penkios santykį su autoritetu apibūdinančios temos: *priešinimasis autoritetui, autoriteto pasiekiamumas, autoriteto neigimas, autoriteto pripažinimas ir panašumas į autoritetą*. Stiprus poreikis priešintis autoritetams buvo būdingas visiems vyresniems tyrimo dalyviams, gimusiems ir augusiems sovietų okupacijos metais. Jaunesnės grupės tyrimo dalyviams maištavimas mažiau būdingas. Jaunesniems tyrimo dalyviams būdingas partneriško, beveik lygia-verčio santykio su autoritetais siekimas. Šią tendenciją galima susieti su aukščiau minėto Grigutytės ir Rukšaitės (2016) tyrimo duomenimis, pagal kuriuos kuo jaunesnis tyrimo dalyvis, tuo didesnė tikimybė, kad jis teigs neturintis nė vieno autoriteto.

Dauguma Bieliauskienės ir Gudaitės (2016) tyrimo dalyvių neigė bent vieno iš savo tėvų autoritetą. Dažniausios tėvo autoriteto neigimo priežastys buvo tėvo pasyvumas, nutolimas nuo šeimos, o motinos autoriteto neigimo – jos dominavimas, siekis kontroliuoti, emociingumas. Tyrime dalyvavusių moterų santykis su autoritetingomis moterimis pasižymėjo artumu, emociingumu, subjektyvumu. Vyrai savo santykius su abiejų lyčių autoritetais dažniausiai apibūdino kaip gana tolimus, racionalius, kartais lydimums pagarbios baimės; toks santykio tipas buvo būdingas ir moterų santykiams su autoritetingais vy-

rais (Bieliauskienė ir Gudaitė, 2016). Taigi kokybinis tyrimas atskleidė didesnę santykio su autoritetu patirties įvairovę, įgalino palyginti sovietinio režimo ir nepriklausomos Lietuvos sąlygose augusių žmonių patyrimą bei užfiksuoti vyrų ir moterų autoriteto patyrimo skirtumus.

Dar viena santykio su autoritetu tyrimų kryptis – tai šio santykio raiškos ir galimų pokyčių psichoterapijoje analizė. Vilniaus universiteto profesorė G. Gudaitė yra aprašiusi psichoterapinio proceso ir veiksmingumo, atsižvelgiant į santykio su autoritetu dinamiką, kokybinius tyrimų rezultatus. Šiuose tyrimuose daugiausiai naudotas atvejų analizės metodas, apimantis asmeninės, šeimos istorijos bei sapnų analizavimą (Gudaitė, 2004, 2013, 2014, 2014b, 2016). Iš 64 analizuotų atvejų daugiau nei pusėje autoritetas psichoterapijos pradžioje buvo suvokiamas kaip pavojingas ir destruktivus. Trečdalis iš tyrimą įtrauktų psichoterapijos klientų santykis su autoritetu buvo ambivalentiškas. Tik nedidelei daliai tyrimo dalyvių (12 %) autoritetas atrodė esantis palaikymo ir pagalbos šaltinis. Psichoterapijos pradžioje daugumai žmonių buvo būdingas nesaugumo ir grėsmės jausmas santykiyje su autoritetu. Sapnuose ir prisiminimuose bei vaizdiniuose dažnai išskildavo autoritarinio režimo vada, funkcionieriai, karinės figūros. Žmogiškos, o kartais sunkiai atpažįstamos fantastinės autoritetų figūros atrodė galingos ir pavojingos, galinčios sugriauti gyvenimą. Kliento ego prieš tokias figūras jautėsi bejėgis, menkavertis ir negalintis įtakoti savo gyvenimo, net judėti į priekį. Dažnas sapnų vaizdinys – kareivio figūra, kaip paklusimo sovietinei sistemai ir individualumo bei savitumo ignoravimo simbolis (Gudaitė, 2013). Toks „kareivis“, kliento ego, neišvengiamai turi prisitaikyti prie aukščiau minėto čekų autoriaus Sebek (1996) aprašyto „totalitarinio objekto“.

Gudaitė (2013, 2014, 2014b), analizuodama psichoterapinius atvejus, išskiria reikšmingus žingsnius, reikalingus psichoterapiniams santykio su autoritetu pokyčiams rasti. 1) Pirmiausia svarbu atpažinti savo autoriteto kompleksą ir jo projekcijas į kitus žmones. Tam pasitarnauja žinios ir ryšys su savo bei savo giminės istorija, kurioje dažnai aptinkami susidūrimai su destruktiviais politiniais autoritetais ir jų padaryta žala. Tai suteikia aiškumo ir palengvėjimo jausmą bei galimybę priimti autoritetą ne tik kaip pavojingą, bet ir kaip gyvenimą puoselėjantį. 2) Antras svarbu žingsnis yra vidinio autoriteto aktualizavimas. Tai reiškia savo galios, gebėjimo kurti išorinius bei vidinius ryšius, galėjimo daryti įtaką ir jausmo, kad esi savo gyvenimo autorius, atgavimą. 3) Trečias žingsnis susijęs su autoriteto šešėlio įsisąmoninimu. Esantys galios pozicijoje gali išnaudoti, žeminti kitus ir griauti gyvenimą. Sovietinę santvarką patyrę žmonės išmoko autoriteto šešėlio vengti, slėptis nuo jo ar jį

apgaudinėti. Tuo metu tai buvo veiksmingos išgyvenimo strategijos, tačiau kitu metu jos gali būti destruktiviai nukreiptos į savo paties gyvenimą. Svarbu atpažinti ribą ir įsisąmoninti, kad autoriteto apgaudinėjimas gali peraugti į savęs apgaudinėjimą, slapstymasis nuo kitų – į slėpimąsi nuo savęs. Svarbu atrasti tinkamas strategijas apsieiti su autoriteto šešėliu arba išlaikyti nuo jo saugų atstumą. 4) Ketvirtasis žingsnis nukreiptas į transcendentinės autoriteto dimensijos patyrimą. Toks patyrimas padeda pamatyti savo ir giminės istorijos prasmę. Tai suteikia formą, palengvinančią skaudžių, kartais griaunančių išgyvenimų atlaikymą. Santykis su viršasmeniniu autoritetu atveria galimybę jaustis kūrėju, o kartu dalyvauti kito Kūrėjo scenarijuje.

Apibendrinant galima sakyti, kad santykio su autoritetu tema kyla politinių traumų tyrimų kontekste. Viena to priežastis – destruktiviai galią naudoję totalitarinių režimų autoritetai. Kita priežastis – specifinė traumos fenomenologija, apimanti sužeistą santykį su autoritetu. Autoritetas patiriamas kaip neapsaugojęs, nesuteikęs pagalbos ar net pats veikęs griaunančiai (Herman, 2006; Wirtz, 2014). Santykis su autoritetu yra ne tik tai, kas sutrikdoma traumos metu, bet ir tai, kas padeda gydyti traumų pasekmes. Vidinio autoriteto stiprinimas, konstruktyvių santykių su išoriniais autoritetais atkūrimas ir pasitikinčio santykio su viršasmeniniu autoritetu patyrimas įgalina svarbius psichoterapinius pokyčius (Herman, 2006; Gudaitė, 2016).

1.3. Santykio su autoritetu raiška ir transformacijos galimybės psichoterapijoje

Ankstesniame skyriuje aptarėme negausius mokslinius psichologijos tyrimus, kurių objektas – santykis su autoritetu. Psichoterapijos tyrimai, analizuojantys santykio su autoritetu raišką ir reikalingus žingsnius siekiant šio santykio pokyčių, tik neseniai pradėti. Šių laikų psichoterapijos veiksmingumo tyrimuose randama, kad terapinis santykis yra bene svarbiausias psichoterapijos efektyvumo veiksnys (Cooper, 2008; Wampold & Imel, 2015). Tačiau nėra tyrimų, studijuojančių būtent kliento santykio su psichoterapeutu kaip autoritetu pobūdį ir kaitą. Kitokia situacija praktines ir teorines žinias pristatančioje psichoterapinėje literatūroje – psichodinaminės ir analitinės paradigmu autoritetai santykį su psichoterapeuto autoritetu, kaip svarbų psichoterapinį veiksnį, mini ir analizuoja jau ne vieną dešimtmetį. Juk į psichoterapeutą, bent jau psichoterapijos pradžioje, kreipiamasi kaip į autoritetą, kuris atrodo savo srietyje daugiau žinantis, galintis ar stipresnis. Psichoterapeutas matomas kaip gebantis padėti, palydėti ar vesti reikalinga kryptimi (Edinger, 1992; Green-

berg, 1999; Gudaitė, 2016; Kegan, 1982; Kohut, 1977/2009; Wilke, 1977). Autoriteto motyvas išskyla ir psichoterapijos proceso struktūravime. Be to, į psichoterapiją klientai paprastai atsineša problemas, susijusias su nesėkmingu patyrimu santykiuose su autoritetais, joms ilgalaikės psichoterapijos metu skiriama daug dėmesio. Galų gale psichoterapijoje visada išskyla vidinio autoriteto klausimas – kliento galios, atsakomybės, savo gyvenimo autorystės ir prasmės įsisąmoninimas (Dieckmann, 1977; Gudaitė, 2016; Wilke, 1977).

Pasak Edinger (1992), psichoterapija ir psichoterapinis santykis susiję su universaliu žmogaus poreikiu kurti ryšį su viršasmeniniu gyvenimo šaltiniu. Psichoterapiniame santykiyje žmogus patiria priėmimą, ir tai dažnai būna giliai paveikus patyrimas, ypač asmeniui su pažeista ego – savasties ašimi. Gali būti, kad pradžioje priėmimo patyrimą žmogus neigia, akcentuodamas psichoterapeuto profesinių technikų naudojimą. Tačiau jei pavyksta pripažinti nuoširdų psichoterapeuto priėmimą, formuojasi galingas perkėlimas: į psichoterapeutą projektuojama savastis, gyvenimo centras, prasmė, į psichoterapinę situaciją – gyvenimo tvarka ir struktūra (Edinger, 1992; Dieckmann, 1977). Sėkmingu atveju teigiamas patyrimas santykiyje su psichoterapeuto autoritetu integruojamas kaip vidinė realybė. Stiprėja ego – savasties ašis, jos veikimas tampa vis daugiau juntamas. Atkurtas santykis su savo viršasmenine ir gilumine prigimtimi reiškiasi pasitikėjimo savimi, stabilumo ir prasmės patyrimu (Edinger, 1992).

Emociškai stipri autoriteto figūros projekcija į psichoterapeutą gali suteikti naudingos informacijos apie žmogaus sunkumus vidiniuose ir išoriniuose santykiuose su autoritetais. Sėkmingu atveju psichoterapinėje erdvėje pasireiškiantys sunkiai kontroliuojami afektai, pavyzdžiui, baimė, kaltė ar agresija, gali būti perdirbami psichoterapijoje. Asmens ryšys su autoritetu psichoterapijos ir santykių su psichoterapeutu pagalba tampa žmogiškesnis, daugiau suprantamas, emocijos valdomos (Dieckmann, 1977; Samuels, 1985; Wilke, 1977). Wilke (1977) perspėja apie galimus nesėkmingus atvejus, kuomet santykis su psichoterapeutu, į kurį projektuojama galingo autoriteto figūra, klientui kelia archetipinio intensyvumo afektus: siaubą, įsiūtį. Psichoterapijos procesas ir žmogaus psichologinis augimas blokuojamas. Tokios situacijos sprendimas, anot Wilke, galėtų būti psichoterapeuto pakeitimas, tikintis, kad konsteliuosius saugesnis klientui psichoterapinis santykis. Edinger (1992) nurodo panašų pavojų, susijusį su archetipinio lygio autoriteto projekcija į psichoterapeutą, – vystymąsi stabdančią priklausomybę. Dėl intensyvaus nerimo ir kaltės, kylančių vos pagalvojus apie prieštaravimą psichoterapeutui, klientas nereiškia neigiamų emocijų ir nežengia žingsnių, reikalingų didesniai sąmoningumui ir pokyčiams gyvenime atsirasti. Psichoterapeuto užduotis – būti

atidžiam terapiniame santykiyje pasirodantiems santykio su autoritetu motyvams. Psichoterapeuto sąmoningumas padeda susieti neintegruotas kliento asmenybės dalis ir stiprina jo ryšį su savastimi (Gudaitė, 2014b; Wilke, 1977).

Analitiniai autoriai teigia, kad perkėlimą gali nulemti kliento praeities patirtis arba perkėlimas gali būti tikslingas. Pastaruoju atveju klientas gali projektuoti į psichoterapeutą tas autoriteto savybes, kurių patyrimas ir vėlesnis integravimas yra reikalingas jo pozityviems pokyčiams. Jeigu į psichoterapeutą projektuojamas motiniškas autoritetas, psichoterapinis darbas bus susijęs su savęs priėmimo, santykio su jausmais atgaivinimu ir stiprinimu (Asper, 1993). Jei projektuojamas tėviškas autoritetas, santykis su psichoterapeutu ir jo perdirbimas gali pasitarnauti žmogaus pasitikėjimo savimi, aktyvumo bei kūrybos galimybių didinimui, struktūros jausmui, tikslų ir vertybių aiškumui (Jacoby, 2008; Samuels, 1985).

Psichoterapeuto kompetenciją rodo jo lankstumas – gebėjimas ne tik tapatintis su jam priskiriamu autoriteto vaidmeniu, bet ir atsitapatinti nuo jo. Svarbu stebėti psichoterapijos procesą ir jį vesti bei struktūruoti, tačiau svarbu ir laiku atsitraukti užleidžiant vietą ir sudarant sąlygas skleisti kliento vidiniam autoritetui (Gudaitė, 2016; Kohut, 2009). Galiausiai kartais psichoterapijoje susiduriame tiek su psichoterapeuto, tiek su kliento autoriteto ribomis, kai atsiveria santykio su viršasmeniniu autoritetu poreikis, galimybė ir būtinybė (Jacoby, 1984).

Pagalba žmogui atkurti savo gyvenimo istoriją, reikšmingų santykių su autoritetais patirtį, įsisąmoninti santykių keliamus jausmus ir pojūčius stiprina jo ego. Į ego stiprinimą orientuota psichoterapija gali turėti didelę įtaką pozityvaus santykio su vidiniu bei išoriniu autoritetu atkūrimui. Savo ribų suvokimas, atsakomybės už savo gyvenimą prisiėmimas – sustiprėjusio ego požymiai, įgalinantys kurti sąmoningą ryšį su savastimi (Asper, 1993; Edinger, 1992). Wilke (1977) savo ribų pripažinimą laiko bene svarbiausiu veiksmu pozityviai santykio su autoritetu problemos dinamikai. Neišvengiamų žmogaus gyvenimo ribų – mirties – akivaizdoje žmogiškų autoritetų jėga ir įtaka tampa labai reliatyvi. Savo ar kito asmens žmogiškas autoritetas tampa reikšmingu tiek, kiek jis susijęs su aukščiausiuoju – savasties – autoritetu.

1.4. Psichologinė narcizmo samprata

Sąvokos „narcizmas“ kilmė siekia graikų mitologijos laikus. Antikiniame mite apie Narcizą randame XX–XXI amžiaus narcistinei asmenybei būdingus bruožus: pasipūtimą, savęs sureikšminimą, gėrėjimąsi savimi, nejautrumą ki-

tiems. Būtent šios savybės paprastai turimos galvoje, kai kalbama apie narcistinę vartotojišką visuomenę, individualizmą, žmonių egocentiškumą, savęs įsimylėjimą, prarastą interesą giliems tarpasmeniniams ryšiams. Tai narcistiniam grandioziškumui būdingi bruožai, kurie dažniausiai aprašomi ir tiriama socialinės psichologijos narcizmo studijose (Campbell, Miller, 2011).

Mite apie Narcizą girdime ir kitą svarbią temą – vidinę kančią siekiant nepasiekiamo – susitikimo su savimi ir su kitu. Narcistinio pažeidžiamumo, priešingo grandioziškumui, motyvas dažnai pražiūrimas ne tik populiarioje kalboje minint „narcizmą“, bet ir psichologinėje mokslinėje literatūroje bei įvertinimo instrumentuose (Miller, Lynam & Campbell, 2016; Pincus, Cain & Wright, 2014). Tiriant ir diagnozuojant narcizmą nepakankamas dėmesys skiriamas tokiems narcistinių sunkumų turinčio žmogaus vidiniams išgyvenimams kaip menkavertiškumo, tuštumos, susvetimėjimo, gilios izoliacijos ir vienišumo patyrimas, emocinis nestabilumas, sunkiai valdomi pykčio, liūdesio, gėdos jausmai. Klinikinėje psichologijoje ir psichoterapijoje paprastai susiduriame būtent su sunkiais vidiniais narcistiniais išgyvenimais, dėl kurių žmonės ir kreipiasi pagalbos. Dėl to subjektyviai išgyvenami narcistiniai sunkumai yra mūsų tyrimo objektas.

Kaip suprantamas narcizmo reiškinys psichoterapinėse teorijose? Daug dėmesio narcizmo etiologijai, raiškai ir gydymo galimybėms skiria psichodinaminiai autoriai. Ankstyvosios psichoanalizės naudotos sąvokos ir postulatai apie narcizmą keitėsi ir vystėsi, tačiau dvi prielaidos atlaikė pokyčius ir yra aktualios iki šiol: 1) narcizmo esmė – didelis susirūpinimas savimi bei psichinės energijos nukreipimas į save ir 2) norint suprasti narcizmą reikia domėtis energijos fiksacija ankstyviausiuose psichikos raidos etapuose.

Santykių kryptis psichoanalizėje (apimanti objektų ryšių kryptį ir šiuolaikines tarpasmeninių santykių teorijas) akcentuoja ankstyvųjų santykių su reikšmingais žmonėmis (motina, tėvu ar kitais globėjais) lemiamą vaidmenį psichikos vystymuisi. Pasak objektų ryšių krypties autorių, reikšmingų žmonių ir santykių su jais vaizdiniai tampa vidinėmis objektų reprezentacijomis, kurios įtakoja žmogaus santykius su kitais žmonėmis ir su savimi. Atradimas, kad tokios vidinės santykių reprezentacijos formuoja žmogaus savęs vertinimą ir priėmimą bei lūkesčius, kaip jį vertins ir priims kiti žmonės, turėjo didelę įtaką narcistinių sutrikimų supratimui ir gydymui (Kernberg, 1986; Mahler et al., 1975; Winnicott, 1965/1990).

Kohuto Savasties teorija (1977/2009), išsamiai aprašanti ir aiškinanti narcistinius sutrikimus, irgi sieja juos su ankstyvuosiuose santykiuose patirtais sunkumais, kurie sutrikdė natūralų savasties vystymąsi ir realizavimą. Anot

Kohuto, žmogui būdingas natūralus poreikis save teigti ir siekti palaikymo. Raidos metu vaikišką narcizmą – savęs kaip pasaulio centro išgyvenimą, tobulumo ir visagalybės pojūtį – keičia brandžios narcizmo formos: ramus patenkinimas savimi, kūrybine veikla ir pasiekimais. Pasak Kohuto, brandus narcizmas – tai pagrindinių narcistinių poreikių sklandaus patenkinimo vaikystėje rezultatas. Jeigu ankstyvuosiuose santykiuose tėvai nepatenkino vaikiškų narcistinių poreikių – neleido vaikui patirti savęs, kaip pasaulio centro, kaip tobulo, mylimo ir priimamo, – narcistinė energija lieka primityvioje stadijoje, ir žmogus toliau atkakliai rūpinasi šių vaikiškų poreikių patenkinimu.

Anot analitinės krypties autoriaus Jacoby (2008), narcizmą galima laikyti įgimtu susirūpinimu savastimi ir siekiu ją išpildyti. Nesėkmingai susiklostę ankstyvieji santykiai sutrikdo natūralų savasties realizavimo procesą. To pasekmė – nepasitikėjimas savimi, neaiškus savo tapatumo jausmas, nerimastingas savęs patvirtinimo ir įvertinimo siekimas, o ne prasmingas savasties realizavimas.

Grandioziškumas ir pažeidžiamumas – tai dvi narcizmo formos arba dvi galimos būsenos, kurių tarpusavio ryšys skirtingai suprantamas įvairiose psichologijos teorijose (Campbell & Miller, 2011). Jau minėjome, kad socialinėje psichologijoje, traktuojančioje narcizmą kaip objektyviai matuojamą bruožų rinkinį, dažnai nagrinėjamas tik grandioziškumo pasireiškimas, neįtraukiant vidinių skaudžių išgyvenimų. Psichodinaminėje literatūroje, atsižvelgiant į skirtingų autorių aprašytus narcistinių asmenybių atvejus, kartais kalbama apie „Kernbergo tipo“ arba „Kohuto tipo“ narcistinius klientus. Pirmieji, dar vadinami „atvirais“ ar „storaodžiais“ – tai sudarantys žavingų, aktyvių ir pasitikinčių savimi įspūdį, išnaudojantys ir nuvertinantys kitus. Antrieji, „paslėpti“, „plonaodžiai“ – dažnai depresiški, nedrąsūs, besijaučiantys menkaverčiai ir lengvai sugniuždomi kitų realaus ar įsivaizduojamo nuvertinimo (Akhtar, 2000; Bateman, 2002; Cooper, 1986; McWilliams, 2014).

Savo darbe remiamės kai kurių psichodinaminių autorių ir daugumos analitinių autorių nuomone, kad narcistinis grandioziškumas ir pažeidžiamumas yra viena kitą kompensuojančios ir besikeičiančios būsenos, būdingos tam pačiam žmogui (Asper, 1993; Jacoby, 2008; Miller, 1986, 2011; Pincus et al., 2014). A. Miller (1986) grandioziškumą laiko gynyba prieš vidinės tuštumos, negyvumo ir menkavertiškumo išgyvenimus. „Grandioziškumas yra gynyba prieš depresiją, o depresija yra gynyba prieš tikrą skausmą dėl prarastos savasties“ (p. 328). Kohut (2009), daugiausiai kalbėjęs apie narcistinę energijos trūkumą ir depresiškumą, savo klientuose matė ir kitą susijusį kraštutinumą – pakilumo ir energijos pertekliaus patyrimą. Tokią būseną autorius aiškino kaip

ego užliejimą primityvia grandiozine savastimi. Perdėtas gyvybingumas, aktyvumas – tai gynyba nuo apmirimo ir tuštumos jausmo. Pasak analitinių autorių, grandioziškumas ir menkavertiškumo jausmas visada yra susiję. Jeigu žmogus tapatinasi su bejėgiu ir nieko vertu, jis dažniausiai turi ypatingumo ir visagalybės fantazijų. Jeigu daugiau reiškiasi grandiozinis tapatumas, giliai viduje baiminamasi nuvertinimo ir savo neįgalumo pasirodymo. Iš kitų žmonių gautas patvirtinimas ir palaikymas provokuoja grandiozines idėjas apie savo ypatingumą, tačiau jos tuo pačiu yra įtariai tikrinamos – ar tikrai žmogus buvo pagirtas, ar iš jo nesityčioja, ar juo nesinaudoja ir pan. Tai sukelia skausmingus savo vertės jausmo svyravimus. Intelektiniame lygyje žmogus gali suprasti, kad yra teigiamai vertinamas, tačiau neturi vidinio emocinio pagrindo tuo patikėti (Asper, 1993; Jacoby, 2008). Dideli nuotaikų svyravimai, būdingi narcistinius sutrikimus turintiems žmonėms – tai viena kitą keičiančios grandiozinė ir depresiška būsenos (Kohut, 2009; Miller, 1986).

Paskutiniu metu psichodinaminėje literatūroje pripažįstama, kad narcizmas su besikeičiančiomis grandiozine ir pažeidžiama būsenomis yra nebūtinai patologija ar kliniškai reikšmingas sutrikimas. Jis mažesniu ar didesniu lygiu būdingas daugeliui šių laikų žmonių (Fiscalini, 2004; Jacoby, 2008; McWilliams, 2014). Todėl savo darbe kalbame apie „narcistinius sunkumus“, o ne „narcistinį sutrikimą“.

Taigi narcistinius sunkumus lemia ankstyvieji santykiai, o vėliau jie įtakoja asmens santykius su savimi ir su kitais žmonėmis. Narcizmas – problemišku vidinių ir išorinių santykių sistema, siekianti sustiprinti trapų žmogaus savo vertės jausmą ir gauti savęs patvirtinimą.

1.5. Narcizmo įvertinimo problema ir narcizmo tyrimai

1.5.1. Narcizmo vertinimo ir diagnozavimo instrumentai

Narcizmo reiškinių su sudėtingais išoriniais ir vidiniais santykiais supratimas šių laikų klinacistams ir mokslininkams yra tapęs iššūkiu. Narcizmo įvertinimas – nuolatinė ir nesibaigianti diskusijų, prieštaravimų, klausimų tema (Besser, 2014; Caligor, Levy, & Yeomans, 2015; Campbell & Miller, 2011a; Miller et al., 2016).

Pirmoji keblumų priežastis – dvi narcizmo dimensijos: grandioziškumas ir pažeidžiamumas, kurias klinacistai stebi ir gydo praktikoje, o mokslininkai ieško būdų jas abi įtraukti į įvertinimų instrumentus. Grandioziškumui būdingas pasipūtimas, dėmesio siekimas, pasitikėjimo savimi demonstravimas,

dažnai sudaromas žavingas įspūdis, išnaudotojiškas elgesys ir kt. Pažeidžiamumas reiškiasi nedrąsumu, susivaržymu, laikymusi nuošaliai, dideliu jautrumu, ypač vertinimo situacijose (Caligor et al., 2015). Psichikos sutrikimų klasifikacijose DSM-IV ir DSM-IV-TR (angl. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*) ir bene dažniausiai narcizmo moksliniuose tyrimuose naudojamame Narcistinės asmenybės klausimyne (angl. *Narcissistic Personality Inventory*) (NPI) (Raskin & Terry, 1988) vardinami kriterijai, apimantys tik grandioziškumo dimensiją, o tai neatspindi pilno reiškinių vaizdo (Miller et al., 2010, 2016). Patologinio narcizmo klausimynas (angl. *Pathological Narcissism Inventory*) (PNI) (Pincus et al., 2009) įtraukia ir pažeidžiamumo subskales. Tačiau atlikti tyrimai rodo, kad dauguma PNI įverčių, netgi grandioziškumo subskalės, nekoreliuoja su NPI ir įvertinimais pagal DSM kriterijus (Miller et al., 2016). Taigi kyla turimų instrumentų validumo ir palyginimo tarpusavyje problema.

Naujausiose tyrimų apžvalgose pabrėžiamas validaus ir patikimo narcizmo vertinimo instrumento, įtraukiančio abi narcizmo dimensijas, reikalingumas. Tačiau kol kas tokio instrumento neturime. Nerandama būdo kaip įvertinti ir atvirą, išorinę (angl. *explicit*), ir paslėptą, vidinę (angl. *implicit*) narcizmo raišką. Kaip minėjome ankstesniame skyriuje, demonstruojamas grandioziškumas gali slėpti vidinį pažeidžiamumą, o išreiškiamas menkavertiškumas neatmeta grandiozinių fantazijų galimybės (Southard, Noser, & Zeigler – Hill, 2014; Miller, 1986; Pincus, Cain, & Wright, 2014). Įdomu, kad kai kuriuose tyrimuose, atskiromis skalėmis vertinančiuose narcistinių grandioziškumą ir pažeidžiamumą, šių skalių įverčiai koreliuoja. Tuo remdamiesi tyrėjai kelia idėją apie abiejų narcizmo dimensijų „bendrą šerdį“, kurios supratimas ir konceptualizavimas būtų naudingas vieningo įvertinimo instrumento kūrimui (Zeiger – Hill, Clark, & Pickard, 2008). Vienas iš galimų narcistinio grandioziškumo ir pažeidžiamumo bendrų giluminių reiškinių gali būti viduje išgyvenamas trapus savo vertės jausmas, kurio apsaugojimui pasitelkiamos skirtingos gynybos suformuoja sunkiai aprėpiamą įvairialypį narcizmo vaizdą.

Kitas su narcizmo įvertinimo problema susijęs klausimas yra normos ir patologijos diferencijavimas. DSM kriterijai skirti narcistinio asmenybės sutrikimo diagnozavimui. Jie, kaip minėjome, neatsižvelgia į narcistinių pažeidžiamumą, kurį praktikai mato kaip paplitusį, susijusį su depresiškumu, aukštu nerimo lygiu, savęs žalojimu ir suicidiškumu, – taigi jį būtina įtraukti į diagnostinius įrankius (Caligor et al., 2015; Miller et al., 2016; Pincus et al., 2014).

Rezultatai, gaunami tyrimuose naudojant NPI (Narcistinės asmenybės klausimyną), ir jų interpretacijos yra priešaringi. Vieni tyrėjai teigia, kad NPI matuoja adaptyvius grandioziškumo aspektus: gebėjimą save teigti, įtvirtinti visuomenėje, daryti įtaką, vadovauti ir pan. (Pincus & Lukowitsky, 2010). Kiti tyrėjai randa aiškų ryšį tarp NPI ir DSM kriterijais pagrįstų patologinio narcizmo vertinimų, todėl daroma išvada, kad NPI yra efektyvus narcistinio sutrikimo lygio vertinimo instrumentas (Miller et al., 2016).

PNI, Patologinio narcizmo klausimynas, kaip nurodo pavadinimas, skirtas narcistiniam sutrikimui vertinti (Pincus et al., 2009). Anot klausimyno autorių, patologinis narcizmas gali reikštis ir gerai funkcionuojančiuose asmenyse, nebūtinai tai turi būti asmenybės sutrikimas (Pincus et al., 2014). Tačiau Miller ir kiti (2016) atlikę tyrimus teigia, kad per mažai PNI įverčių koreliuoja su DSM kriterijais pagrįstais įvertinimais, kad galima būtų laikyti jį validžiu instrumentu patologiniam narcizmui vertinti. PNI vertina patologiją, kuri apima daugiau neadaptyvių savybių nei tik narcistines ir nebūtinai yra susijusi su narcizmu (Miller et al., 2016).

Dėl vieningo patologinio narcizmo konstrukto apibrėžimo stokos, tyrėjų nesutarimo, tyrimų duomenų priešaringumo ir neaiškaus narcistinių sutrikimų paplitimo bei jų persidengimo su kitais sutrikimais, rengiant naują DSM versiją – DSM-5 – buvo svarstoma atsisakyti narcistinio asmenybės sutrikimo diagnozės. Vyko daug diskusijų, mokslininkai ir praktikai pateikinėjo argumentus už ir prieš (Miller, Widiger, & Campbell, 2010; Pincus et al., 2010; Ronningstam, 2011). Visgi atsižvelgus į klinikistų ir tyrėjų argumentus, kad narcizmo problema yra labai aktuali psichikos sveikatos specialistų praktikoje, o mokslo susidomėjimas narcizmo reiškiniu tik didėja, narcistinės asmenybės sutrikimas įtrauktas į DSM – 5, kuris išleistas 2013 metais. DSM-5 II-ame skyriuje nurodyti 9 narcistinio asmenybės sutrikimo kriterijai, atspindintys tik grandiozinę narcizmo dimensiją: žavėjimosi poreikis, dėmesio siekimas, empatijos stoka, išnaudojantis elgesys ir kt. Tačiau ankstesnės intensyvios diskusijos įtakojo DSM-5 III –io skyriaus atsiradimą, kuriame pateikiamas alternatyvus asmenybės sutrikimų modelis. Šis modelis peržengia įprastą asmenybės sutrikimų aprašymą vardijant bruožus. Jame atsižvelgiama į savasties ir tarpasmeninio funkcionavimo sutrikimus. Narcistinis asmenybės sutrikimas siejamas su aiškaus tapatumo jausmo, savo vertės jausmo, afektų reguliacijos stoka. Nurodomi „funkciniai“ tarpasmeniniai santykiai, kuriais siekiama naudoti ar savęs patvirtinimo, ir negebėjimas kurti intymų ryšių. Minimasi sunkumas integruoti tikslus ir idealus. Tai bandymas bent iš dalies atsižvelgti į vidinę narcistinių sunkumų turinčių žmonių psichinę dinamiką ir pažeidžiamumo dimensiją (Caligor et al., 2015; APA, 2013).

Tarptautinėje ligų klasifikacijoje TLK – 10 (angl., ICD-10), kurį Lietuvos klinikose naudoja psichiatrai, narcistinio asmenybės sutrikimo diagnozės nėra (TLK-10, 1997). Ji nebus įtraukta ir į atnaujintą, 2018 metais išleidžiamą TLK – 11 (Tyrer et al., 2014).

Kadangi nėra vieningai priimto, validaus ir patikimo narcizmo įvertinimo instrumento, dažnai tiek praktikai, tiek tyrėjai narcistinį sutrikimą ar sunkumus vertina pusiau struktūruoto interviu forma. Siekiant, kad toks įvertinimas būtų informatyvus ne tik diagnozuojant, bet ir teikiant pagalbą, į jį įtraukiami klausimai apie žmogaus savęs, kitų patyrimą ir vertinimą bei tarpasmeninius santykius (Caligor et al., 2015; Diamond & Meehan, 2013; Pincus, 2014).

1.5.2. Neuropsichologiniai ir psichofiziologiniai narcizmo tyrimai

Nauja narcizmo studijų kryptis – tai neuropsichologiniai ir psichofiziologiniai tyrimai, ieškantys sąsajų tarp psichologinės narcizmo raiškos ir neurologinių bei fiziologinių organizmo reiškinių. Kadangi tokie tyrimai pradėti vykdyti visai neseniai, kol kas galima aptarti tik pačias pirmąsias randamas tendencijas (Konrath & Bonadonna, 2014; Krusemark, 2011; Ronningstam, 2016).

Kelių neuropsichologinių tyrimų rezultatai patvirtina klinikinius ir empirinius duomenis, kad narcizmas siejasi su emocijų reguliacijos pažeidimais ir empatijos stoka. Tiriant žmonių su narcistiniu asmenybės sutrikimu smegenų sritis, atsakingas už empatijos funkcijas, jose randami neurologiniai deficitai (Nenadic et al., 2014; Schulze et al., 2013). Ronningstam (2016), analizavusi ir apibendrinusi psichologinius, neurobiologinius ir psichofiziologinius tyrimus daro išvadą, kad narcistinį sutrikimą turintys žmonės geba naudoti kognityvinės empatijos funkcijas: atpažinti ir suprasti kito jausmus, tačiau jie pasižymi emocinio empatijos komponento trūkumu: silpnu gebėjimu emociškai reaguoti ir atspindėti kitą bei įsitraukti į emocinį santykį.

Psichofiziologiniuose tyrimuose randamas padidinto fiziologinio sužadini- mo (širdies ritmo, kraujospūdžio ir kt.), reaguojant į socialinį stresą, ypač į socialinio atmetimo signalus, ryšys su narcizmu (Konrath & Bonadonna, 2014). Ronningstam (2016), siedama šiuos tyrimus su empirinėmis psichologinėmis žiniomis, teigia, kad narcistinį sutrikimą turintys žmonės geba reaguoti, fiziologiškai net stipriau nei kiti, į savo ir kitų skausmą. Tačiau jie negali pakankamai efektyviai reguliuoti ir socialiai konstruktyviu būdu išreikšti savo emocijų. Taip pat jie savo reakcijų negali išversti į rūpestį kitu.

Psichofiziologiniai ir neuropsichologiniai narcizmo tyrimai yra pradinia- me etape. Jų interpretacija sudėtinga dėl kartais prieštarų duomenų (Kon-

rath & Bonadonna, 2014; Ronningstam, 2016). Be to, tyrimuose vėlgi iškyla neišspręsto psichologinio narcizmo įvertinimo problema. Nepaisant sunkumų, ši tyrimų sritis įdomi ir aktuali, ypač atsižvelgiant į šių laikų mokslinių studijų rezultatus, siejančius psichoterapijos efektą su smegenų struktūros bei funkcijų pokyčiais (Barsaglini et al., 2014; Fuchs, 2004). Tyrimų, kuriuose būtų rastas ryšys tarp psichoterapijos poveikio ir smegenų pokyčių konkrečiai narcistinių sutrikimų atveju, kol kas nepavyko aptikti.

1.5.3. Narcizmo psichoterapijos tyrimai

Sistemiškų empirinių narcizmo psichoterapijos proceso ir veiksmingumo tyrimų iki šiol beveik nėra atlikta (Ellison et al., 2013). Pirmoji to priežastis susijusi su grandiozinės narcizmo dimensijos, kuri paprastai vertinama diagnozuojant narcistinius sutrikimus, esme. Grandiozinis tapatumas, skirtas apsaugoti savo vertę ir save aukštinti, neleidžia kreiptis psichoterapinės pagalbos, kuri susijusi su pavojumi atskleisti savo silpnybes ir pažeidžiamumą (Pincus et al., 2014; Ronningstam, 2016). Antroji priežastis, kurią patvirtina klinikiniai duomenys ir moksliniai tyrimai natūraliose sąlygose, – klientai su išreikštu grandioziškumu, net ir patekę į psichoterapiją, yra linkę greitai ją nutraukti. Tokie klientai dažnai nuvertina psichoterapiją ir psichoterapeutą arba išsigąsta galimo jų pačių nuvertinimo, todėl nesąmoningai pasirenka išveiką – psichoterapijos nutraukimą (Diamond & Meehan, 2013; Ellison et al., 2013; Ronningstam, 2016).

Pincus ir bendraautoriai (2014) teigia, kad dažniausiai į psichoterapiją kreipiasi žmonės pažeidžiamoje būsenoje. Atradus, kaip į validų narcizmo įvertinimo instrumentą įtraukti abi narcizmo dimensijas, sistemiskų narcizmo psichoterapijos proceso ir veiksmingumo tyrimų galėtų ženkliai padaugėti (Ellison et al., 2013; Pincus et al., 2014).

Visgi mokslinėje literatūroje yra informacijos, kuri teikia viltį ir atsvarą tarp klinikistų paplitusiam požiūriui, kad išreikšta narcizmo patologija, ypač grandiozinė dimensija, yra kontraindikacija psichoterapijai. Daugiausiai tai atvejų analizės, kuriose pristatomi sėkmingi narcistinių sunkumų turinčių žmonių psichoterapinio gydymo procesai ir rezultatai (Diamond & Meehan, 2013; Riordan, 2013; Ronningstam, 2005). Diamond & Meehan (2013), prieš pateikdami išsamią psichoterapinio atvejo analizę, pristato tyrimus, ieškojusius objektinių ryšių ypatumų narcistiniuose sutrikimuose, nustatytuose remiantis DSM - IV kriterijais. Pagal šių tyrimų duomenis, stipriai išreikšti narcistiniai sutrikimai siejasi su prieraišumo objektų niekinančiu žeminimu ir/arba nepastoviu idealizavimu. Kitas dažnas objektinių ryšių ypatumas, bū-

dingas žmonėms su narcistiniais sutrikimais, – svyravimai tarp atmetančio nuvertinimo ir pikto arba nepaleidžiančio prisirišimo prie reikšmingo objekto (Diamond et al., 2014). Atvejo analize tyrėjai – psichoterapeutai iliustruoja, kaip ilgalaikės į perkėlimą orientuotos psichoterapijos metu keičiasi išreikštą narcistinį sutrikimą turinčio žmogaus objektiniai ryšiai. Palaipsniui atskeltos ir projektuojamos į reikšmingus objektus savo paties dalys įsisaugomos, integruojamos, ir tai užtikrina labiau susietą, o kartu tvirtesnę savęs ir savo vertės pajautimą. Tai leidžia atviriau priimti savo pažeidžiamumą bei suprasti ir valdyti tarp grandioziškumo ir menkavertiškumo svyruojančias būsenas (Diamond & Meehan, 2013).

1.6. Narcizmas psichoterapijoje

Narcizmo psichoterapijos teorija buvo iliustruojama psichoterapiniais atvejais nuo pat jos ištakų. Kohut (1968, 1977/2009) ir Kernberg (1986a,b), narcizmo psichoterapijos pradininkų, atvejų analizėmis ir iš jų kylančiomis rekomendacijomis psichodinaminėje narcizmo psichoterapijoje remiamasi iki šiol. Nors Kohut ir Kernberg pristatomi atvejai skiriasi, pirmasis daugiau dirbo su „pažeidžiamomis“ narcistinėmis asmenybėmis, o antrasis su „grandiozinėmis“, rekomendacijos turi bendrą dėmenį – didelę reikšmę skiriama psichoterapijam santykiui (Caligor et al., 2015; Diamond & Meehan, 2013; McWilliams, 2014). Psichoterapinis santykis yra pagrindinis įrankis atpažįstant, tyrinėjant ir gydant narcistinius sunkumus (Fiscalini, 2004; Kernberg, 1986a,b; Kohut, 2009).

Reikšmingų santykių perkėlimas į psichoterapeutą, perkėlimo išgyvenimas bei analizavimas yra kertinis narcistinių sutrikimų psichoterapijos akmuo. Perkėlimas dirbant su narcistinėmis asmenybėmis yra labai intensyvus ir specifinis – į psichoterapeutą projektuojamas ne išorinis objektas, o savęs dalis. Psichoterapeutas naudojamas paciento savasties atspindėjimui ir patvirtinimui, vertės palaikymui. Terapeutui gali būti sunku atlaikyti savo kontraperkėlimo reakcijas: nuobodulį, beprasmiškumą ir pykčio jausmus, kai jis jaučiasi ne gyvas žmogus, o objektas, atliekantis tam tikras funkcijas (Kohut, 2009a). Tačiau šių jausmų atlaikymas ir supratimas susijęs su terapijos efektyvumu.

Perkėlimo ir kontraperkėlimo jausmai yra informatyvūs, siekiant suprasti narcistinio paciento problemas. Kohut (1968) išskyrė du perkėlimo tipus: 1) *veidrodinį*, kurio metu aktyvuojama grandiozinė savastis ir siekiama gauti atspindį bei patvirtinimą ir 2) *idealizuojantį*, kai terapeutas laikomas labai kompetentinga figūra. Pacientas, susijęs su šia figūra, tokiu būdu jaučiasi esąs

vertingas. Psichoterapijos procese idealizavimą gali keisti nusivylimas psichoterapeutu ar jo nuvertinimas, ir tai reikalinga paciento atsiskyrimui ir jo savasties stiprinimui. Pats perkėlimo susiformavimas jau teikia terapinį efektą. Tik pakankamai išgyvenęs perkėlimo jausmus pacientas bus pasirengęs suprasti, ko jam trūko ankstyvuosiuose santykiuose, kodėl jis pyksta, pajutęs nepakankamą psichoterapeuto palaikymą. Pagrindinis terapeuto darbas – kantriai priimti perkėlimą, neskubėti jo interpretuoti, sudaryti empatiškas, geresnes nei paciento vaikystėje, sąlygas natūraliai savasties raidai. Atkūrus sužeistą savastį, gynybos ir simptomai tampa nebereikalingi. Išlaisvėja energija, kuri gali būti nukreipta į gyvenimo džiaugsmą teikiančią veiklą ir santykius su kitais žmonėmis (Kohut, 1977/2009).

Taigi savastis formuojasi per jos potencialo atspindėjimą ir palaikymą, o ne per laukiamų savybių formavimą. Winnicott (1965/1990), savo teoriją kūręs anksčiau nei Kohut, neminėjo narcizmo termino, tačiau jo idėjos apie *Tikrąją savastį* ir *Netikrąją savastį* padeda suprasti narcistinius sunkumus ir jų psichoterapijos galimybes. Tikrajai savasčiai skleistis reikalinga „pakankamai gera“ motina, kuri nuo pat kūdikio gimimo, o gal net iki tol, tapatintusi su juo, palaikytų jo visagalybės būseną, atspindėtų kūdikio spontaniškus gestus, vėliau atlieptų sudėtingesnius jo poreikius, atlaikytų emocijas. Jeigu motina neatspindi kūdikio, jis prisitaiko prie mamos poreikių ir reikalavimų, – formuojasi Netikroji savastis. Anot Winnicott (1965/1990), psichoterapija prasideda tuomet, kai psichoterapeutas pastebi ir tinkamai parodo pacientui, jog jis negyvena savo gyvenimo, nepatiria savo jausmų, o visas jėgas atiduoda Netikrajai savasčiai puoselėti. Kad pacientas galėtų atkurti Tikrąją savastį, psichoterapeutas turi atlikti „pakankamai geros“ motinos vaidmenį: būti empatišku, atspindėti, padėti atlaikyti emocijas. Miller (1986, 2011) pabrėžia, kad kelyje iki Tikrosios savasties pacientui tenka išgyventi pyktį, liūdesį ir skausmą dėl priėmimo stokos vaikystėje, dėl savęs praradimo. Tik po gedėjimo proceso atsiveria gyvybingumas, išlaisvėja tikrieji jausmai ir poreikiai.

Kernberg (1986a,b) prieštarauja pagrindinei Kohut ir kitų terapinei nuostatai, teigdamas, kad reikia ne laukti natūralaus savasties vystymosi, o jį taisyti ir įtakoti. Būtina analizuoti paciento grandiozinį gynybiškumą ir interpretuoti idealizuojantį, o kartais nuvertinantį perkėlimą, kuris paprastai slepia narcistinį įniršį ir pavydą. Terapinis rezultatas pasiekiamas, kai pacientas pagaliau pamato terapeutą, o tuo pačiu ir kitus žmones, kaip atskirus, gyvus, o ne kaip savęs tęsinį ir savo impulsų projekciją. Sėkmingos terapijos pabaigoje žmogus jaučia ne tik pyktį, bet ir liūdesį dėl gyvenimo klaidų ir praradimų. Gynybas, naudotas tikrų santykių vengimui, keičia interesas ir meilė žmonėms.

Tarpasmeninių santykių krypties psichoanalizėje autorius Mitchell (1986) ir šiuolaikinės intersubjektyviosios psichoanalizės atstovas Fiscalini (2004) derina ir papildo Kohut ir Kernberg požiūrius, teigdami, kad psichoterapijoje svarbus tiek supratimo, tiek patyrimo lygmuo. Norėdamas suprasti, kodėl naudoja narcistines iliuzijas ir gynybas, pacientas pirmiausia turi jas išgyventi santykiuje su psichoterapeutu. Siekiant įsitvirtinusias iliuzijas ir gynybas pakeisti, reikia ne tik supratimo, bet ir naujų santykio galimybių išgyvenimo psichoterapijoje. Intersubjektyvioji kryptis psichoanalizėje pabrėžia tiek paciento, tiek ir psichoterapeuto dalyvavimo terapiniame santykiuje svarbą (Milašiūnas, 2014). Psichoterapeuto neutralumas, kurį psichoanalizės pradžioje akcentavo Freud, neįmanomas ir neefektyvus gydant narcistinius sutrikimus. Gdomąjį efektą turi psichoterapeuto gebėjimas būti autentišku ir ne narcistišku: gyvai reaguoti, pripažinti savo narcistines gynybas, savo klaidas, lanksčiai bandyti naujo buvimo santykiuje būdus. Tokiame psichoterapiniame santykiuje pacientas patirs, kad galima ištrūkti iš apribojančio susikoncentravimo į save ir rasti būdų dalyvauti ryšyje, išpildant savo tikrąją savastį (Fiscalini, 2004).

Šiuolaikinėje analitinėje psichoterapijoje derinamos reduktyvios ir perspektyvios nuostatos. Naudinga ieškoti narcistinius sutrikimus įtakojusių priežasčių ir jas suprasti. Kartu svarbu pastebėti savasties vystymosi kryptį ir tikslą, kuriuos rodo simptomai, sapnų simboliai, spontaniškai kylantys vaizdiniai ir projekcijos tarpasmeniniuose santykiuose. Analitinėje psichoterapijoje siekiama ne sąmoningai užsibrėžtų užduočių vykdymo, o savasties kūrybinių galių atskleidimo. Atvėrus kelią šioms galioms, pati savastis gydo sutrikimą (Jacoby, 2008).

Analitiniai autoriai, rašantys apie narcistinių sutrikimų psichoterapiją, antrina Kohut idėjoms, kad sutrikimų priežastys ir savasties augimo galimybės pasireiškia veidrodinio ir idealizuojančio perkėlimo santykiuje. Psichoterapeutui svarbu kantriai priimti perkėlimą, neskubėti jo interpretuoti, sudaryti empatiškas sąlygas natūralioms savasties raidos jėgoms išsiskleisti. Pakankamai atspindžio patyręs žmogus galės daugiau remtis savo vertės jausmu ir patvirtinimo poreikis mažės. Po truputį nusivildamas psichoterapeutu ir matydamas jį realistiškesnį, klientas susigrąžins idealizacijos projekcijas ir pradės vadovautis savo vertybėmis (Jacoby, 1984). Asper (1993) narcistinį perkėlimą vadina „rojaus“ perkėlimu. Jeigu rojaus patyrimas nepakankamai išgyventas vaikystėje, jį reikia išgyventi terapijoje. Tai padeda sąmoningiau integruoti rojaus ilgesį, o vėliau nuo jo po truputį atsiskirti vis daugiau priimant netobulą save ir realybę. Tapdamas vis žmogiškesnis ir žemiškesnis, narcistiškas asmuo išsivaduoja ir iš rojaus, ir iš pragaro archetipų bei nevaldomų grandioziškumo ir depresijos būsenų (Asper, 1993).

Schwartz-Salant (1982), panašiai kaip Kernberg, pabrėžia būtinybę pastebėti narcistinės asmenybės pyktį ir pavydą psichoterapijoje. Pyktis ir/ar pavydas gali reikštis psichoterapeuto nuvertinimu, neįsitraukimu į santykį ir kt. Anot autoriaus, būtent šiose neigiamose emocijose slypi didelė energija, kurios įsisažmoninimas ir integravimas įgalina narcizmo transformaciją.

Kad žmogus galėtų priimti savo trūkumus ir šešėlines dalis, jo ego turi būti pakankamai stiprus. Todėl analitinėje narcistinių sutrikimų psichoterapijoje daug dėmesio ir pastangų skiriama ego stiprinimui. Tai pagalba žmogui įsisažmoninti ir pažinti savo jausmus, suvokti savo tapatumą ir ribas, imtis atsakomybę už savo gyvenimą. Ego brandina ir savo gyvenimo istorijos atgaminimas bei savo tęstinumo ir susietumo jausmas. Psichoterapinis darbas, orientuotas į ego stiprinimą, reikalauja daug kantrybės. Pirmiausia tenka susidurti ir susitarti su grandioziniu ar depresišku pasipriešinimu, įvairiomis ego gynybomis, nukreiptomis prieš tikruosius jausmus. Su netikru fasadu, po kuriuo žmogus slėpėsi visą gyvenimą, tenka konfrontuoti labai atsargiai. Per greitai atvėrus „narcistinę žaizdą“, silpnas ego nepajėgs jos integruoti ir suvaldyti intensyvių emocijų. Tik sustiprėjus narcistiško žmogaus ego, jis tampa pajėgus prisiliesti prie prarastos savasties skausmo (Asper, 1993).

Vykstant narcizmo transformacijai, žmogus, anot Asper (1993), tampa labiau egoistiškas, nes daugiau paiso savo poreikių. Kartu jis tampa mažiau ego-centriškas, nes pastoviai nebesiekia savo vertės patvirtinimo ir nebereikalauja atspindžio. Žmogus kuria santykius dėl ryšio, o ne dėl naudos. Galutinis analitinės terapijos orientyras – ne ego, o savastis. Ryšys su savastimi veda nuo izoliacijos ir pasipūtimo socialinio intereso kryptimi, įgalina gilesnius ir prasmingesnius santykius su kitais žmonėmis (Jacoby, 2008; Jung, 1921/2014).

Taigi visi psichodinaminiai autoriai, rašantys narcizmo psichoterapijos tema, vienokiu ar kitokiu aspektu aptaria vidinius ir išorinius narcistinius santykius bei jų transformaciją, vykstančią terapinių santykių dėka. Santykis su autoritetu – svarbi narcistinių santykių dalis, kurios reikšmę narcizmo etiologijoje, raiškoje ir psichoterapijoje toliau pristatysime.

1.7. Santykis su autoritetu narcistiniuose sunkumuose

1.7.1. Santykio su autoritetu reikšmė narcizmo etiologijoje

Tiriant narcizmo ir santykio su autoritetu ryšį, svarbus tampa Kohut (2009) teorijos postulatas, kad narcizmo formavimuisi turi reikšmę ne tik 1) žmogaus ypatingumą ir vertę patvirtinantis *grandiozinės savasties objektas*, (vaikystėje dažniausiai jį atstovauja motina), bet ir 2) santykis su *idealizuojamu objektu*

(tradiciskai juo laikomas tėvas ar abu tėvai), galinčiu atstovauti idealizacijai palankią figūrą: būti stipriu, išmintingu ir pan. Santykis su idealizuojamu objektu svarbus vertybių, tikslų ir gebėjimo būti autoritetu kitiems bei vidinio autoriteto ir savo vertės jausmo formavimuisi. Tiek Kohut, tiek analitinės krypties autorius Jacoby teigia, kad idealizuojamo objekto funkcijas nebūtinai turi įgyvendinti tėvas ar motina. Jas gali atlikti institucijos, visuomenės veikėjai, kultūra (Jacoby, 2008; Kohut, 1977/2009).

Tėvų, pirmųjų autoritetų, idealizavimas yra normalus vaiko psichologinio vystymosi ir tapatumo formavimosi reiškinys. Tėvai, kaip savasties objektai, idealizuojami, kad vaikas pasijustų saugus ir vertingas. „Tu tobulas, bet aš – dalis tavęs“ – tai ankstyvos vaikystės patyrimas, būtinas, kad vyktų sėkminga narcistinių poreikių ir jų patenkinimo būdų raida ir transformacija (Kohut, 1968; 1977/2009). Idealizuotas tėvų vaizdinys internalizuojamas kaip tikslai ir vertybės, suteikiančios žmogaus elgesiui kryptį, bei gebėjimas patirti džiaugsmą kūrybiškai realizuojant savo talentus ketvirtais – šeštais gyvenimo metais. Vaikas pamažu vis realistiškiau vertina idealizuojamą objektą, kartais juo nusivilia tam, kad galėtų atsiskirti ir formuoti savarankišką idealų sistemą. Šia sistema jis ateityje remsis vertindamas savo veiksmus (Kohut, 1977/2009, p. 179). Autorius pastebi, kad net ir susiformavus pagrindinėms savasties dalims, psichika išlieka jautri, ir traumuojantys įvykiai vėlesniame gyvenimo periode gali daugiau ar mažiau pažeisti savo vertę palaikančias vidines struktūras. Palankūs įvykiai – sėkminga savęs realizacija, žmonių pritarimas – šias struktūras sutvirtina (Kohut, 1968).

Tėvo, kaip idealizuojamos figūros, asmenybės nebrandumas ir/ar negebėjimas empatiškai dalyvauti idealizuojančiame santykiuje, įtakoja pažeidimus toje savasties dalyje, kuri atsakinga už savo duotybių ir talentų raišką socialiai priimtinais būdais. Nesėkmingas idealizuoto tėvų vaizdo susiformavimas vėliau neleis žmogui džiaugtis savo veikla, vertinti savęs ir savo pasiekimų. Jis nuolat ieškos patvirtinimo iš išorinių autoritetų, bus nuo jų priklausomas, autoritetų kritika prilygs vertės sunaikinimui. Toks žmogus sieks susiliejimo su idealizuotais savasties objektais, kad pasijustų toks pat vertingas, kaip jie (Kohut, 1968, 1977/2009).

Kohut (1977/2009) polinkį idealizuoti suprato kaip kompensacinį psichikos mechanizmą, siekiantį patenkinti narcistinius poreikius, sustiprinti ar atstatyti pažeistą savivertę. Kalbėdamas apie narcizmo raidą, autorius teigė, kad vaiko idealizuojamas tėvas ar kitas autoritetas gali ištaisyti ar pagerinti tai, ko nepavyko sėkmingai padaryti motinai, kaip grandiozinės savasties objektui. Jei motina nepakankamai gerai atspindėjo vaiko visagalybę, nepatvirtino jo vertės, vaikas

natūraliai siekia tėvo dėmesio. Tėvas ar kita autoriteto figūra, gebanti būti idealizuojamu pavyzdžiu bei skatinti vaiką gauti pasitenkinimą veikloje realizuojant savo gabumus, gali reikšmingai prisidėti prie vaiko savęs vertinimo stiprinimo.

Kohut teorijoje kalbama apie tėviškos figūros, kaip autoriteto, reikšmę sveikos savasties raidai arba narcistinių sutrikimų atsiradimui. Tuo tarpu anksčiau minėtas analitinės krypties autorius Edinger (1992) kalba apie savastį kaip aukščiausiąjį ir pirminį autoritetą, kurį vaikui gyvenimo pradžioje atstovauja abu tėvai ar kitos globojančios figūros. Ego – savasties ryšio formavimėsi ego patiria daug *infliacijos* ir *susvetimėjimo* epizodų, kurie savo esme atitinka narcistines grandioziškumo ir menkavertiškumo būsenas.

Ego infliacija – tai susitapatinimo su savastimi būseną (Edinger, 1992). Ši būseną yra neišvengiama ir būtina kūdikystėje, kai ego dar nesusiformavęs. Tik gimęs kūdikis patiria vienovę su pasauliu, visi jo poreikiai patenkinami, jis – tarsi visatos centras. Rojaus, visagalybės ir tobulumo patyrimas gyvenimo pradžioje reikalingas sveikam psichikos vystymuisi. Toks patyrimas įgalina ryšį su savastimi vėlesniuose gyvenimo etapuose (Neumann, 1973/2002).

Užsibuvimas infliacijos būsenoje trukdo ego struktūros raidai, taigi ir žmogaus sąmoningumui. Vaiko lepinimas ar aukštinimas stabdo jo ribų, o kartu ryšio su kitais formavimąsi. Ego infliacija neadekvačiame amžiaus tarpsnyje susijusi su psichozės rizika. Mažiau pavojingu atveju nesąmoninga ego infliacija reiškiasi arogancija, savęs išaukštinimu – grandioziniu narcistiniu tapatumu (Edinger, 1992; Jacoby, 2008).

Tinkamo santykio su savastimi kūrimą užtikrina ego struktūra. Gaunant savo tikrų jausmų ir poreikių atspindį, vėliau susiduriant su pasaulio frustracijomis, patiriant savo atskirumą, formuojasi kūdikio ir mažo vaiko savęs, kaip atskiro, suvokimas. Psichikoje pamažu diferencijuojasi ir stiprėja ego. Tai susiję su žmogaus sąmoningumo didėjimu, kuris atneša ne tik subjektyvų tapatumo, autonomijos jausmą, bet ir skausmingus atskirumo, vienišumo ir netobulumo patyrimus. Sąmoningumo augimas susijęs su ryšio su savastimi praradimo – *susvetimėjimo*, anot Edinger (1992), patyrimu. Optimalus ego susvetimėjimas yra reikalingas vėlesniam sąmoningam ryšiui su savastimi. Tačiau per stiprus, per ankstyvas ar ilgai užsitęsęs ego susvetimėjimas, kai patiriamas tėvų atmetimas ar nesupratimas, gali įtakoti reikšmingus ego-savasties ašies pažeidimus. Tai gali reikštis gyvybingumo praradimu, apleistumo jausmu, beprasmybės išgyvenimu, prislėgtumu arba menkavertiškumu – narcistiniu pažeidžiamumu.

Skirtingos Kohut ir Edinger idėjos apie santykio su autoritetu įtaką narcistiniam sunkumams papildo viena kitą, kai siekiame atrasti ir suprasti narcistinių žmonių santykio su autoritetu ypatumus.

1.7.2. Santykio su autoritetu raiška narcistiniuose sunkumuose

Atsižvelgiant į autoriteto reikšmę narcizmo formavimuisi, galima numatyti specifinę žmonių, turinčių narcistinių sunkumų, santykio su autoritetu raišką. Tiesiogiai apie santykio su autoritetu ypatumus narcizmo kontekste literatūroje beveik nekalbama. Siekdamos išskirti narcizmui būdingus santykio su autoritetu motyvus, analizavome, lyginome ir apibendrinome žinias apie santykį su autoritetu bei idėjas, kurias pateikė autoriai, rašantys apie narcizmą ir minintys autoriteto veiksnį (Petronytė-Kvedaruskienė, Gudaitė, 2016).

Analitinių autorių aprašoma ego infliacijos būseną, mūsų siejama su grandioziškumu, reiškiasi *savęs kaip didžiausio ir vienintelio autoriteto aukštiniu* (Edinger, 1992). Žmogus tapatinasi su galutiniu autoritetu, taip prarasdamas ryšio su juo galimybę. Įdomu, kad aukščiau aptartame Narcistinės asmenybės klausimyne (angl. *Narcissistic Personality Inventory*, NPI) (Raskin & Terry, 1988) yra „Autoriteto“ skalė. Jos teiginiai nurodo vadovavimo, įtakos darymo gebėjimus, polinkį kontroliuoti ir valdyti. Kitas kraštutinumas, susijęs su ego susvetimėjimo, arba menkavertiškumo, būseną reiškiasi savo vidinio autoriteto nuvertinimu. Praradęs ryšį su savastimi, jausdamasis netinkamas ir neturintis teisės gyventi (Edinger, 1992; Asper, 1993), žmogus tarsi *paneigia savo vidinį autoritetą*.

Stokojant savo vietos jausmo, orientacijos ir krypties gyvenime, kitų autoritetų buvimas šalia ir palaikymas tampa gyvybiškai svarbus. Autoritetams priskiriama ypatinga reikšmė. Anot Kohut (2009), jeigu natūralus idealizacijos procesas vaikystėje sutrikdomas, vaikui nesuteikiamos sąlygos patirti autoriteto, o tuo pačiu savo paties vertės, suaugusiam žmogui bus būdingas perdėtas *autoritetų idealizavimas*. Toks žmogus sieks psichologinio susiliejimo su idealiu kitu, kad galėtų pasijusti vertingas. Priešingas būdas apsaugoti savo vertę, minimas literatūroje, yra *autoritetų nuvertinimas* –užbėgant už akių galimai autoritetų kritikai ar nuvertinimui savo atžvilgiu (Jacoby, 2008; Kernberg, 2004).

Nuo autoritetų vertinimo reikia saugotis ir gintis, nes autoritetų nuvertinimas narcistiniam žmogui prilygsta jo vertės sunaikinimui. Taigi gynybinės strategijos slepia stiprią *autoritetų baimę* (Asper, 1993; Kohut, 2009; Miller, 2011). Anot Kernberg (1986a,b), autoritetų baimė yra narcistinių asmenybių pykčio projekcijos pasekmė. Neįsisąmoninus savo agresijos, autoritetai, o ne patys narcistinių sunkumų turintys žmonės, atrodo pikti, linkę nuvertinti. Kernberg teorijoje keliama hipotezė, kad narcistinėms asmenybėms būdingas įgimtas padidintas agresyvumas. Kohut ir analitinių autorių nuomone, narcistinė agresija, kartais vadinamas narcistiniu įniršiu, nėra prigimtinė, o kyla

dėl atmetimo ir nepakeliamų frustracijų, patirtų ankstyvuose santykiuose su tėvais (Edinger, 1992; Jacoby, 2008; Kohut, 2009; Schwartz-Salant, 1982). Taigi nesėkmingi santykiai su pirmaisiais autoritetais gali įtakoti neapykantą ir *pyktį autoritetams* vėlesniame amžiuje.

Pasak Edinger (1992), ego susvetimėjimo būseną lydintis stiprus pyktis kartais tampa smurtiniu elgesiu. Atsižvelgiant į tai, kad narcistinių žmonių ego susvetimėjimą gali greitai pakeisti ego infliacija su jai būdinga stipria energija, užimdami autoriteto poziciją tokie žmonės gali veikti *autoritariškai* ir destruktiviai. Kadangi narcistinės asmenybės dėl negebėjimo emociškai įsitraukti į santykį dažnai naudoja jėgą, jie lengvai užvaldomi autoriteto komplekso su išreikštu impulsu valdyti ir pajungti kitus savo valiai (Schwartz-Salant, 1982; Wilke, 1977). Narcistinių sunkumų turinčiam žmogui svarbiau laimėti jėgos kovą nei būti ryšyje, todėl *kova su autoritetais* yra dar viena galima autoriteto komplekso išraiška. Narcistinio žmogaus, kai jis apimtas pažeidžiamos būsenos, autoriteto kompleksas gali reikštis priešingai – *perdėtu nuolankumu ir paklusnumu* kito jėgai (Wilke, 1977).

Taigi atlikusios teorinės literatūros analizę išskyrėme galimus santykio su autoritetu motyvus narcistinių sunkumų kontekste. Tai savęs kaip autoriteto aukštinimas arba menkinimas, kitų autoritetų idealizavimas arba nuvertinimas, baimė ir pyktis autoritetų atžvilgiu, autoritariškas elgesys arba perdėtas nuolankumas prieš autoritetus bei kova su autoritetais. Šie motyvai turėtų būti patvirtinami, paneigiami, tikslinami ir papildomi empiriniais tyrimais.

1.7.3. Santykio su autoritetu dinamikos ir narcizmo transformacijos sąsajos

1.3 skyriuje aptarėme santykio su autoritetu raiškos ir pokyčių galimybes psichoterapijoje. Kaip santykio su autoritetu dinamika psichoterapijoje galėtų sietis su narcistinių sunkumų įveikimu ar mažinimu? Literatūroje aptikome vos keletą nuorodų, todėl mūsų empirinis darbas, siekiantis atsakyti į šį klausimą, padės užpildyti žinių spragas. Kol kas apžvelgsime ir apibendrinsime nedaug literatūroje rastų minčių.

Psichodinaminiai autoriai, rašydami apie narcistinių asmenybių psichoterapiją ir jos rezultata, mini psichoterapeuto – autoriteto, kaip mokytojo ir vedlio, vaidmens reikšmę terapijos procesui. Kaip pozityvi dinamika nurodomas paciento stiprėjantis gebėjimas kurti brandų pagarbų santykį su tokiu autoritetu, gebėjimas priimti jo pagalbą ir mokytis (Fiscalini, 2004; Kernberg, 1986a; Kohut, 2009).

Anot Kernberg (1986a), narcistinės asmenybės paklūsta autoritetams, prisitaiko prie jų reikalavimų ne iš pagarbos, o iš baimės, kad kitaip bus nubausti. Kitas paklusnumo motyvas – siekis pasinaudoti autoritetų ypatingu statusu savo vertei palaikyti. Sėkmingos narcistinės asmenybės psichoterapijos rezultatas – tai pasikeitęs santykis su terapeutu kaip autoritetu. Pacientas pamato psichoterapeutą kaip atskirą asmenį, o ne tik savo projekciją. Jis geba apjungti terapeuto geras ir blogas savybes, mato terapeuto meilę ir nusiteikimą padėti, o ne norą sunaikinti. Su tokiu „gyvu“, žmogišku autoritetu galima kurti santykį, mokytis iš jo, jį gerbti ir jam būti dėkingam, kartu neprarandant ir savo vertės. Tikėtina, kad taip pasikeitęs santykis su autoritetu psichoterapijoje darys teigiamą įtaką žmogaus santykiams su kitais autoritetais ir su kitais žmonėmis: santykiai bus mažiau „funkciniai“, nuoširdesni ir lygiavertiškesni.

Kohut (2009) manymu, natūralaus autoriteto idealizavimo proceso atkūrimas narcistinių asmenybių psichoterapijoje reikšmingai prisideda prie jos efektyvumo. Į psichoterapeutą dažnai projektuojamas „idealizuojamas objektas“, o ilgainiui jis internalizuojamas. Kohut ir analitiniai autoriai teigia, kad pozityvus patyrimas santykyje su psichoterapeuto autoritetu gali būti integruojamas kaip vidinė realybė. Formuojasi vidinė vertybių sistema, savo vertės ir efektyvumo jausmas, įgalinantys prasmingą tikslų siekimą. Stiprėja vidinis autoritetas, kuris kreipia ir vertina kūrybišką žmogaus dalyvavimą gyvenime, o tai mažina narcizmą (Jacoby, 2008; Kohut, 2009).

Tikroji žmogaus vertė priklauso ne nuo pasiekimų ar išorinių atributų, o nuo ryšio su savo vidinio pasaulio resursais (Asper, 1993; Gudaitė, 2016). Psichoterapijoje puoselėjant ego ir savasties ryšį (Edinger, 1992), atskleidžiant ir stiprinant žmogaus giluminį iniciatyvos ir kūrybos centrą (Kohut, 2009), auginamas vidinis žmogaus autoritetas. Jis įgalina savo, o kartu ir kitų, autentiškos vertės, galimybių bei ribų patyrimą.

1.8. Darbo problema ir mokslinis naujumas

Savo darbe tiriame santykio su autoritetu veiksni, kuris apžvelgtoje psichologinėje literatūroje nurodomas kaip reikšmingas narcizmo etiologijoje, raiškoje ir transformacijoje. Nors psichologijos moksle neabejojama didele santykio su autoritetu svarba, mokslinių tyrimų, nagrinėjančių šį veiksni, trūksta. Vilniaus universiteto tyrėjų grupė yra atlikusi keletą kiekybinių ir kokybinių studijų, kurių fokusas – santykio su autoritetu patirties pobūdis, raiška, jų skirtumai tarp įvairių amžiaus grupių ir lyčių, galimi pokyčiai psichoterapijoje

(Bieliauskienė ir Gudaitė, 2016; Grigutytė ir Rukšaitė, 2016; Gudaitė, 2013, 2014, 2016). Santykio su autoritetu ypatumai, siejant juos su vidine narcizmo dinamika, dar nėra tyrinėti.

Vidinių ir išorinių asmenybės santykių kokybės vertinimas yra svarbus suprantant psichologinius sunkumus, mūsų tyrimo atveju – narcistinius sunkumus. Vidinių ir išorinių santykių atkūrimas yra vienas lemiamų efektyvios ilgalaikės asmenybės psichoterapijos veiksnių, ypač akcentuojamų psichodinaminėje psichoterapijoje ir jos efektyvumo tyrimuose įvairiose šalyse (Mullin, Hilsenroth, Gold, & Farber, 2018; Target, 2018). Tačiau psichoterapijos efektyvumo tyrimuose paprastai naudojami kiekybiniai metodai, ir labai trūksta kokybinių tyrimų, vertinančių psichoterapinius pokyčius bei jiems palankius veiksnius (McLeod, 2015). Paskutinį dešimtmetį Lietuvoje vykdomi kokybiniai tyrimai siejant psichoterapijos veiksmingumą su santykių psichologija, – jie publikuoti dviejose kolektyvinėse monografijose (Gudaitė (sud.), 2008, 2014). Mūsų darbas ir kokybinė tyrimo strategija prisidės prie šių studijų nauja kryptimi – tiriant santykio su autoritetu dinamiką narcistinių sunkumų psichoterapijos kontekste.

Narcizmo psichoterapijos tyrimai yra problemiška sritis pirmiausia dėl paties narcizmo, sudėtingo ir įvairialypio reiškinių, apibrėžimo ir įvertinimo. Nesutariama dėl vieningų diagnostinių kriterijų, apimančių skirtingus narcizmo polius: pažeidžiamą ir grandiozinį (Campbell & Miller, 2011; Miller et al., 2016; Pincus et al., 2014). Šiame darbe naudojama kokybinė tyrimo strategija įgalina atskleisti pačių tyrimo dalyvių narcistinių sunkumų patyrimą, jų įvairovę ir individualumą bei pokyčius psichoterapijos metu. Kokybinis metodas palankus ir santykio su autoritetu tyrimui. Šis fenomenas dar naujas psichologijos tyrimuose, todėl svarbu atskleisti jo ypatumus, kurių iš anksto negalime numatyti.

Vienas iš mūsų darbo savitumų – trijų santykio su autoritetu lygių: vidinio, tarpasmeninio ir viršasmeninio, analizavimas. Šiam tikslui pasitarnauja analitinė psichologija, apimanti ir siejanti žmogaus vidinę, išorinę ir transcendentinę patirtis. Siekdamos aprašyti daugialypį santykio su autoritetu patyrimą ir gilų jo poveikį žmogaus psichikai, į savo darbo fokusą įtraukėme santykius su išoriniais autoritetais, vidinio autoriteto patyrimą ir vertikalią žmogiškos patirties dimensiją – santykį su viršasmeniniu autoritetu. Tiriame santykį su viršasmeniniu autoritetu fenomenologine prasme, nesvarstydamos religinio jo teisingumo. Anot analitinės psichologijos autorių, jeigu Dievo, kaip aukščiausio Autoriteto idėja egzistuoja, vadinasi, psichologiškai ji tikra (Edinger, 1992; Jung, 1998).

Psichoterapija yra asmenybės gydymo būdas, kuris gali padėti keisti tiek išorinius, tiek vidinius asmenybės santykius. Savo darbe siekiame atskleisti, kaip narcistinių sunkumų turintys žmonės, kurie kreipiasi psichoterapinės pagalbos, patiria su narcizmu susijusias problemas, ir kokie yra jų santykio su autoritetu ypatumai. Taip pat siekiame suprasti, kaip keičiasi santykis su autoritetu psichoterapijos metu, kaip tai siejasi su narcistinių sunkumų pokyčiais ir kokie yra tam palankūs ir trukdantys psichoterapiniai veiksniai.

1.9. Tyrimo tikslai ir uždaviniai

Tyrimo tikslai:

1. Atskleisti narcistinių sunkumų turinčių žmonių santykio su autoritetu ypatumus.
2. Atskleisti narcistinių sunkumų turinčių žmonių santykio su autoritetu dinamiką psichoterapijos procese.

Tyrimo tikslams pasiekti kėlėme tokius **uždavinius**:

1. Atskleisti žmonių, kurie kreipėsi psichoterapinės pagalbos, narcistinius sunkumus.
2. Tirti narcistinių sunkumų turinčių žmonių santykio su autoritetu specifiką, išskiriant santykio su autoritetu problemas ir lūkesčius santykyje su autoritetu psichoterapijos pradžioje.
3. Tirti santykio su autoritetu dinamiką psichoterapijos procese.
4. Išskirti santykio su autoritetu pokyčiams palankius bei trukdančius psichoterapinius veiksniai.
5. Tirti santykio su autoritetu dinamikos ryšį su narcistinių sunkumų pokyčiais.

2. TYRIMO METODIKA

2.1. Tyrimo strategija

Šiame tyrime naudojame **kokybinę duomenų rinkimo ir analizės strategiją**, nes ji padeda atskleisti psichoterapijos dalyvių subjektyvių išgyvenimų įvairovę, atrasti naujus patirties aspektus, kurių negalima numatyti remiantis turimomis teorinėmis žiniomis (Braun & Clarke, 2013; McLeod, 2015). Mūsų tyrimo objektas – santykio su autoritetu patyrimas ir jo pokyčiai psichoterapijoje narcistinių sunkumų kontekste – naujas ir netyrinėtas fenomenas psichologijoje, todėl jo pažinimui tinka kokybiniai metodai. Kokybinė tyrimo strategija įgalina pasiekti įvairias santykio su autoritetu dimensijas: vidinius išgyvenimus, patirtį tarpasmeniniuose santykiuose ir santykį su transcendentine sritimi.

Mūsų darbe psichoterapiniai pokyčiai analizuojami remiantis psichoterapijos klientų pateikta informacija. Taikant kokybinio tyrimo priemones, klientas – tyrimo dalyvis – praneša apie psichoterapijos procesą ir pasiektus pokyčius savo žodžiais, atskleisdamas individualią ir iš anksto ne visada nuspėjamą patirtį, o ne patvirtina ar paneigia objektyvių tyrėjų suformuluotus baigtinius teiginius (Lozovska, 2014a; McLeod, 2015). Amerikos psichologų asociacijos (APA, 2006) rekomendacijose, skirtose vystyti įrodymais grįstą praktiką, teigiama, kad kokybiniai psichoterapijos tyrimai yra reikalingi, nes jais galima atskleisti ir aprašyti subjektyvias psichoterapijos dalyvių patirtis. Tai padeda stiprinti psichoterapinės praktikos ir tyrimų ryšį, o tuo pačiu gerina psichoterapinių paslaugų kokybę.

Šio tyrimo dalyviai yra apklausiami **natūraliose sąlygose** – ten, kur jie kreipėsi psichoterapinės pagalbos ir lankė psichoterapijos sesijas. Dalyvius apklausia jų psichoterapeutė, kuri yra ir tyrėja. Surinkta informacija panaudojama ir tyrimo, ir psichoterapiniais tikslais. Tokiu būdu tyrimas priartinamas prie realios psichoterapinės praktikos ir realaus gyvenimo (Braun & Clarke, 2013; Castonguay et al., 2010; McLeod, 2015). Tai mažina atotrūkį tarp mokslo ir praktikos bei leidžia įvertinti psichoterapijos poveikio „ekologinį validumą“ (APA, 2006).

Siekdamos atskleisti narcistinių sunkumų turinčių žmonių santykio su autoritetu ypatumus ir jų dinamiką psichoterapijos procese pasirinkome **tęstinį tyrimo pobūdį**. Pirmą kartą tyrimo dalyviai apklausiami psichoterapijos pradžioje, po 10–14 sesijų. Toks laikas pakankamas, kad psichoterapeutė galėtų įvertinti, atrinkti ir pasiūlyti dalyvauti tyrime klientams, kurių psichologinės

problemos susijusios su dominuojančiais narcistiniais sunkumais. Be to, per 10–14 sesijų su klientu galima užmegzti pakankamai gerą kontaktą, užtikrinantį, kad kvietimas dalyvauti tyrime nepadarys neigiamos įtakos psichoterapijos procesui. Jeigu tokio kontakto nepavyksta užmegzti, klientai dalyvauti tyrime nekviečiami. Antrą kartą klientai, dalyvavę pirmame tyrimo etape, apklausiami po 40–45 psichoterapijos sesijų, praėjus maždaug metams nuo psichoterapijos pradžios, jeigu psichoterapija buvo tęsiama. Psichoterapijos praktikai bei tyrėjai teigia, kad pirmiesiems reikšmingiems pokyčiams pasiekti pakanka 20 psichoterapijos sesijų ar net mažiau. Vėliau psichoterapijoje pradeda veikti ilgalaikės psichoterapijos procesai, galintys įtakoti giluminius asmenybės vidinių santykių pokyčius (Laurinaitis, 2013a,b). 40–45 sesijų ribą pasirinkome atsižvelgdamos į realias galimybes atlikti tyrimą ir jo analizę per doktorantūros studijoms skirtą laiką.

2.2. Tyrimo dalyviai

2.2.1. Tyrimo dalyvių atranka ir kvietimas

Tyrimo dalyvavo suaugę asmenys, kurie kreipėsi ir pradėjo individualią psichoterapiją dėl įvairių psichologinių sunkumų: emocinių ir tarpasmeninių santykių, savęs pažinimo, įtvirtinimo ir realizavimo problemų. Visi dalyviai psichoterapijos pradžioje kalbėjo apie problemiškus santykius su autoritetų figūromis – dažniausiai su darbo vadovais ir/ar tėvais. Dalyvauti tyrime buvo kviečiami žmonės, kurių problemose, kaip išaiškėjo per pirmas psichoterapijos sesijas, vyravo narcistiniai sunkumai.

Kriterijai, pagal kuriuos psichoterapeutė-tyrėja vertino narcistinių sunkumų dominavimą psichologinėse klientų problemose, buvo nustatyti atsižvelgiant į psichodinaminį intrapsichinės narcizmo dinamikos supratimą ir DSM-V III skyriuje Alternatyviame asmenybės sutrikimų modelyje (American Psychiatric Association, 2013) išvardintus narcizmo požymius:

- Trapus savo vertės jausmas, priklausantis nuo kitų vertinimo
- Pastovios pastangos išlaikyti savo vertės jausmą
- Subjektyviai patiriamos vertės svyravimai nuo menkavertiškumo iki grandioziškumo
- Akcentuojami vertinimo motyvai, apibūdinant save ir kitus
- Sau ir kitiems keliami aukšti reikalavimai – jų atitikimas patvirtina ar paneigia vertę
- Didelis dėmesys savo vertės patvirtinimui tarpasmeniniuose santykiuose

Psichoterapeutė, atpažinusi dominuojančius narcistinius sunkumus ir įvertinusi, kad psichoterapijoje užsimezgęs pakankamai geras kontaktas, pasiūlė tokiems žmonėms po 10 – 14 psichoterapijos sesijų dalyvauti jos atliekamame tyrime. Klientams buvo žodžiu suteikta informacija apie vykdomą tyrimą ir duodama raštu pateikta informacija, su kuria jie galėjo atidžiai susipažinti namie ir nuspręsti, ar nori dalyvauti tyrime.

12 iš 13 žmonių, kuriems buvo pasiūlyta dalyvauti pirmajame tyrimo etape, sutiko atlikti interviu. Viena moteris, su kuria buvo svarstyta galimybė dalyvauti tyrime, pateko į ligoninę ir į psichoterapiją sugrįžo tik po ilgo laiko, todėl tyrime ji nedalyvavo. Su klientais, kurie sutiko dalyvauti tyrime ir pasirašė informuoto sutikimo formą, buvo atliktas pirmasis interviu.

Visi klientai, sutikę dalyvauti pirmajame tyrimo etape, buvo informuoti apie tyrimo planą, kuriame numatytas antras tyrimo etapas po psichoterapijos metų. 7 tyrimo dalyviams, tęsusiems psichoterapiją, po 40 – 45 sesijų buvo pasiūlyta galimybė atlikti antrąjį interviu. Siūlyta tiems psichoterapiją tęsusiems žmonėms, kurie psichoterapijos sesijas lankė reguliariai – kartą per savaitę (dėl klientų ar psichoterapeutės atostogų, ligos ar kitų svarbių aplinkybių kelios ar daugiau sesijų per metus galėjo būti praleistos). Vienas tyrimo dalyvis į tradicinę gyvo kontakto psichoterapijos sesiją atvykdavo kartą į mėnesį, o tarp šių atvykimų psichoterapijos sesijos vykdavo nuotoliniu internetiniu būdu – *skype* 'u – kartą į savaitę. Visiems 7 žmonėms sutikus, jie buvo apklausti antrą kartą.

5 pirmojo tyrimo etapo dalyviai nedalyvavo antrajame etape dėl kelių priežasčių. 2 klientės nebetęsė psichoterapijos, vienas klientas išvyko į užsienį ir darė psichoterapijoje pertrauką, 2 klientai tarp psichoterapijos sesijų turėjo ilgesnes nei savaitės pertraukas dėl šeimyninių aplinkybių, ir su jais buvo suderinta kitokia psichologinės pagalbos forma.

2.2.2. Informacija apie tyrimo dalyvius

1 lentelėje pateikiama informacija apie tyrimo dalyvius: vardas (visų tyrimo dalyvių vardai pakeisti), amžius pirmojo tyrimo etapo metu, lytis, išsilavinimas, problemos, dėl kurių kreipėsi psichoterapijos ir informacija apie dalyvavimą viename ar abiejuose tyrimo etapuose.

Iš **12 pirmojo tyrimo etapo dalyvių** 7 yra moterys, 5 vyrai. Tyrimo dalyvių amžius nuo 27 iki 53 metų (vidurkis 36 m.). 9 tyrimo dalyviai turi aukštąjį išsilavinimą, 3 tyrimo dalyviai – aukštąjį neuniversitetinį išsilavinimą.

Antrajame tyrimo etape dalyvavo 7 žmonės, iš kurių 4 moterys ir 3 vyrai. Tyrimo dalyvių amžius nuo 30 iki 54 metų (vidurkis 39 metai). 6 antrojo

etapo tyrimo dalyviai turi aukštąjį išsilavinimą, vienas – aukštąjį neuniversitetinį išsilavinimą.

Po antrojo interviu, vykusio praėjus metams nuo psichoterapijos pradžios, 5 tyrimo dalyviai tęsė psichoterapiją ir toliau. 2 antrajame tyrimo etape dalyvavę klientai psichoterapijoje darė pertrauką: viena moteris išvyko pusės metų mokslinei stažuotei į kitą šalį, vienas vyras išvyko laikinai gyventi į kitą miestą. Po pusmečio abu dalyviai grįžo ir tęsė psichoterapiją.

1 lentelė. Informacija apie tyrimo dalyvius.

Nr.	Tyrimo etapas, kuriame dalyvavo	Vardas	Amžius pirmojo tyrimo etapo metu	Lytis	Išsilavinimas	Kreipimosi psichoterapinės pagalbos motyvai
1.	I, II	Inga	46	Mot.	Aukštasis	Tarpasmeninių santykių problemos
2.	I, II	Aušra	53	Mot.	Aukštasis	Savęs įtvirtinimo, tarpasmeninių santykių problemos
3.	I, II	Lina	29	Mot.	Aukštasis	Savęs įtvirtinimo, realizavimo ir tarpasmeninių santykių problemos, savęs pažinimo siekis
4.	I, II	Šarūnė	29	Mot.	Aukštasis	Savęs realizavimo ir tarpasmeninių santykių problemos
5.	I, II	Vaidas	41	Vyr.	Aukštasis	Nemiga, nerimas ir tarpasmeninių santykių problemos
6.	I, II	Mantas	34	Vyr.	Aukštasis neuniversitetinis	Depresija ir tarpasmeninių santykių problemos
7.	I, II	Rokas	37	Vyr.	Aukštasis	Savęs įtvirtinimo ir realizavimo, tarpasmeninių santykių problemos
8.	I	Zigmas	35	Vyr.	Aukštasis	Savęs įtvirtinimo, tarpasmeninių santykių problemos, nepasitikėjimas savimi
9.	I	Rimas	34	Vyr.	Aukštasis	Savęs įtvirtinimo, tarpasmeninių santykių, adekvačių ribų nustatymo problemos
10.	I	Monika	32	Mot.	Aukštasis	Nerimas, depresija, savęs realizavimo, tarpasmeninių santykių problemos
11.	I	Rasa	27	Mot.	Aukštasis neuniversitetinis	Nerimas, tarpasmeninių santykių problemos
12.	I	Saulė	39	Mot.	Aukštasis neuniversitetinis	Depresija, tarpasmeninių santykių problemos

2.3. Tyrėja – psichoterapeutė

Tyrėja, šio darbo autorė, atlikusi interviu ir daugiausiai analizavusi duomenis, kartu yra ir psichoterapeutė, teikusi tyrimo dalyviams psichoterapinę pagalbą ir pakvietusi juos dalyvauti tyrime.

Svarbi tyrėjos ir psichoterapeutės derinimo viename asmenyje priežastis buvo galimybė pasiekti tyrimo dalyvius – psichoterapijos klientus, tinkamai motyvuoti ir pakviesti juos dalyvauti tyrime bei užtikrinti, kad tyrimas ir psichoterapijos procesas vienas kitam ne trukdytų, o atvirksčiai, būtų naudingi. Yra moksliskai patvirtintų duomenų, kad psichoterapijos klientai nėra viena-reikšmiškai linkę dalyvauti psichoterapijos tyrimuose ir pripažinti tokių tyrimų naudą mokslui ir psichoterapijos praktikai. Psichoterapijos klientai 1) gali įtariai žiūrėti į tyrimų vykdytojus kaip siekiančius sau naudos, 2) gali bijoti, kad tyrimų duomenys bus panaudoti prieš juos ar prieš kitus psichoterapijos paslaugų gavėjus arba 3) gali nepasitikėti biurokratinį atspalvį turinčiomis procedūromis (Solstad, Castonguay, & Moltu, 2017). Narcistinių sunkumų turintys žmonės, kuriuos kvietėme dalyvauti tyrime, yra ypatingai jautrūs vertinimo motyvams, todėl dalyvavimas apklausoje jiems gali kelti didelį stresą, kurio išvengti ar kurį suvaldyti galėjo padėti tyrėja – psichoterapeutė.

Psichoterapeutams, kurių prašoma pasiūlyti savo klientams dalyvauti moksliniuose tyrimuose, tai yra papildoma laiko ir energijos investicijų reikalaujanti užduotis, kurios jie dažnai linkę atsisakyti ar išvengti (Roesler, 2018). Be to, psichoterapeutai išreiškia nuogaštavimus dėl galimos neigiamos tyrimo įtakos psichoterapijos procesui (Taubner, Klasen, & Munder, 2016). Klientas, tarp terapijos sesijų apklausiamas tyrimo tikslais, gali jaustis panaudojamu ir vertinamu objektu, todėl gali nukentėti jo atvirumas psichoterapijoje. Iš vienos pusės, atrodytų, kad problema sumažėtų, jei psichoterapinę pagalbą teiktų vienas žmogus, o tyrimą atliktų kitas. Tačiau net ir tokiu atveju psichoterapeutas prisideda prie tyrimo, nes kviečia jame dalyvauti klientus, taigi nėra neutralus, ir klientas gali jį suprasti kaip vertinantį. Iš kitos pusės, kai tyrėjas ir psichoterapeutas yra tas pats žmogus, jis turi daugiau galimybių pastebėti ir psichoterapiniame santykiyje aptarti dėl dalyvavimo tyrime išylančius trikdžius. Mūsų darbe tyrėja – psichoterapeutė tiek interviu metu, tiek psichoterapijoje turėjo galimybę pastebėti, jei klientas – tyrimo dalyvis jautėsi vertinimo objektu, ir sumažinti neigiamą to įtaką, tiesiai ir atvirai aptardama tai su klientu. Interviu metu iškilusi informacija buvo integruojama į psichoterapinį procesą, siekiant naudoti klientui.

Taigi psichoterapijos dalyvių pasiekiamumas ir motyvacija dalyvauti moksliniuose psichoterapijos tyrimuose yra problema, kurią šios studijos tyrė-

ja sprendė pakviesdama ir įtraukdama į tyrimą savo psichoterapinės praktikos klientus.

Paskutiniu metu pasaulinė psichoterapijos tyrimų bendruomenė yra susirūpinusi dideliu atotrūkiu tarp mokslo ir praktikos. Psichoterapijos tyrimuose ir praktikoje vartojamos skirtingos sąvokos, psichoterapeutai praktikai nesidomi ir nesinaudoja tyrimų rezultatais, nes jie svetimi tiek savo terminologija, tiek nuo realaus gyvenimo ir psichoterapinio darbo kasdienybės nutolusių konstruktų ir terapinių veiksnių vertinimu (Castonguay et al., 2010; Lebow, 2006; Taubner et al., 2016). Atidžiai kontroliuojami eksperimentiniai psichoterapijos tyrimai suteikia mokslškai patikimas ir tikslias žinias, kokie *gali būti* efektyvios psichoterapijos veiksniai, tačiau nebūtinai atspindi, kas *iš tikro yra* paveiku psichoterapijoje (Cooper, 2008). Atsakymo į pastarąjį klausimą siūloma ieškoti psichoterapijos tyrimus atliekant natūraliose sąlygose – apklausti psichoterapeutus ir klientus realiose psichoterapijos paslaugų aplinkybėse (APA, 2006; Castonguay et al., 2010; Lebow, 2006). Be to, ieškoma būdų, kaip į tyrimų atlikimą įtraukti psichoterapijos praktikus, o ne tik mokslininkus. Keliama prielaida, kad psichoterapeutas praktikas, atliekantis ir mokslinius tyrimus, daugiau domėsis ir pasinaudos jų rezultatais. Savo patirtimi bei žiniomis tyrėjas – psichoterapeutas prisidės prie tyrimų sąsajos su realybe stiprinimo (Castonguay et al., 2010; Lebow, 2006).

Arčiausiai realios praktikos ir gyvenimo gali būti tyrimai, kuriuos savo praktikoje ir su savo klientais atlieka psichoterapeutai. Pačioje psichoterapijos istorijos pradžioje psichoterapijos mokslas rėmėsi duomenimis, apie kuriuos pranešdavo realiai su klientais dirbantys psichoterapeutai. Taip gimė klinikinės atvejų analizės metodas, kuris vėliau buvo tobulinamas, modifikuojamas, kad atitiktų mokslinius metodologinius reikalavimus (Gudaitė, 2007; McLeod, 2015). Paskutiniu metu psichoterapijos tyrimų apžvalgininkai ragina psichoterapeutus naudoti ir kitus mokslinius tyrimo metodus savo praktikoje, o apie rezultatus pranešti plačiai praktikų ir mokslininkų bendruomenei. Tokie tyrimai gali būti naudingi tiek pačiam psichoterapeutui, tiek klientams, tiek ir psichologijos mokslui (Castonguay et al., 2010; Cooper, 2008; Lebow, 2006). Jie padidintų tikimybę, kad teikiant ir gaunant psichoterapijos paslaugas bus naudojamos įrodymais pagrįstos žinios, ir dėl to paslaugų kokybė gerės – o tai ir yra vienas iš svarbiausių psichoterapijos tyrimų tikslų (APA, 2006; McLeod, 2015). Šio darbo autorė tyrimo tikslais apklausė savo psichoterapinės praktikos klientus, kurie kreipėsi psichoterapinės pagalbos dėl įvairių gyvenimiškų problemų. Tyrimo interviu buvo skirtas atskiras laikas, tačiau tai buvo integruota į psichoterapinį procesą. Esant poreikiui (o toks dažnam

tyrimo dalyviui iškilto), klientai galėjo aptarti interviu metu iškilusias temas ir sunkumus vėlesnėse psichoterapijos sesijose.

Atidžiai kontroliuojamuose eksperimentiniuose tyrimuose garantuojamas mokslinis objektyvumas. Tokiu lygiu užtikrinti objektyvumo nepavyksta psichoterapinius tyrimus atliekant natūraliose sąlygose, juo labiau, kai tyrimo dalyviai yra pačios tyrėjos – psichoterapeutės klientai. Kokybinių tyrimų teorijoje teigiama, kad tyrėjo subjektyvumas yra neišvengiamas, o dažnai ir pagedaujamas veiksnys, norint suprasti sudėtingus, dinamiškus gyvenimiškus reiškinius bei į juos įsigilinti (Bager-Charleson, 2014; Braun & Clarke, 2013). Visgi siekiant kuo didesnio kokybinio tyrimo duomenų patikimumo, rekomenduojama pagrįsti ir aprašyti tyrimo žingsnius: tyrimo dalyvių pasirinkimą, duomenų rinkimo ir jų analizės bei interpretavimo būdus, pateikti pirminės tyrimo medžiagos ir jos analizės pavyzdžių (McLeod, 2015). Kita rekomendacija ir šiuolaikiniuose kokybiniuose psichoterapijos tyrimuose įsigalinti tradicija – tyrėjui reflektuoti savo subjektyvią patirtį planuojant ir atliekant tyrimą bei skirti vietos refleksyvumui pristatant tyrimą (Bager-Charleson, 2014; Braun, Clarke, 2013; McLeod, 2015). Savo darbe į šias rekomendacijas atsižvelgėme.

Jautri tema, susijusi su mūsų tyrimo specifika, yra tyrėjos, kaip psichoterapeutės, lūkesčių tyrimo dalyvių atžvilgiu ir tyrimo dalyvių perkėlimo bei priklausomybės nuo psichoterapeutės klausimai. Šiuo atveju manome, kad tyrėjos bei psichoterapeutės vaidmenų diferencijavimą, manipuliavimo klientais galimybės eliminavimą užtikrina pakankama tyrėjos kaip psichoterapeutės kompetencija: aukštas sąmoningumo lygis santykyje su klientais ir tyrimo dalyviais, gebėjimas reflektuoti ir atpažinti perkėlimo ir kontraperkėlimo reakcijas. Tyrėja - psichoterapeutė yra įgijusi klinikinės psichologės išsilavinimą, turi jungišką krypties psichoterapeutės ir tarptautiškai pripažintą analitikės kvalifikaciją. Savo darbe jau penkiolika metų taiko klinikinės psichologijos žinias ir psichoterapinio darbo principus (daugiausiai jungišką psichoterapiją). Nuolat kelia profesinę kvalifikaciją dalyvaudama įvairiuose seminaruose bei supervizijose ar intervizių grupėse.

Psichikos sveikatos centre, kuriame vyko psichoterapija ir tyrimas, tyrėja – psichoterapeutė teikia tiek valstybės apmokamas psichologines konsultacijas, tiek ir privačias psichoterapines paslaugas. Kai kurie tyrimo dalyviai – klientai už pirmas 10 konsultacijų patys nemokėjo (jiems priklausė valstybės finansuojamos paslaugos), o vėliau, tęsdami psichoterapiją privačiai, už sesijas mokėjo. Kiti tyrimo dalyviai – klientai už privačią psichoterapiją mokėjo nuo pirmos sesijos.

2.4. Tyrimo metodai

Duomenys buvo renkami su 12 tyrimo dalyvių atliekant pirmąjį pusiau struktūruotą interviu. Su 7 iš 12 tyrimo dalyvių, dalyvavusių pirmame etape, po maždaug metų buvo atliktas ir antrasis pusiau struktūruotas interviu. Pusiau struktūruota interviu forma buvo pasirinkta dėl to, kad ji leidžia klausimus pateikti pakankamai lanksčiai ir tokiu būdu sukurti bendradarbiavimo santykį su tyrimo dalyviu. Be to, ji įgalina atskleisti įvairių ir individualią dalyvių patirtį. Visgi pusiau struktūruotas interviu nėra visai laisvas, jame iš anksto paruošiami klausimai remiantis jau turimomis žiniomis apie tiriamą reiškinį ir lūkesčiais, kas gali iškilti atliekant tyrimą (Gudaitė, 2007). Taigi pusiau struktūruotas interviu turi tam tikrą struktūrą, kuri palengvina skirtingų dalyvių informacijos lyginimą.

Abu šiame tyrime naudoti pusiau struktūruoti interviu sudaryti tyrėjos ir darbo vadovės. Klausimai formuluojami taip, kad kuo labiau skatintų žmogų dalintis savo išgyvenimais, gyva patirtimi, o ne racionaliais samprotavimais. Šalia pagrindinių klausimų galėjo būti užduodami papildomi tikslinantys klausimai, dažnai orientuoti į asmeninę dalyvių patirtį.

Pirmasis pusiau struktūruotas interviu, atliktas psichoterapijos pradžioje, susideda iš dviejų dalių. Pirma dalis skirta tyrimo dalyvių narcistinių sunkumų patyrimui atskleisti. Klausimai suformuluoti remiantis literatūroje apžvalgoje aptartais diagnostiniais narcizmo kriterijais bei psichodinaminiu narcizmo vidinės ir išorinės raiškos aprašymu.

- Kaip galėtumėte save apibūdinti? Kaip Jūs save vertinate?
- Kaip Jums atrodo, ką kiti žmonės galvoja apie Jus? Kaip Jūs į tai reaguojate?
Gal galite papasakoti konkretų prisiminimų epizodą, kuomet buvote kieno nors labai gerai įvertintas arba nuvertintas? Kaip tai patyrėte?
- Ar Jums svarbu įtikti kitiems žmonėms? Kaip jaučiatės, jei nepavyksta įtikti?
Papasakokite konkretų prisiminimų epizodą, kuomet neįtikote kitam žmogui. Kaip tai patyrėte?
- Ar Jums teko sutikti ypatingų žmonių? Apibūdinkite juos ir savo santykį su jais.
- Ar yra tekę patirti savo išskirtinumą?
Gal galite papasakoti konkretų prisiminimų epizodą, kuomet patyrėte savo išskirtinumą. Kaip tai išgyvenote?
- Kaip galėtumėte apibūdinti, kas yra artimas ryšys?
Gal galite papasakoti konkretų artumo patyrimo epizodą? Kaip Jūs jį išgyvenote?

Antra dalis pirmajame interviu skirta patyrimui ir poreikiams santykiuose su autoritetu atskleisti. Klausimus suformulavome remdamosi literatūroje nurodomais svarbiais santykio su autoritetu aspektais. Įtraukėme tris išskirtus santykio su autoritetu patyrimo lygius. Pirmuoju klausimu skatiname tyrimo dalyvį laisvai asocijuoti, taip priartėjant prie neracionalių emociškai aktualių patirties motyvų.

- Kas Jums pirmiausia ateina į galvą, išgirdus žodį „autoritetas“?
- Kokius žmones savo gyvenime pavadintumėte autoritetais? Kokie Jūsų santykiai su tais žmonėmis? Kokius jausmus Jums kelia autoritetai?
Gal galite papasakoti kokį nors savo santykių su autoritetais prisiminimų epizodą, kuris Jums atrodo reikšmingas?
- Ar Jums buvo autoritetai tėvai? Kaip jis/ji/jie tapo autoritetu? Kokie buvo Jūsų santykiai su tėvais vaikystėje?
Gal galite papasakoti kokį nors savo santykių su motina ar tėvu, kaip autoritetu, prisiminimų epizodą, kuris Jums atrodo reikšmingas?
- Ar tenka susidurti su žmonėmis, žiūrėtiniais į Jus iš aukšto? Kaip tą patiriate?
Papasakokite kokį nors santykių su žmogumi, žiūrėtinčiu į Jus iš aukšto, prisiminimų epizodą, kuris Jums atrodo reikšmingas.
- Koks Jūs esate autoritetas? Ar teko ką nors mokinti? Ar teko turėti pavaldinių? Koks Jūsų santykis su mokiniais/pavaldiniais/vaikais?
Gal galite papasakoti kokį nors savo santykių su žmonėmis, kuriems Jūs buvote autoritetas, prisiminimų epizodą, kuris Jums atrodo reikšmingas?
- Ką Jums reiškia „vidinis autoritetas“? Kaip patiriate savo vidinį autoritetą?
Papasakokite kokį nors prisiminimų epizodą, kuomet jautėte savo vidinį autoritetą.
- Ar turite viršasmėninį autoritetą? Kaip jį patiriate?

Klausimą apie „vidinį autoritetą“ keliems tyrimo dalyviams reikėjo patikslinti, nes jie nebuvo tikri, kad adekvačiai suprato sąvokos reikšmę. Tokiais atvejais tyrėja paminėdavo, kaip reiškiasi vidinis autoritetas: pasitikėjimu savimi, atramos savyje jautimu, lengvai ar sunkiai priimamais sprendimais, vadovavimusi tam tikromis vertybėmis. Keliais atvejais teko tikslinti ir paskutinį klausimą – tyrimo dalyviai perklaušė, ką reiškia „viršasmėninis autoritetas“. Tyrėja paminėdavo kitas su transcendentiniu Kitu susijusias sąvokas: Dievas, kažkas, kas peržengia žmogiškos būties ribas, religija, tikėjimas.

Antrasis pusiau struktūruotas interviu atliktas maždaug po metų. Jis skirtas psichoterapijos metu įvykusių pokyčių, juos skatinusių ar trikđziusių veiksnių bei konkrečiai santykio su autoritetu pokyčių patyrimui atskleisti. Pirmuoju klausimu tyrimo dalyvis skatinamas prisiminti psichoterapijos pradžia, kad į ją orientuojantis būtų lengviau vertinti ir įvardinti įvykusius pokyčius.

- Dėl kokių priežasčių kreipėtės psichoterapijos?
Papasakokite, kokių sunkumų turėjote psichoterapijos pradžioje. Kokios pagalbos tikėjotės? Kokius tikslus kėlėte psichoterapijos pradžioje?
- Ar pastebite kokių nors pokyčių, kuriuos galėtumėte sieti su psichoterapija? Jei taip, tai kokių?
Kas jūmyse pasikeitė/nepasikeitė, lyginant su psichoterapijos pradžia? Ar terapija atitiko jūsų lūkesčius? Ar pasiekėte/iš dalies pasiekėte tikslų, kuriuos kėlėte psichoterapijos pradžioje?
- Kas Jums padėjo siekti pokyčių psichoterapijos metu? Kas trukdė siekti pokyčių psichoterapijoje?
- Gal galėtumėte papasakoti psichoterapijos epizodą, kuris Jums atrodo reikšmingas?
- Kaip jūs save vertinate dabar? Ar atrodo, kad jūsų savęs vertinimas keitėsi psichoterapijos metu? Jei keitėsi, tai kaip? Kas tam turėjo įtakos?
Gal galite papasakoti konkretų gyvenimo epizodą, kuomet pajutote vertinantis save kitaip nei psichoterapijos pradžioje.
- Apibūdinkite savo santykius su žmonėmis paskutiniu metu.
Gal galite papasakoti konkretų santykių epizodą, kuris jums atrodo reikšmingas.
- Papasakokite apie savo santykius su autoritetais. Kokie jie buvo anksčiau? Kokie yra dabar?
- Jeigu paskutiniu metu teko būti autoriteto pozicijoje (vaikams, pavaldiniams, mokiniam), papasakokite savo patyrimą.
- Kiek jūs pasitikite savimi paskutiniu metu? Ar jums lengva priimti sprendimus/išsakyti savo nuomonę?
- Kaip Jums atrodo, kas buvo svarbiausia psichoterapijoje?

2.5. Tyrimo eiga

Tyrimas buvo atliekamas toje pačioje vietoje, kur vyko ir tyrimo dalyvių psichoterapija– Psichikos sveikatos centre. Pakviestiems psichoterapijos klientams sutikus dalyvauti tyrime, per 10-tą – 14-tą psichoterapijos sesiją buvo

susitariama dėl tyrimo laiko. Atvykus į tyrimą, prieš pirmąjį interviu tyrimo dalyviams dar kartą buvo pristatytas tyrimo tikslas, eiga, etapai. Primenama apie konfidencialumą. Pabrėžiama, kad galima bet kuriuo metu pasitraukti iš tyrimo ir atsisakyti leisti naudoti jų duomenis pristatant tyrimo rezultatus, ir kad nuo to nepriklauso jų galimybė toliau tęsti psichoterapiją. Tyrimo dalyviai supažindinami su sutikimo dalyvauti tyrime sutartimi, dar kartą jiems patvirtinamas savo sutikimą, prašoma pasirašyti.

Tyrimas pradėdamas pateikiant tyrimo dalyviams pirmojo interviu pirmos dalies klausimus. Po pirmos dalies daroma kelių minučių pertrauka. Klausinama, kaip tyrimo dalyviai jaučiasi, ar nėra kokių fizinių nepatogumų. Tyrimo dalyviams pasidalinus reakcijomis, atsikvėpus, pateikiami antros dalies klausimai. Pirmasis interviu, neskaičiuojant pertraukėlės tarp dviejų dalių, truko nuo 75 iki 117 min. (vidutiniškai 95 min.).

7 tyrimo dalyviams, tęsusiems psichoterapiją ir priartėjus 40-tai – 45-tai psichoterapijos sesijai, tyrėja – psichoterapeutė pranešė apie galimybę atlikti antrąjį interviu. Visiems 7 tyrimo dalyviams sutikus, buvo susitarta dėl tyrimo laiko. Atvykus į tyrimą, dalyviams pateikti antrojo interviu klausimai. Antrasis interviu truko nuo 47 iki 86 min. (vidutiniškai 61 min.).

Po pirmojo interviu tyrimo dalyviams buvo duodama santykio su autoritetu skalė (Grigutytė ir Gudaitė, 2016) bei prašoma ją užpildyti namie ir atnešti į kitą psichoterapinį susitikimą. Šios skalės duomenys neanalizuoti ir nepanaudoti šiame darbe dėl apsisprendimo rinktis kokybinę tyrimo strategiją, galimo per didelio duomenų kiekio, kurį būtų sunku apibendrinti, bei nepakankamos tyrimo dalyvių imties patikimai statistinei analizei atlikti. Skalės pradžioje prašoma pateikti demografinius duomenis: lytį, amžių, išsilavinimą ir šeimyninę padėtį – šie duomenys panaudoti darbe.

Abiejų interviu klausimai buvo pateikiami lanksčiai. Jei tyrimo dalyvis atsakydavo į klausimą anksčiau nei numatyta jį užduoti, klausimas buvo praleidžiamas. Klausimai galėjo būti sukeičiami vietomis priklausomai nuo vykstančio pokalbio krypties. Papildomi klausimai, aukščiau išskirti pasvirusiu šriftu, buvo užduodami tuo atveju, jei dalyvis nepaminėjo tyrimui svarbių patirties epizodų.

Abiejų interviu metu pokalbis buvo įrašomas į diktofoną. Tyrėja pasižymėdavo svarbias neverbalines tyrimo dalyvių reakcijas (ašaras, ryškius kūno pozos pakeitimus, šypsena ir kt.). Po interviu, tyrimo dalyviams išėjus, tyrėja pasižymėdavo savo refleksijas – pokalbio aplinkybes, interviu metu kilusias savo emocines reakcijas, mintis, pastebėjimus, asociacijas.

2.6. Duomenų analizė

Tyrimo duomenys analizuoti pagal **kokybinės teminės analizės** principus (Boyatzis, 1998; Braun & Clarke, 2013). Teminė analizė kai kurių mokslininkų laikoma grindžiamosios teorijos, kuri interviu duomenis aprašo ir jų pagrindu kuria naują teoriją, atmaina (McLeod, 2015). Kiti kokybinių tyrimų teoretikai ir praktikai išskiria teminę analizę kaip savarankišką kokybinės duomenų analizės kryptį (Braun & Clarke, 2013). Teminės analizės metodas yra lankstus, leidžia analizuoti duomenis **derinant indukcinį ir dedukcinį principus** (Boyatzis, 1998) – būtent tokį derinimą naudojome savo duomenų analizėje. Remiantis induktyviuoju principu kodai ir temos kildinami iš pačių duomenų, atmetant bet kokias išankstines teorines prielaidas. Dedukcinis principas susijęs su teorinėmis prielaidomis, į kurias atsižvelgiant formuluojamos temos. Įvardindamos kai kurias temas savo tyrime vadovavomės analitine psichoterapijos paradigma. Ta pačia paradigma rėmėmės ir latentiniame duomenų analizės lygmenyje, kodus išskirdamos pagal neakivaizdų turinį, t.y. interpretuodamos tyrimo dalyvių pateiktą informaciją. **Latentinį duomenų analizės lygį** derinome prie **semantinio**, kuriame kodai atspindi tiesiogiai išsakytą informaciją. Pasirinkome derinti indukcinį ir dedukcinį principus, įtraukėme semantinį ir latentinį informacijos lygius į analizę, siekdamos kuo tiksliau ir giliau atskleisti mus dominantį tyrimo dalyvių patyrimą bei konceptualiai jį paaiškinti.

Remiantis kokybinių duomenų teminės analizės rekomendacijomis (Braun & Clarke, 2013), tyrimo rezultatų pristatyme ribojamas skaitinių verčių naudojimas. Vietoje jų kiekis apibūdinamas žodžiais. Jei pirmajame interviu temą ar potemę nurodė 9 ir daugiau tyrimo dalyviai, tai įvardijama kaip „dauguma“, jei 7–8 – „daugiau nei pusė“, jei nuo 2 iki 5 – „keli“. Atitinkamai antrajame interviu 5–6 dalyviai – „dauguma“, 4 – „daugiau nei pusė“, 2–3 – „keli“.

2.6.1. Duomenų transkribavimas

Pokalbių įrašai buvo transkribuojami, užrašant ne tik žodinį pasakojimo turinį, bet ir tyrimo dalyvių emocines reakcijas, pauzes, neverbalines reakcijas (kosčiojimas, juokas ir pan.), balso tono pokyčius, emocinį žodžių atspalvį (pavyzdžiui, ironija, pyktis). Dalį transkripcijų atliko pati tyrėja. Kitą dalį transkripcijų atliko ekspertė, turinti kokybinių tyrimų psichoterapijoje patirtį, vėliau dalyvavusi ir diskusijose dėl kodų bei temų išskyrimo.

2.6.2. Temų išskyrimas

Teminė analizė buvo atliekama pagal žingsnius, kurie nurodyti teorinėje ir praktinėje teminės analizės literatūroje (Braun & Clarke, 2013):

- **Susipažinimas su duomenimis.** Pirmasis susipažinimas su duomenimis vyko interviu metu renkant duomenis. Vėliau po kelis kartus skaitant transkribuotus interviu tekstus, stengtasi į juos „panirti“, pajauti tyrimo dalyvio išsakomos informacijos emocinį krūvį, svarbiausias žinutes. Skaitant tekstus, paraštėse buvo pažymimi pasikartojantys motyvai, užrašomos kylančios įžvalgos ir idėjos apie galimus kodus ir temas.
- **Pradinis duomenų kodavimas.** Transkribuoti tekstai buvo skaidomi į smulkesnius vienetus ir koduojami. Kodas – tai keli žodžiai ar trumpa frazė, perteikiantys informacijos segmento esmę, informatyvią tyrimo tikslų ir klausimų atžvilgiu. Vienu transkribuotų interviu kodai buvo rašomi atspausdintų tekstų paraštėse ranka. Kitų tekstų pirminis kodavimas vyko sudarant lenteles: pirmo lentelės stulpelio eilutėse patalpinti teksto segmentai, o šalia jų antrajame stulpelyje surašomi kodai. Vienam teksto segmentui galėjo būti priskirti keli kodai. Pirminio kodavimo pavyzdys – antrojo interviu su tyrimo dalyviu vyru fragmentas ir pradiniai kodai – pateikti 1 PRIEDE.
- **Temų paieška.** Tema išreiškia svarbią duomenų prasmę, susijusią su tyrimo klausimu. Tema turi centrinę organizuojančią koncepciją, susidedančią iš daugiau nei vienos idėjos. Tarp išskirtų kodų ieškojome panašumų, juos jungėme į grupes ir potencialias temas bei potemes. Pirmą giliai ir išsamiai išanalizavome vieno tyrimo dalyvio pirmojo interviu tekstą. Iš atspausdintų lentelių su teksto fragmentais ir priskirtais kodais iškirpome kodus. Lapelius su kodais dėliojome ant stalo, ieškojome bendrų bruožų, grupavome. Sudarėme naujas kelių išskirtų stambių kategorijų lenteles. Lentelėse surašėme pirmines temas, potemes ir jas atitinkančius kodus. Toliau analizavome kitus šešis interviu tekstus, jau turėdamos pirmojo teksto temų „karkasą“. Papildėme pirmines temas naujomis, tikslinome buvusias, kai kurių atsisakėme. Galų gale į analizę įtraukėme likusius penkis tekstus ir parengėme temų, potemių ir kodų lenteles. Panašiai atlikome ir antrojo interviu analizę – pirmą detaliai analizavome to paties vieno tyrimo dalyvio interviu tekstą, dėlioiant ant stalo grupavome kodus, išskyrėme kategorijas, pirmines temas ir potemes. Jas koregavome, pildėme ar atmetėme analizuodamos likusius 6 interviu tekstus. Sudarėme temų, potemių ir kodų lenteles.

- **Temų peržiūrėjimas.** Šiame analizės etape buvo dar kartą peržiūrėti ir, jei reikia, koreguojami kodai, juos apimančios temos ir potemės. Iš naujo skaitytos pradinių tekstų ištraukos, norint patikrinti, ar temos atitinka individualias istorijas ir duomenų visumą. Vertinta, ar temas sudarantys kodai neprieštarauja vieni kitiems (homogeniškumo kriterijus), ar temos pagal prasmę nepersidengia (heterogeniškumo kriterijus). Šio etapo pabaigoje sudarytos lentelės su galutinėmis temomis, potemėmis ir kodų pavyzdžiais.
- **Temų pavadinimai ir apibūdinimai.** Dar kartą peržvelgiamos temos, vertinta, ar jų pavadinimai suprantami, tiksliai perteikia nurodomą prasmę. Suformuluoti temų apibūdinimai.

2.7. Tyrimo kokybės ir etikos užtikrinimas

Atliekant tyrimą ir duomenų analizę buvo atsižvelgta į kokybinių tyrimų patikimumui ir validumui užtikrinti keliamus reikalavimus (Elliot et al., 1999; McLeod, 2015).

Ekspertų dalyvavimas. Siekiant sumažinti tyrėjų šališkumą ir įtaką duomenų analizei, o formuluojant temas pilniau ir tiksliau atskleisti tyrimo dalyvių patyrimą, duomenis analizavo kelios ekspertės. Pirminį duomenų kodavimą atliko bei temas ir potemes formulavo pagrindinė tyrėja. Kitame etape kodai, temos ir potemės buvo aptarti ir derinami su darbo vadove. Vėliau duomenų analizėje pakviestos dalyvauti dar dvi ekspertės. Viena ekspertė yra psichologijos mokslų daktarė, atliekanti kokybinius tyrimus įvairiuose moksliniuose projektuose. Kita ekspertė yra įgijusi klinikinės psichologės išsilavinimą ir turi kokybinių tyrimų atlikimo patirtį. Abi ekspertės yra gerai susipažinusios su jungiškos krypties psichoterapijos teorija ir praktika. Ekspertėms iš anksto susipažinimui buvo pateikta po kelis interviu tekstus. Tyrėjų pasitarimų metu buvo peržiūrėti kodų pavadinimai, išskiriami nauji, kai kurių atsisakoma. Tikslinamos, derinamos ir formuluojamos galutinės temos ir potemės.

Savo perspektyvos pateikimas. Remiamės psichodinamine ir analitine tiriamų reiškinių samprata, kurią pateikiame darbo teorinėje dalyje. Aprašome psichoterapeutės ir tyrėjos rolių derinimą, jį pagrindžiame. Tyrimo metodikos ir Rezultatų aptarimo skyriuose reflektuojame galimą rolių derinimo įtaką tyrimui ir jo rezultatams.

Tyrimo dalyvių grupės ir tyrimo sąlygų aprašymas. Pateikiame tyrimo dalyvių atrankos kriterijus ir bendrą informaciją apie kiekvieną dalyvį (2.2 skyrius). Apibūdiname psichoterapijos ir tyrimo atlikimo sąlygas (2.3 ir

2.5 skyriai), siekdamas pagrįsti tyrimo ir jo rezultatų aktualumą bei tinkamumą psichoterapijos mokslui ir praktikai.

Vientisumas. Pateikdamos rezultatus ir juos interpretuodamos stengiamės sukurti suprantamą struktūrą, išlaikyti susietumą ir autentišką pradinių duomenų prasmę.

Pagrindimas pavyzdžiais. Tiesioginės dalyvių kalbos citavimas sudaro galimybę skaitytojui įvertinti atitikimą tarp pirminių duomenų ir jų analizės bei interpretavimo.

Pakartojimo galimybės numatymas. Pristatant tyrimo metodiką ir rezultatus siekiama tokio aiškumo, kuris leistų tyrimą pakartoti, palyginti su kitais tyrimais arba įtraukti į metaanalizes. Rezultatai aptariami kitų panašių tyrimų kontekste.

Katalizinis validumas. Tyrimo dalyviai dalinosi ir tolesnėse psichoterapijos sesijose galima buvo stebėti, kad interviu metu jiems kilo naudingų įžvalgų ir minčių apie jų sunkumus ir galimus įveikos būdus. Taigi pats dalyvavimas tyrime paskatino naudingus procesus.

Tyrimo etikos užtikrinimas. Į etinius aspektus buvo atsižvelgiama jau pačioje tyrimo pradžioje. Žmonės buvo kviečiami dalyvauti tyrime tik prasidėjus terapijai, kol nesusiformavo stiprus perkėlimas su emocine priklausomybe nuo psichoterapeutės. Tokia priklausomybė neleistų klientams atsisakyti dalyvauti tyrime. Tais atvejais, kai stebėtas stiprus perkėlimas, klientai nebuvo kviečiami dalyvauti interviu. Dalyviai pasirašė informuoto sutikimo dalyvauti tyrime formas, kuriose buvo pažymėta, kad bet kada gali pasitraukti iš tyrimo ir atsisakyti leisti naudoti savo duomenis, ir kad nuo to nepriklausys jų tolesnės psichoterapijos procesas.

Metodologinėje literatūroje nurodoma, kad kokybiniai tyrimai gali būti susiję su žala tyrimo dalyviams, nes apklausos metu jie dažnai atskleidžia jautrius ir intymius išgyvenimus (McLeod, 2015). Tyrėja, būdama kartu ir psichoterapeute, ėmėsi reikalingų priemonių, kad tokios žalos būtų išvengta. Interviu metu iškilus jautrioms temoms, skirtas laikas emociniam tyrimo dalyvių atreagavimui ir jų palaikymui. Suteikta pagalba atlaikyti sunkius išgyvenimus.

Publikuojant tyrimo rezultatus laikomasi konfidencialumo principo. Tyrimo dalyvių identifikaciniai duomenys pakeisti, neatskleidžiami faktai, kurie leistų atpažinti dalyvius.

2.8. Tyrėjos refleksijos

Buvau ir tyrėja, apklaususi tyrimo dalyvius, ir jų psichoterapeutė, todėl į šį dvigubą darbą įsitraukiau asmeniškai. Tyrimo dalyviai man rūpėjo kaip žmonės, su kuriais turiu pakankamai atvirą psichoterapinį santykį. Analizuodama ir pristatydama duomenis siekiau būti kuo sąžiningesnė – nenutolti nuo jų pateiktos informacijos, perteikti žinias kuo artimiau toms, kurias tyrimo dalyviai išreiškė. Kartais norėdavosi tiesiog juos cituoti – atrodė, turtinga, vaizdinga, gili ir tiksli dalyvių kalba yra arčiau tiesos nei mano mintys, suformuluotos naudojant akademinis terminus. Analizavimas ir interpretavimas tarsi supaprastindavo tyrimo dalyvių žodžius. Tuo pačiu supratau, kad įsitraukimo ir atsitraukimo, gyvos kalbos ir mokslinės analizės derinimas yra tas kelias, kuris daro kokybinį tyrimą patikimą, informatyvų, adekvatų tikrovei ir mokslškai korektišką. Toks yra vienas iš būdų mažinti atstumą tarp psichoterapijos tyrimų ir praktikos.

Interviu metu pasitelkdavau sąmoningas pastangas atsitapatinti nuo psichoterapeutės vaidmens: padedančios susieti vidinio ir išorinio pasaulio įvykius, palaikančios, atlaikančios. Tokių pastangų prireikdavo, kai netikėtai iškildavo jautrios temos, pavyzdžiui, intymi santykio su viršasmensiniu autoritetu patirtis. Stengiausi, kad interviu netaptų terapijos sesija. Ilgainiui atskirti psichoterapeutės ir tyrėjos roles sekėsi vis lengviau. Po interviu skirdavome laiko dalyvių emociniam atreagavimui. Jei reikėdavo, prie tyrimo metu pateiktos terapijai svarbios informacijos ir jos emocinio turinio grįždavome vėlesnių psichoterapijos sesijų metu.

Įsitikinau, kad interviu buvo naudingas ir mokslinė, ir psichoterapine prasme. Per pirmąjį interviu tyrimo dalyvių išsakyta patirtis pasitarnavo geresniam jų problemų supratimui. Po psichoterapijos metų įvardinti ir įsisąmoninti atsiradusius pokyčius, apžvelgti vykusį procesą buvo svarbu tiek klientams, tiek ir psichoterapeutei. Kai kuriais atvejais remdamiesi šia informacija terapinių sesijų metu su klientais peržiūrėjome psichoterapinį kontraktą, aptarėme, ką nuveikėme, ir kokia galėtų būti tolimesnė darbo kryptis.

Analizuodama tyrimo medžiagą ne kartą susidūriau su atradimais, kurie nustebino, praturtino, džiugino ir įkvėpė tolimesniam darbui: tiek psichoterapiniam, tiek moksliniam. Vienas tokių atradimų – užfiksuotos tikslingos projekcijos į psichoterapeutę, kurias priskyreme terapiniams veiksniams. Įdomu, kad vienas klientas psichoterapijoje patyrė mane kaip „šiltą“, kitas kaip „besidominčią“, trečias kaip pateikiančią taiklias interpretacijas ir kt. Kadangi aš buvau vienas ir tas pats asmuo, supratau, kad į mane tyrimo dalyviai projektavo tai, ko jiems labiausiai reikėjo. Praktikoje šį reiškinį stebime gana dažnai, o mūsų tyrimo specifiškumas padėjo jį užfiksuoti ir pagrįsti empiriniu moksliniu būdu.

3. REZULTATAI

Pirmiausia pateiksime rezultatus, atspindinčius tyrimo dalyvių santykio su autoritetu dinamiką per psichoterapijos metus. Vėliau pristatysime narcistinių sunkumų ir jų pokyčių sąsajas su santykio su autoritetu dinamika. Pabaigoje įvardinsime ir apibūdinysime psichoterapinius pokyčius paskatinusius veiksnius, kuriuos nurodė tyrimo dalyviai.

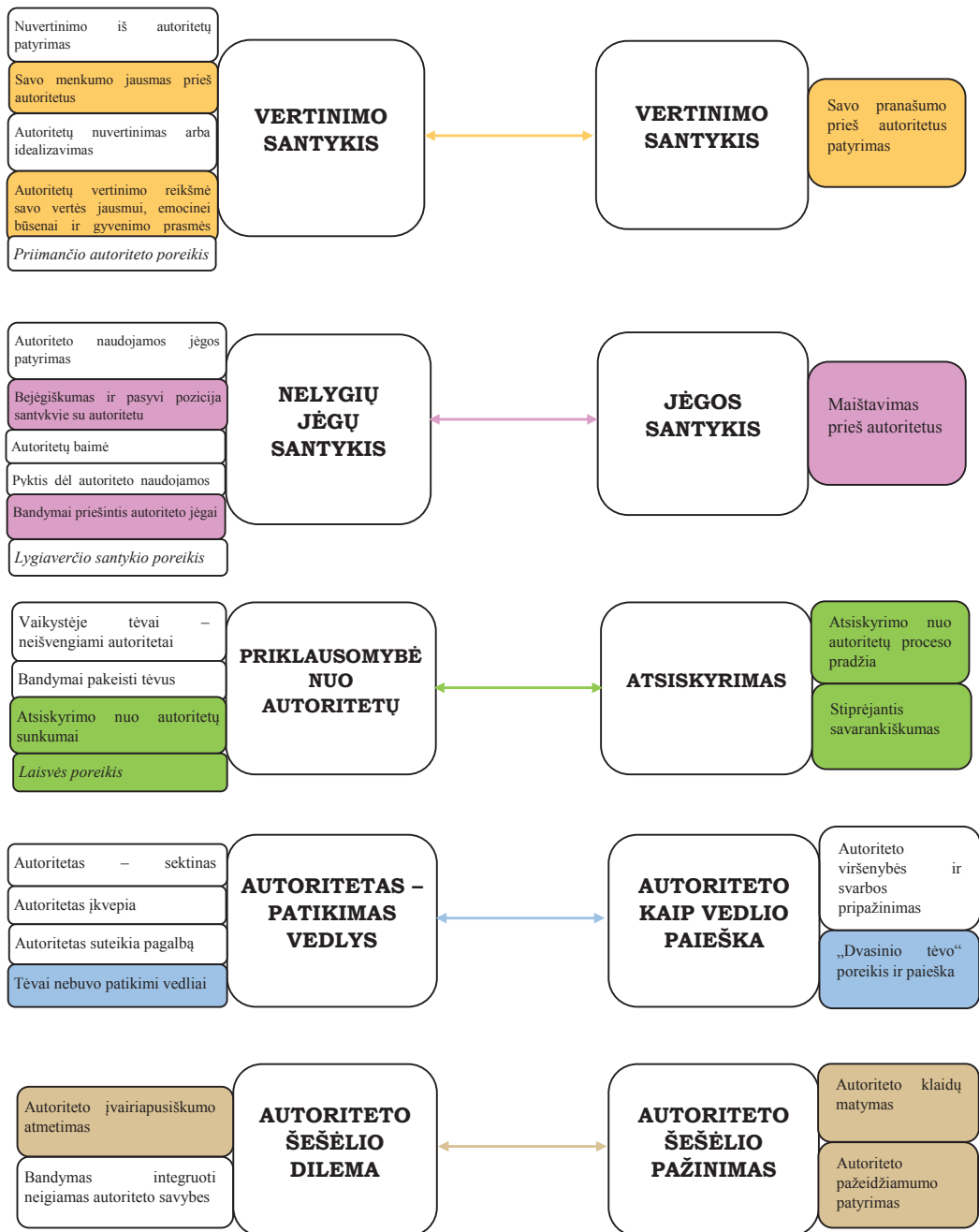
Atliekant pirmojo interviu antrosios dalies duomenų teminę analizę išryškėjusios temos suskirstytos į tris kategorijas pagal santykio su autoritetu patyrimo lygmenis: **Santykio su autoritetų figūromis, Vidinio autoriteto patyrimo ir Santykio su viršasmeniniu autoritetu**. Pagal pirmąsias dvi kategorijas struktūruosime santykio su autoritetu dinamikos psichoterapijos procese aprašymą. Santykio su viršasmeniniu autoritetu pokyčiai nebuvo užfiksuoti, todėl aprašysime tik šio santykio ypatumus psichoterapijos pradžioje.

3.1. Santykio su autoritetų figūromis dinamika

Temas ir potemes, apibūdinančias tyrimo dalyvių santykį su autoritetų figūromis psichoterapijos pradžioje ir šio santykio pokytį po psichoterapijos metų, pateikiame 1-ame paveiksle. Jame atsispindi santykio su autoritetų figūromis dinamika.

Vertinimo santykio tema tyrimo dalyvių patirtyje su autoritetų figūromis išsiskiria tiek pirmajame, tiek antrajame interviu. Antrajame interviu po psichoterapijos metų atsiranda naujas motyvas – pranašumo prieš autoritetus patyrimas, kuris nurodo savo vertingumo jausmą. Pirmajame interviu daugiau girdėjosi savo menkumo prieš autoritetus jausmas, autoritetų nuvertinimas arba idealizavimas, didelė autoritetų vertinimo reikšmė.

Nelygių jėgų santykį su autoritetų figūromis, išreikštą pirmajame interviu, keičia **jėgos santykio** tema po psichoterapijos metų. Toks nedidelis pokytis temos formuluotėje susijęs su reikšmingai kitokiu jėgų pasiskirstymu. Po psichoterapijos metų tyrimo dalyviai maištauja prieš autoritetus, o tai nurodo atsirandančią asmeninę galią, reikalingą aktyviai konfrontacijai. Tuo tarpu psichoterapijos pradžioje tyrimo dalyviams buvo būdingas išreikštas bejėgiškumas ir pasyvi pozicija santykyje su autoritetų figūromis.



1 pav. Santykis su autoritetų figūromis psichoterapijos pradžioje ir santykio su autoritetų figūromis pokyčiai

Pirmojo interviu metu išryškėjo **priklausomybės nuo autoritetų** tendencija. Analizuodamos tyrimo dalyvių pasisakymus po psichoterapijos metų, išskyrėme **atsiskyrimo** temą, nes dalyviai kalba apie stiprėjantį savarankiškumą, bandymus realizuoti savo laisvės poreikį. Atsiskyrimo nuo autoritetų sunkumus keičia viduje bręstantis laisvės ir savo atskirumo pajautimas ir/arba pirmieji atsiskyrimo nuo autoritetų žingsniai.

Autoriteto – patikimo vedlio temą, suformuluotą pagal pirmojo interviu duomenis, pakeitėme į **autoriteto kaip vedlio paiešką** antrojo interviu analizėje, atsižvelgdamos į aktyvesnę tyrimo dalyvių poziciją siekiant sau reikalingo autoriteto. Psichoterapijos pradžioje tyrimo dalyviai minėjo autoriteto, kaip patikimo vedlio, savybes ir funkcijas. Po psichoterapijos metų interviu metu girdime pripažinimą, kad autoritetas, kaip viršesnis, yra tyrimo dalyviams svarbus, ir jie nusiteikę ieškoti su juo santykio. Pirmajame interviu išsiskyrė dalyvių pasisakymai, kad tėvai nebuvo patikimi vedliai, o antrajame interviu tyrimo dalyviai vyrai linkę aktyviai ieškoti „dvasinio tėvo“.

Psichoterapijos pradžioje tyrimo dalyviams aktuali ir dažnai emociškai sunki **autoriteto šešėlio dilema**. Girdime autoriteto neigiamų savybių atmetimą arba autoriteto su jo pasirodančiu šešėliu neigimą. Antrojo interviu metu tyrimo dalyviai daugiau nurodo **autoriteto šešėlio pažinimą**. Matomos autoriteto klaidos ir pripažįstamas autoriteto pažeidžiamumas nekelia didelių emociinių sunkumų.

3.1.1. Santykis su autoritetų figūromis psichoterapijos pradžioje

Analizuodamos pirmojo interviu duomenis, tyrimo dalyvių santykių su autoritetų figūromis patirtyse įžvelgėme **vertinimo santykį, nelygių jėgų santykį, priklausomybę nuo autoritetų, autoriteto – patikimo vedlio temą ir autoriteto šešėlio dilemą**. 2-oje lentelėje pateikiamos santykio su autoritetų figūromis patyrimo temos ir potėmės su kodų pavyzdžiais, o žemiau jos apibūdinamos.

2 lentelė. Santykių su autoritetų figūromis psichoterapijos pradžioje apibūdinančios temos, potemės ir kodų pavyzdžiai

Poreikiai ir lūkesčiai santykiams su autoritetais išskirti pasvirusiu šriftu

Temos	Potemės	Kodų pavyzdžiai
VERTINIMO SANTYKIS	Nuvertinimo iš autoritetų patyrimas	Tėvai laiko nevykusi Tėvai nevertina jo(-os) nuomonės Vadovė žemina kitų akivaizdoje
	Savo menkumo jausmas prieš autoritetus	Nors autoritetas to neparodo, bet jaučiasi menkavertis(-ė) prieš autoritetą Autoriteto savybės jam(-ai) atrodo neįmanomos pasiekti
	Autoritetų nuvertinimas arba idealizavimas	Kritiškai žiūri į autoritetus Žmogus negali būti autoritetas, nes turi trūkumų Menkina tėvus kaip autoritetus Vaikystėje tėvai atrodė viską žinantys, teisingai gyvenantys Vadovę mato kaip įkūnijančią idealus
	Autoritetų vertinimo reikšmė savo vertės jausmui, emocinei būsenai ir gyvenimo prasmės suvokimui	Kai autoritetas teigiamai įvertina, jaučiasi vertingas(-a) Jei autoritetas su ja(-uo) bendrauja, vadinasi, ji(s) vertinga(s) Patyrusi mamos nuvertinimą, suabejoja savo gyvenimo prasmingumu Pyktis, patyrus autoriteto nuvertinimą Gėdos jausmas išgirdus nuvertinimą iš tėvų
	Prūmančio autoriteto poreikis	Svarbu, kad autoritetas domisi ja(-uo) Patiriant autoriteto priėmimą, lengviau save reikšti Kai autoritetas mato ir girdi, jaučiasi saugiai
NELYGIŲ JĖGŲ SANTYKIS	Autoriteto naudojamos jėgos patyrimas	Jaučia, kad vadovė naudojami jos silpnumu Vadovė kelia balsą prieš ją Mama primeta savo nuomonę Turi paklusti autoritetui Į sutuoktinę(-į) projektuojamas autoritetas, turinti(s) ir naudojanti(s) daugiau jėgos
	Autoritetų baimė	Tėvo (vyro) baisu, nes jis piktas Baisu neįtikėti autoritetui Baisu, kad apkaltins
	Pyktis dėl autoriteto naudojamos jėgos	Įniršis ant žeminančio autoriteto Noras fiziškai nubausti žeminančią vadovę Pyktis ant autoriteto dėl išnaudojimo Įsiūtis ant autoriteto dėl nuomonės primetimo
	Bejėgiškumas ir pasyvi pozicija santykiuose su autoritetu	Negali savęs apginti prieš autoritetą Jaučia, kad jėgos nelygios jo(s) nenaudai Nemato galimybių atstovėti savo poziciją Iš anksto aišku, kad pralaimės nelygią kovą su autoritetu
	Bandymai priešintis autoriteto jėgai	Bando atstovėti savo poziciją Paauglystėje priešinosi motinos valiai Pasyviai priešinasi – nevykdo paliepiamų Bando įrodyti savo tiesą
	Lygiaverčio santykio poreikis	Trūksta kontakto su tėvais Pasitiki autoritetu, kuris elgiasi pagarbiai su pavaldiniais Jaučiasi vertinga, kai senelis bendrauja kaip su lygia Tikras autoritetas tas, kuris geba megzti santykių ir suvaldyti situaciją

Temos	Potemės	Kodų pavyzdžiai
PRIKLAUSOMYBĖ NUO AUTORITETŲ	Vaikystėje tėvai – neišvengiami autoritetai	Tėvų nepasirinksi Vaikystėje reikėjo paklusti tėvams
	Bandymai pakeisti tėvus	Pastangos išlaikyti tėvų autoritetingas savybes Noras padaryti tėvus šiuolaikiškus Pastangos tėvus padaryti laimingus
	Atsiskyrimo nuo autoritetų sunkumai	Bijo būti nemalonus tėvams Atsiskyrimą supranta kaip tėvų palikimą Kaltės jausmas išlaikant atstumą tarp savęs ir tėvų Sunku atsiskirti nuo vadovės ir dirbti savarankiškai
	<i>Laisvės poreikis</i>	Supranta, kad jam reikia atsiskirti nuo tėvų Nori laisvai rinktis autoritetus
AUTORITETAS – PATIKIMAS VEDLYS	Autoritetas – sektinas pavyzdys	Su autoritetu siekia tapatintis Autoritetas turi savybes, kurių jam (-ai) trūksta Į autoritetą norisi lygiuotis
	Autoritetas įkvepia	Autoritetas uždega entuziazmu Autoritetas suteikia postūmį Įkvepia autoriteto nuoširdus atsidasavimas veiklai
	Autoritetas suteikia pagalbą	Autoritetas padeda susivokti Autoritetas padrąšina Autoritetas patiprina ir palaiko Gali autoriteto prašyti pagalbos
	Tėvai nebuvo patikimi vedliai	Trūko tėvų pagalbos Trūko tėvų paskatinimo Tėvų kitokie interesai, todėl negalėjo jos paskatinti siekti daugiau Tėvai pasyvūs, todėl nesuteikė postūmio
AUTORITETO ŠEŠĖLIO DILEMA	Autoriteto įvairiapusiško atmetimas	Autoritetas negali klysti Nė vienas žmogus negali būti autoritetas, nes visi turi silpnybių Sunku klausyti tėvo, nes jis vieną sako, o kitą daro Nesusitaiko su neigiamomis tėvų savybėmis
	Bandymas integruoti neigiamas autoriteto savybes	Autoritetas yra žmogus, todėl ribotas Galima vertinti autoritetą už vertingas savybes, o kitų nematyti Darydamas didelius darbus autoritetas gali nepastebėti mažesnių ir kažką įžeisti

Vertinimo santykis. Visi tyrimo dalyviai mini vertinimo motyvus, kalbėdami apie santykius su autoritetais. Kaip sako Rokas, „*Kiekvieną žodį taip jau gaudai ir žiūri jau vertinančiai, prie kurių čia ar prie pagyrimų, ar prie kritikos priskirti.*“ Bandant prisiminti susidūrimo su autoritetais epizodus, dalyviams dažnai iškyla vertinimo situacijos. Autoritetų vertinimas svarbus ir daro įtaką emocinei būsenai, elgesiui, savęs vertinimui.

„*Nuvertinimo iš autoritetų patyrimą*“ nurodo dauguma tyrimo dalyvių. Pusė dalyvių nuvertinimą yra girdėję iš mokytojų ar darbo vadovų. Daugiau nei pusė dalyvių skaudžiai išgyvena tėvų arba artimų giminaičių nuvertinimą. Mantas iš tėvų reakcijų į jį supranta, kad tėvams jis yra „*nepavykęs projektas*“.

Aušra vaikystėje savo šeimoje jautėsi „*visiškai neįvertinta. Absoliučiai, nulis vertės*“. Keli dalyviai vyrai ir viena moteris patiria nuvertinimą iš sutuoktinių ar gyvenimo partnerių, kuriuos jie tam tikrose srityse laiko autoritetais.

„**Savo menkumo jausmas prieš autoritetus**“. Daugiau nei pusė dalyvių jaučiasi menkaverčiai autoriteto akivaizdoje, t.y. save nuvertina, nors autoritetas nebūtinai siunčia tokią žinią. Autoriteto pranašumas iššaukia kontrastingą savo „*mažumo*“ (*Rasa, Lina, Šarūnė*) jausmą. Atrodo, kad autoriteto lygio neįmanoma pasiekti. Lyginantis su autoritetu subjektyviai jaučiama didžiulė stoka kažko, kas leistų jaustis vertingam. Pasak Šarūnės, „*čia apie vidinį toki jausmą, kad jeigu tu be mokslinio vardo, tai tu nelabai kas esi...*“.

„**Autoritetų nuvertinimas arba autoritetų idealizavimas**“. Daugumai tyrimo dalyvių būdingas autoritetų idealizavimas. Keliems dalyviams vaikystėje idealūs atrodė tėvai, kiti dalyviai idealizuoja mokytojus ar darbo vadovus. Keli dalyviai vienus autoritetus idealizuoja, o kitus nuvertina. Kartais tie patys idealizuoti autoritetai po kiek laiko gali būti nuvertinti. Taip dažnai atsitinka tėvų atžvilgiu. „*Tas autoritetas mažta ir galbūt transformuojasi į anti-autoriteta, į pavyzdį, kaip nereikia daryti*“ (*Mantas*).

„**Autoritetų vertinimo reikšmė savo vertės jausmui, emocinei būsenai ir gyvenimo prasmės suvokimui**“. Daugumai tyrimo dalyvių patirti neigiami autoritetų vertinimai kelia stiprias emocijas: pyktį, gėdą, kaltę, liūdesį. Jie bijo autoritetų vertinimo. Gavus teigiamą autoriteto įvertinimą, kyli džiaugsmas, o kartais nerimas, ar pavyks įvertinimą pateisinti. Keli dalyviai nurodo, kad autoritetų įvertinimai reikšmingai įtakoja savo vertės jausmą. „*Nes aš pati savęs, kaip ir matyt savo to vertingumo, nejaučiu, jeigu jo kažkokie mano autoritetai nepastiprina*“ (*Inga*). Vien tai, kad autoritetas skiria dėmesį jiems, dalyviams gali sustiprinti savo vertės jausmą. Anot Roko, „*Aš su jais bendrauju, jie mane moko /.../ tarsi bandau prisidėti prie savo vertės tuos dalykus*.“ Neigiami autoritetų įvertinimai tyrimo dalyvių subjektyviai gali būti išgyvenami kaip paneigiantys jų vertę ar net gyvenimo ar veiklos prasmę. Kaip teigia Šarūnė, prisimindama mamos neigiamus vertinimus, „*jos kažkoks nuvertinimas nu tikrai toki sukelia jausmą kad /.../ tai ką aš čia veikiu? Kažkaip kad nieko prasmingo vat nesugebu daryt*“.

„**Priimančio autoriteto poreikis**“. Dauguma tyrimo dalyvių išsakė poreikį būti autoriteto priimti, išgirsti, pamatyti tokie, kokie yra, be vertinimo, teisimo ar lūkesčių. Keli dalyviai nurodo tokio kontakto, kuriame būtų suprasti, su autoritetais stoka. Dauguma tyrimo dalyvių gyvenime bent kartą yra sutikę priimančią autoritetą. Teigiamu patyrimu santykiyje su mokytoja dalinasi Šarūnė: „*Ir pasikalbėt galėdavom /.../ ir atviras santykis toksai /.../ tokia priimanti*

labai /.../. Ir ten nu nebuvo vertinimo kažkokio, jinai kažkaip labai nu palaikydavo, parodydavo kaip ir... /.../ kažkaip labai skatino tą saviraišką tokią gal“.

Nelygių jėgų santykis. Visi tyrimo dalyviai nurodo patyrę tokią santykį, kuriame jautė psichologinės, o kartais ir fizinės autoriteto jėgos persvarą. Nors pavieniuose pasisakymuose autoriteto jėga vertinama kaip pozityvi, galinti suvaldyti situaciją, visgi dažniausiai autoriteto jėga siejasi su tyrimo dalyvių suvokiamu savo silpnumu. Taip nelygias jėgas savo nenaudai patiria Aušra: *„Mano šeimoje man buvo tiesiog su basliu įkalta, kad jie yra dievai“.*

„Autoriteto naudojamos jėgos patyrimas“. Dauguma tyrimo dalyvių yra patyrę autoriteto, nuo kurio buvo priklausomi, piktnaudžiavimą jėga. Keli dalyviai yra susidūrę su mokytojų ar darbo vadovų pažeminimu, išnaudojimu, verbaline agresija savo atžvilgiu. Daugiau nei pusė dalyvių dalijasi prisiminimais apie tėvų paliepimus, draudimus ar bausmes, kurių jie nesuprato, tačiau jautė neišvengiamybę paklusti. Rasa jautėsi mamos *„kontroliavimo įrankiu“*. Rokas taip apibūdina jaučiamą tėvo jėgą: *„Bijodavai to diržo, vis tiek ir tas auklėjimas buvo toks. /.../ Kažkokia tokia hierarchija buvo aiški /.../. Ir tą matai, kaip vyrą, stiprų vyrą /.../. Kažkaip be jokio kvestionavimo tokio kad čia kitaip turi būti (pakyla balsas)“.*

Paskutinėje citatoje girdime baimę ir pyktį (kylančiame tone) – stiprias emocijas, susijusias su autoritetų jėga. **„Autoritetų baimė“** ir **„Pyktį dėl autoriteto naudojamos jėgos“** išskyrėme kaip atskiras potemes, nes jos iškilo daugumoje interviu. Baimė verčia tyrimo dalyvius paklusti, slėptis ar vengti autoritetų. Vieni tyrimo dalyviai tiesiogiai išsako pyktį nukreiptą į jėga piktnaudžiaujantį autoritetą. *„Įniršis ir net net fizinio kažkaip noras griebtis smurto, aišku čia tik griežtai griežtai fantazija (juokiasi)“* (Mantas). Kitų pyktį nurodo ryškiai pakeltas balso tonas.

„Bejėgiškumas ir pasyvi pozicija santykiyje su autoritetu“. Dauguma mūsų tyrimo dalyvių nelinkę aktyviai priešintis autoriteto jėgos prieš juos naudojimui. Jie nesijaučia turintys pakankamai galios, nesitiki būti išgirsti, bijo būti nubausti. *„Aš nekovosiu. Aš neginsiu, aš pasiduosiu spaudimui“*, – sako Aušra. Rimas prisimena, kaip jį vadovai atleido iš darbo: *„Aš buvau visiškai tokioj /.../ silpnų pozicijoj, ta prasme, kad aš nesijaučiau, kad aš galiu sakyti, kad reikia kažkokio preteksto, kad kad atleisti iš darbo“*. Keli tyrimo dalyviai priešinasi pasyviai: nevykdo paliepimų, paslapčia įgyvendina savo norus, tačiau savo pozicijos nereiškia akivaizdžiai ir aktyviai.

„Bandymai priešintis autoriteto jėgai“. Keliuose interviu pasakojami bandymai aktyviai priešintis autoritetui. Keli tyrimo dalyviai protestavo prieš

tėvų taisykles paauglystėje. Kiti dalyviai ir dabar jaučią impulsą priešintis autoriteto jėgai bei bando jį įgyvendinti, tačiau dažnai pasipriešinimas lydimas bejėgiškumo jausmo. Pasak Eglės, „*aišku vis tiek pralaimiu visada, bet bent jau ten pasišakoju kažkaip tai*“.

Daugumai tyrimo dalyvių būdingas „**Lygiaverčio santykio su autoritetu poreikis**“. Autoritetas, besielgiantis pagarbiai su kitais, pripažįstantis kitų nuomonę kaip lygiateisę, kelia pasitikėjimą, su juo galima megzti konstruktyvų kontaktą, priimti jo pamokymus. Aušra taip pasakoja apie santykį su seneliu, iš kurio perėmė daug žinių: „*Nebuvo jokio diktato. /.../ Aš jaučiausi labai gerai, kad mane toksai garbus vyras priima už lygią.*“

Priklausomybė nuo autoritetų. Visi tyrimo dalyviai dalijasi priklausomybės nuo autoritetų patirtimi. Susiformavusi vaikystėje, daugumos dalyvių priklausomybė nuo tėvų tęsiasi ir suaugusiame amžiuje. Keli tyrimo dalyviai jaučiasi priklausomi nuo darbo vadovų. Priklausomybė nuo autoritetų susijusi su intensyviais jausmais, kurie apsunkina atsiskyrimą.

„**Vaikystėje tėvai – neišvengiami autoritetai**“. Dauguma tyrimo dalyvių sako, jog tėvai buvo autoritetai dėl to, kad jie pirmieji ir vieninteliai, kad jų nepasirinksi. Tėvai atrodė ypatingi, nebuvo galimybės jų su kuo nors lyginti. Tėvams turėjo paklusti, nes tėvai užėmė vadovujančią poziciją šeimoje. Į klausimą, ar tėvai buvo jam autoritetai, Rokas taip atsako: „*Iki tam tikro amžiaus tai aišku kad buvo. /.../ Aš buvau nuo jų priklausomas, aš buvau emociškai kažkaip. /.../ Aišku, tas žinojimas, kad tai yra mama, kad tu per ilgai pas draugą ar ką, ir tu nu vis tiek turi paklusti.*“

„**Bandymai pakeisti tėvus**“. Priklausomybę nuo tėvų rodo kelių tyrimo dalyvių noras ir pastangos tėvus pakeisti. Skausmingai išgyvenamas tėvų autoriteto mažėjimas, jų galių ir gebėjimų silpimas senstant. Norisi tėvus padaryti laimingus, išlaikyti juos šiuolaikiškus ar paaiškinti jiems kaip gyventi. Atrodo, kad vaikai ir tėvai susikeičia vaidmenimis, tačiau priklausomybė išlieka. Rasai nepatinka, kad mama gyvena uždara gyvenimą, ji stengiasi mamą prablaškyti, išsivesti iš namų. „*Toks jausmas, kad man reikėtų tempti ir tempti. Jeigu aš tempiu, tai tada kažkas ir gaunasi.*“

„**Atsiskyrimo nuo autoritetų sunkumai**“. Daugumai tyrimo dalyvių sunku atsiskirti nuo autoritetų: tėvų ar darbo vadovų. Girdisi abejonės dėl savo gebėjimų gyventi ir veikti savarankiškai. Svarstant galimybes ar siekiant atsiskirti nuo tėvų, kyla nerimas, kaltė. Mantas vaizdingai perteikia emociškai skausmingus bandymus mažinti priklausomybę nuo tėvų:

„Bandai sau pasakyti, kad čia suaugusio žmogaus gyvenimas, turi atsiskirti nuo tėvų, palikti juos (giliai įkvepia), ne taip, kaip per tą japonų filmą, išodinti ant rogučių ir vežti į mišką, nes ryžių pritrūko, bet tiesiog perkelti santykius gal iš vaiko su tėvais į šeimą su šeima ir į kažkaip kitą kategoriją. /.../ Man dar reiks išmokti iki galo tai įsisąmoninti, kad padaryti tai realybe, nes aš dar per daug kišuosi į tėvų gyvenimą, bet /.../ kaltės jausmas stiprus.“

„Laisvės poreikis“. Aukščiau pateiktoje citatoje jau girdime atsiskyrimo, laisvės nuo tėvų poreikį. Keli tyrimo dalyviai išsako nepasitenkinimą autoritetų primetimu, nelaiko autoritetais tų, kurie formaliai užima autoritetų pozicijas. Pasak Rasos, tikrasis autoritetas yra tas, kurį gali pasirinkti: *„Nes turbūt iš laisvės tas ir ateina, tu juos pasirenki. Bet ne tau juos parenka. /.../ Jeigu tu sugebi užduot kažkokį klausimą ir arba suabejot kažkuria prasme, /.../ o ne [klausyti autoriteto nurodymų] vienpusiškai“.*

Autoritetas – patikimas vedlys. Visi dalyviai išsako autoriteto, į kurį galima lygiuotis, atsiremti, kuris suteikia stimulą augti kaip asmenybei ar užsiimti tam tikra veikla, poreikį. Dauguma dalyvių mini anksčiau sutikę arba dabar turintys bent vieną tokį pozityvų autoritetą.

„Autoritetas – sektinas pavyzdys“. Daugiau nei pusė tyrimo dalyvių nurodo autoritetą, kuris jiems yra pavyzdys. Su autoritetu siekiama tapatintis. Autoritetas turi savybes, kurių jiems trūksta, ir kurias norėtų turėti. Dažniausiai tai gyvenime sutikti mokytojai. Keli tyrimo dalyviai mini darbo vadovus, visuomenės veikėjus, rašytojus. Keliems dalyviams autoritetu, į kurį norėjo lygiuotis vaikystėje, buvo vienas iš tėvų ar senelių. Norą sekti tėvo pavyzdžiu vaizdžiai perteikia Vaidas, dalindamasis prisiminimu:

„Kai su kaimynu [tėvas] ėjo medžioti, sena gera aštuoniasdešimtųjų lietuviška žiema su normaliu šalčiu, nu ir manęs ten [neėmė], ar aš ten ir neprašiau, bet aš nujaučiau, žinojau, kad su kaimynu eis ten kiškių medžioti /.../, ir aš bandžiau iš paskos su savo žaisliniu šautuvu eiti. Dieve, galvoju, kaip jie klampoja, aš į vieną tą koją, kur įmindavo, visas tilpdavau, ir aš ten nusikasu šiek tiek iki kitos pėdos, žiūriu tie tolsta ir tolsta, aš vis tiek dar. Kažkaip mama pamatė ir taip dvidešimt metrų kažkur pasikapstęs buvau tuose pusnyuose.“

„Autoritetas įkvepia“ kelis tyrimo dalyvius „savo užsidegimu“, „jausmu, išgyvenimu“ (Šarūnė), tikėjimu tuo, ką daro. Žavi autoriteto pilnas įsitraukimas į veiklą, aukojant daug energijos ir laiko. Tai skatina tyrimo dalyvius nuoširdžiai ir su entuziazmu domėtis savo profesija, darbu ar hobiu. Gyvenimas atrodo prasmingesnis ir įdomesnis.

„Autoritetas suteikia pagalbą“. Keli tyrimo dalyviai mini reikšmingą autoriteto pagalbą. Autoritetas paaiškina, parodo, pataria nenuvertindamas. Kartais autoritetas sudaro tinkamas sąlygas tyrimo dalyviams save išreikšti. Keli dalyviai pasakoja epizodus, kuomet buvo autoriteto užstoti ar apginti, susiklosčius nepalankioms aplinkybėms.

Dauguma tyrimo dalyvių nurodo, kad bent vienas iš tėvų arba abu **„Tėvai nebuvo patikimi vedliai“**. Jie negalėjo paskatinti, įkvėpti ar padėti, nes buvo per silpni, nepakankamai domėjosi ir rūpinosi vaiku, jo nesuprato. Keli dalyviai mini, kad jų ir tėvų savybės ar pomėgiai buvo per daug skirtingi, todėl tėvams nepavyko būti vedliais. Kelių dalyvių tėvai buvo pasyvūs. *„Man norėjosi daugiau kažkokių iniciatyvų iš jų, ar ne tai kad patarimų, bet kažkokios energijos, veržlumo, postūmio kažkokio tai norėjosi, man to trūko“* (Saulė).

Autoriteto šešėlio dilema. Tyrimo dalyviai, susidūrę su jiems nepriimtiniomis autoritetų savybėmis, sutrinka. Temą suformulavome panaudodamos analitinės psichologijos terminą „Šešėlis“, kuris reiškia ir atspindi žmogaus sąmonei nepriimtinas savybes. Tyrimo dalyviai įvairiai bando spręsti autoriteto šešėlio dilemą.

„Autoriteto įvairiapusiškumo atmetimas“. Daugiau nei pusė tyrimo dalyvių skausmingai patiria neigiamų autoriteto aspektų nederėjimą prie jo vaidmens. Sunku priimti autoriteto silpnumą, pyktį, aroganciją, piktnaudžiavimą jėgą, nesupratingumą ir kitokį netobulumą. Ieškoma autoriteto, kuris būtų idealus. Dažnas būdas išvengti autoriteto ir Šešėlio neatitikimo – paneigti autoritetą. *„Atrodo iš pradžių autoritetu tą laikai, bet /.../ gal jis tau ten kažką ne taip padarė ar dar kažkaip ne taip pasielgė. /.../ Tai dabar galvoju gal ne autoritetas jau. /.../ Jeigu jis autoritetas, tai jis žmogus, kuris nu išskirtinis, išskirtinis visom prasmėm turėtų būt. /.../ Nu bet aš tai neturiu tokių autoritetų“* (Zigmas).

„Bandymas integruoti neigiamas autoriteto savybes“. Visgi pusė tyrimo dalyvių bando susitaikyti su autoritetu kaip įvairialypiu žmogumi. *„Jinai yra jinai ir aš ją myliu, gerbiu ir vertinu už tas jos savybes, o tos su minuso ženklu, aš galiu jų nematyti ir ir aš vis tiek nieko nepakeisiu“*, – svarsto Inga. Keli tyrimo dalyviai išsako požiūrį, kad kiekvienas žemiškas autoritetas yra žmogus su tam tikromis ribomis. Vaidas, su pagarba apibūdinamas savo dvasinį vadovą kaip turintį daug išminties ir gebėjimą kurti santykį, priduria: *„Čia sakau su išlygomis, tą žmogišką ribotumą priimant...“*

3.1.2. Santykio su autoriteto figūromis pokyčiai po psichoterapijos metų

Pokyčių santykyje su autoritetu figūromis kategorijoje galima įžvelgti panašias temas į tas, kurios išskirtos interviu psichoterapijos pradžioje **Santykio su autoritetu figūromis** kategorijoje. Visgi modifikavome kai kurių temų pavadinimus taip, kad jie atspindėtų tyrimo dalyvių nurodomus pokyčius po psichoterapijos metų. Įvardinome naujas potemes. Santykius su autoritetu figūromis po psichoterapijos metų apibūdina tokios temos: **vertinimo santykis, jėgos santykis, atsiskyrimas, autoriteto kaip vedlio paieška ir autoriteto šešėlio pažinimas**. Temos ir potemės, apibūdinančios pokyčius santykyje su autoritetu figūromis po psichoterapijos metų pateiktos 3 lentelėje, žemiau jos aprašomos.

3 lentelė. Pokyčius santykyje su autoritetu figūromis po psichoterapijos metų apibūdinančios temos, potemės ir kodų pavyzdžiai

Temos	Potemės	Kodų pavyzdžiai
VERTINIMO SANTYKIS	Savo pranašumo prieš autoritetus patyrimas	Jaučia savo pranašumą buvusių viršininkų atžvilgiu Jaučiasi geriau bendraujantis su žmonėmis nei tėvai Jaučiasi geriau mokanti susikalbėti su vaikais nei jai autoritete esanti moteris Geriau moka išlaikyti dalykinius darbinius santykius ir ribas nei vadovė
JĖGOS SANTYKIS	Maištavimas prieš autoritetus	Nori maištauti, nepaklusti tėvams Nebesutinka prisitaikyti prie autoriteto poreikių Priešinasi absurdiškiems reikalavimams Nepaklūsta psichoterapeutei Nesitaikė prie mamos reakcijų ir pranešė apie save
ATSISKYRIMAS	Atsiskyrimo nuo autoritetų proceso pradžia	Gali rinktis pasitraukti iš santykio su viršininkais Jaučiasi tvirtesnis išgyventi atsiskyrimą nuo žmonos Psichoterapija padėjo fiziškai atsiskirti nuo tėvų Sapnavo, kad mirė autoritetinga moteris ir jai tenka skausmingai atsisveikinti ir atsiskirti
	Stiprėjantis savarankiškumas	Savarankiškai ieško sprendimų Rizikuoja reikšti savo poreikius, nelaukdamas kol paklaus Elgiasi pagal save, o ne klauso patarimų
AUTORITETO KAIP VEDLIO PAIEŠKA	Autoriteto viršenybės ir svarbos pripažinimas	Pripažįsta autoriteto didesnę kompetenciją, patirtį ir to svarbą Nori, kad autoritetas liktų aukščiau hierarchijoje, taip jaučiasi ramiau
	„Dvasinio tėvo“ poreikis ir paieška	Pajuto poreikį turėti tėvišką autoritetą Ketina kreiptis į pasirinktą autoritetą ir užmegzti „dvasinės tėvystės“ santykį Turi „dvasinį tėvą“ – autoritetą, jo pamokymai ir pasidalinimai svarbūs
AUTORITETO ŠEŠĖLIO PAŽINIMAS	Autoriteto klaidų matymas	Suvokia, kad autoritetai kartais priima netinkamus sprendimus Supranta, kad vyras irgi klysta Žmona ne visada teisi
	Autoriteto pažeidžiamumo patyrimas	Autoritetinga moteris atėjo prašyti pagalbos Mato žmonos pažeidžiamumą

Vertinimo santykis. Santykiuose su autoritetais vertinimo motyvai tyrimo dalyviams išlieka svarbūs ir po psichoterapijos metų. Pagal tyrimo dalyvių atsakymus į antrojo interviu klausimus apie santykius su autoritetais ir jų pokyčius išskyrėme vieną potemę „*Savo pranašumo prieš autoritetus patyrimas*“. Po psichoterapijos metų keli tyrimo dalyviai nurodo turintys daugiau ar geresnius gebėjimus už kai kuriuos autoritetus. Inga pasakoja, kaip suteikė pagalbą ir patarimus moteriai, kuri daug kur jai yra autoritetas. „*Taip apsiver-tė viskas*“, „*supratau, kad ir tam stipriam žmogui norisi kažkaip padėt galvą šalia ir pasipasakot. /.../ Ir kai tu kažkokios tvirtybės turi savyje, tai kitas [tada atsiremia].*“ Mantas teigia, kad sugebėjęs atsiskirti ir išeiti iš darbo, jis kitaip žiūri į buvusius darbo vadovus: „*Ne tai, kad jaučiu jų pranašumą, bet greičiau atvirkščiai, jaučiu savo pranašumą*“. Savo gebėjimu bendrauti, prisitaikyti šiuolaikiniame pasaulyje Mantas jaučiasi lenkiantis ir tėvus.

Jėgos santykis. Po psichoterapijos metų jėgos motyvas tyrimo dalyvių santykiuose su autoritetais dar ryškus, tačiau jėgų pasiskirstymas pasikeitęs. Potemę, atspindinčią sumažėjusį susitaikymą su autoritetų galios persvara, pavadino „*Maištavimu prieš autoritetus*“. Antrojo interviu proceso metu tyrėja atkreipė dėmesį į dviejų dalyvių naudojamą ir pabrėžiamą žodį „maiš-tas“. Pats žodis ir juo apibūdinamas patyrimas nešė stiprų emocinį krūvį. Analizuojant transkribuotus interviu, paaiškėjo, kad maišto prieš autoritetus motyvą nurodė dauguma tyrimo dalyvių, nebūtinai paraidžiuo ją įvardindami. Dauguma dalyvių teigia nebepaklūstantys arba mažiau paklūstantys autoritetų reikalavimams, nurodymams ar lūkesčiams. Jie vis dažniau teigia savo tiesą ir aktyviai priešinasi autoritetų piktnaudžiavimui jėga.

Aušra, kurios šeimoje buvo reikalaujama paklusti, sako: „*Anksčiau aš paklusnesnė buvau, man taip atrodo.*“ O paskutiniu metu „*visiškai dingo paklusnumas, absoliučiai. Aš tą jaučiu labai stipriai. /.../ Dabar tai aš matau savyje labai daug maišto. Aš einu prieš plauką.*“ Aušra pasakoja epizodus, kuomet nevykdė jai atrodančių absurdiškų darbo vadovų reikalavimų, atliko darbus savaip. Interviu metu Aušra prisipažįsta, kad kartą ji nepaklausė ir psichoterapeutės rekomendacijų. Rado „*savyje drąsos*“ ir padarė kitaip nei atrodė, kad psichoterapeutė iš jos tikisi. „*Man tas buvo naudinga pasiginčyti.*“

Mantas maištauja prieš darbo vadovus ir tėvus. Pasakodamas apie santykius su tėvais, kuriems anksčiau stengėsi būti nuolankus, sako: „*Anksčiau tikrai, labai man grojo tas, kad „Būk mandagus, čia tavo tėvai, gerbk tėvą, motiną, nebūk paauglys, nemaištauk*“. *Bet dabar aš visai noriu maištauti (nusijuokia) ir nebelaikau to nemandagumu, nes visų pirma reik būt mandagiam*

su savim, ir ir tada gal nesikaups tas pyktis tėvams“. Antrojo interviu pa- baigoje Mantas papasakoja sapną, kuriame psichoterapeutė nustato, kad jo „emocinis amžius yra trylika metų“. Trylika metų – paauglystė. Šis sapno fragmentas gali atspindėti Manto išgyvenamą ir realizuojamą „paauglišką“ poreikį maištauti.

Aušros ir Manto interviu girdisi gana ryškiai sustiprėjęs jų galios jausmas, reikalingas maištavimui. Kiti tyrimo dalyviai mini tik pavienius nedrąsius konfrontavimo, neprisitaikymo atvejus. Vaido nepaklusnumas atrodo aiškiai subrendęs viduje, bet dar sunku apie save „išorėj bandyti tvirtinti ar paskelbti.“ Norisi rasti savo pasipriešinimui palaikymą iš aplinkinių žmonių, autoritetų: bažnyčios, dvasios tėvo. Visgi jis nebesutinka paklusti žmonos, kurią suvokia kaip stiprų autoritetą, vadovavimui, ir ignoruoti savęs. „Bet nu man tai dabar toks poreikis nebūt kažkokiu aptarnaujančiu.“ Vaidas jaučiasi turintis teisę teigti save: „Suteikim tai daliai balso teisę, klausykim ką jinai sako.“ Šarūnė irgi nedrąsiai pasipriešino mamos lūkesčiui nutylėti jai nepatogius pa- tyrimus: „Aš nesitaikiau (pakeltu tonu) pagal jos reakcijas prie jos. /.../ Man tai svarbu, nu ir aš turiu nu ir teisę /.../ apie tai kažkaip pasidalint.“

Ingos interviu girdime maištavimo dinamiką: anksčiau buvusį prisitaikymą, šiuo metu stiprų maištą ir numatomą perspektyvą ramiai ir užtikrintai teigti savo poziciją. Inga dalijasi, kad prieš psichoterapiją daugiau paklus- davo: „Kai kažkas man kažką ten lepteli padaryt, ir aš staiga nebe aš, o jau vykda, nors visai nevykdyčiau šiaip. Tai vat šita dalis labiausiai pastiprėjo.“ Dabar Inga „drastiškai“, „truputelį dirbtinai“ priešinasi. Šiuo metu ji maiš- tauja, bet norėtų ramiai vadovautis savimi. „Nu vat kad be tos kovos. /.../ Ti- kiuosi, kad natūraliai ateis, lengviau.“ Tam reikia dar tvirtesnio pasitikėjimo savimi. Anot Ingos, padėtų „turbūt toks labiau tikėjimas savim ir ir matymas, kad ir kiti gali suklysti, ir kad aš ne jais turiu vadovautis, o savim. /.../ Tas duoda tokios ramybės ir kad nēr čia ko kovoti, nes ir taip viskas aišku.“

Atsiskyrimas. Dauguma tyrimo dalyvių antrajame interviu mini atsiskyri- mo nuo autoritetų motyvą. Jie jaučia didesnę laisvę pasitraukti iš santykio su autoritetais. Jaučiasi tvirtesni priimti savarankiškus sprendimus, nebesivadov- vauti autoritetų patarimais. Keli dalyviai psichoterapijos metu žengė konkre- čius atsiskyrimo žingsnius: fiziškai atsitolino nuo tėvų, pakeitė darbą.

„**Atsiskyrimo nuo autoritetų proceso pradžia**“. Tyrimo dalyvių atsiskyri- mas nuo autoritetų tik prasidėjęs: kai kurie atsiskyre fiziškai, tačiau dar trūksta emocinio atsiskyrimo. Anot Manto, „psichoterapijos metu gal tai palengvėjo, /.../ pavyzdžiui, sprendimas nebebūti tarkim labai pavojingoj psychologiniu atžvilgiu erdvėje kartu su tėvais ir tarkim padaryti fizinį kažkokį išsiskyrimą,

atitrūkimą nuo jų“. Šarūnė pasakoja sapną, kuris, jos manymu, atspindi psichoterapijoje vykstančius pokyčius, susijusius su: „*atsiskyrimo procesu*“. Sapne ji laidoja autoritetingą moterį ir skausmingai į tai reaguoja: verkia, balsu „*kūkčioja*“ ir sako: „*Bet bet aš dar neatsiskyriau, bet aš dar neatsiskyriau*“. Du tyrimo dalyviai vyrai, suvokiantys savo žmonas kaip stiprius autoritetus, dalijasi atsiradusiu jausmu, kad „*nepražūtų*“ (Vaidas), jei tektų išsiskirti, kad „*čia ne pasaulio pabaiga*“ (Rokas).

„**Stiprėjantis savarankiškumas**“. Ši potėmė apima daugumos tyrimo dalyvių nurodytą didėjantį savarankiškumą priimant sprendimus ir juos įgyvendinant. Jie daugiau klauso savęs, o ne autoritetų nuomonės. Aušra vis dažniau suranda „*kažkokį savo savarankišką sprendimą, nieko neprimestą*.“ Rokas jaučia poreikį pats apie save pranešti, nelaukdamas, kol autoritetai jį paragins ar pakvies. „*Bręsta noras kažkaip ir nebūt tokiam vat santykiyje, kad jūs ten turit mane kažkaip pastebėt, iš to šešėlio ištraukti, bet /.../ nebijot pačiam pasisiūlyt, paprašyti*.“

Autoriteto kaip vedlio paieška. Antrojo interviu metu keli dalyviai teigia aktyviai ieškantys autoriteto – vedlio arba pripažįstantys jo viršenybę kaip svarbią gyvenimo kelyje.

„**Autoriteto viršenybės ir svarbos pripažinimas**“. Keli tyrimo dalyviai nurodo bent po vieną autoritetą, kuris jiems reikšmingas kaip turintis daugiau patirties, didesnes kompetencijas. Iš tokio autoriteto galima mokytis, į jį atsiremti, juo vadovautis. Pripažinimas, kad autoritetas yra tam tikra prasme aukščiau, dalyviams kelia ne pasipiktinimą, baimę, o ramybę ir saugumą. „*Kai aš nustojau tos lygybės ieškot ir kai aš tikrai sau įvardinau, kad tas autoritetas yra didžiulis su savo svoriu, man tai mane tas gal net ir išvadavo iš iš kažkokio tokio žinai, nes tarsi „tu“ sakau, bet iš tikrųjų nesisako. /.../ Jie ir yra autoritetai, kad jie man yra dideli tie žmonės...*“ (Inga)

„**Dvasinio tėvo poreikis ir paieška**“. Du tyrimo dalyviai vyrai nurodo „*dvasinio tėvo*“ (Rokas, Vaidas) poreikį. Vaidas tokį vedlį pažįsta ir turi su juo kontaktą. Rokas yra jį pasirinkęs ir ketina užmegzti ryšį. Dvasinis tėvas gali perduoti savo žinias, išmintį, padėti susigaudyti gyvenime, nurodyti kryptį. Tyrimo dalyviai pripažįsta „*dvasinio tėvo*“ pranašumą, bet kartu jaučiasi galintys kurti su juo lygiavertį santykį. Atrodo, kad toks autoritetas geba priimti ir girdėti dalyvių poreikius.

Autoriteto šešėlio pažinimas. Antrojo interviu metu keli tyrimo dalyviai kalba apie matomas autoriteto neigiamas savybes, klaidas. Autoritetai jiems pasirodo kaip žmogiški, turintys tam tikras ribas. Tai nekelia vidinės įtampos ar nepasitenkinimo.

„**Autoriteto klaidų matymas**“. Keli dalyviai kaip savo atradimą nurodo tai, kad autoritetai klysta. Matomos autoritetų klaidos mažina jų idealizavimą ir daro santykį ramesnį, labiau lygiavertį. Inga teigia pripažinusi mamos klaidas auklėjime: „*Matyt ne tie būdai padėjimo kažkokie buvo*“. Ji susitaiko su mamos ribotumu ir kartu leidžia sau būti netobulai.

„**Autoriteto pažeidžiamumo patyrimas**“. Keli tyrimo dalyviai pastebi autoriteto pažeidžiamumą. Autoritetas gali būti silpnas, praeityje patyręs traumų, jam gali prireikti pagalbos. Dėl to jie tampa jautresni, atlaidesni autoritetų atžvilgiu. Kartu tai padeda jiems jaustis tvirtesniems autoritetų akivaizdoje. Vaidui viena iš svarbių psichoterapeutės intervencijų buvo pagalba pažiūrėti į žmoną, naudojančią prieš jį žeminančią psichologinę jėgą, „*kaip į žmogų nu sužeistą iš tiesų*.“

3.2. Vidinio autoriteto dinamika

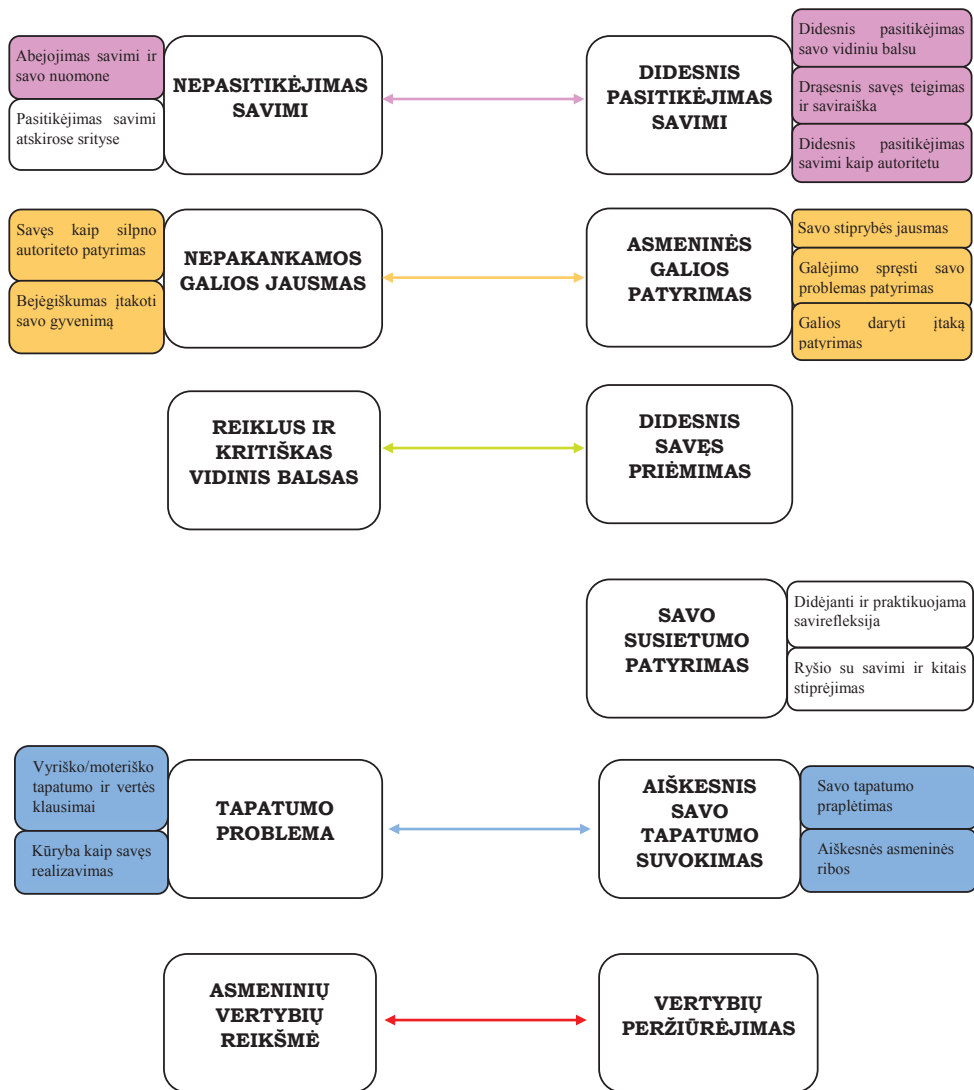
Išskyrėme temas ir potemes, apibūdinančias vidinio autoriteto patyrimą psichoterapijos pradžioje ir vidinio autoriteto patyrimą po psichoterapijos metų. Vidinio autoriteto dinamiką atspindinčių temų ir potemių palyginimą pateikiame 2 paveiksle.

Pirmojo interviu metu aiškiai skambėjęs tyrimo dalyvių **nepasitikėjimas savimi** antrajame interviu keičiasi į **didesnį pasitikėjimą savimi**. Psichoterapijos pradžioje abejoję savimi ir savo nuomone, po psichoterapijos metų dalyviai nurodo didesnį pasitikėjimą savo vidiniu balsu, drąsesnį savęs reiškimą. Paaugo ir dalyvių pasitikėjimas savimi kaip autoritetais.

Psichoterapijos pradžioje kaip ryškią temą išskyrėme dalyvių išsakytą **nepakankamos galios jausmą**. Pirmajame interviu dalyviai nurodė patiriantys save kaip silpnus autoritetus. Jiems būdingas bejėgiškumo įtakoti savo gyvenimą jausmas. Po psichoterapijos metų dalyviai dalijasi **asmeninės galios patyrimu**. Jie jaučiasi stipresni, galintys daryti įtaką, spręsti savo problemas. Taigi, asmeninės galios jausmas po psichoterapijos metų padidėja.

Reiklaus ir kritiško vidinio balso – išskirtos temos psichoterapijos pradžioje – nebesigirdi antrajame interviu. Vietoje nepatenkinto ir reikalaujančio vidinio balso užfiksavome ir kaip temą įvardijome **didesnį savęs priėmimą**. Po psichoterapijos metų tyrimo dalyviai nurodo, kad daugiau save priima tokius, kokie yra. Mažiau save smerkia ir kritikuoja.

Kaip nauja tema antrajame interviu iškilo tyrimo dalyvių **savo susietumo patyrimas**. Priskyrėme ją Vidinio autoriteto kategorijai, nes dalyviai kalba apie stiprėjančią ryšį su vidiniu pasauliu. Vystantis vidiniams santykiams, auga vidinis autoritetas.



2 pav. Vidinio autoriteto patyrimas psichoterapijos pradžioje ir vidinio autoriteto patyrimo pokyčiai

Savo susietumo patyrimas galėjo įtakoti tapatumo suvokimo pokyčius. Psichoterapijos pradžioje tyrimo dalyviai dalijosi **tapatumo problema**. Kaip potemę išskyrėme dalyviams svarbius lyties tapatumo ir vertės klausimus. Pastebėjome, kad pirmojo interviu metu tyrimo dalyviai teigia ne visada aiškiai save suvokiantys. Po psichoterapijos metų tyrimo dalyviai **aiškiau suvokia savo tapatumą**. Į savęs vaizdą ir suvokimą jie yra įtraukę daugiau ir įvairesnių, anksčiau nepažintų ar nepriimtinių, savybių. Tyrimo dalyviai geriau jaučia savo ribas, aiškiau atskiria save nuo kitų žmonių nei psichoterapijos pradžioje.

Analizuodamos pirmojo interviu duomenis kaip atskirą temą išskyrėme **asmeninių vertybių reikšmę**. Tyrimo dalyviai minėjo turintys ar norintys turėti tam tikras vertybes, kurios būtų kaip gyvenimo gairės. Antrajame interviu girdimas dalyvių **vertybių peržiūrėjimas**. Abejojama anksčiau turėtomis vertybėmis, jos kitaip interpretuojamos arba ieškoma naujų.

3.2.1. Vidinio autoriteto patyrimas psichoterapijos pradžioje

Tyrimo dalyvių pirmojo interviu metu suteiktoje informacijoje apie vidinio autoriteto patyrimą išsiskiria **nepasitikėjimas savimi, nepakankamas galios jausmas, reiklus ir kritiškas vidinis balsas, tapatumo problema** bei **asmeninių vertybių reikšmė**. Šiose temose įvardinome potemes, tiksliau nusakančias dalyvių vidinio autoriteto patyrimą. Temas ir potemes pateikiame 4 lentelėje, žemiau jas apibūdiname.

4 lentelė. Vidinio autoriteto patyrimą psichoterapijos pradžioje apibūdinančios temos, potemės ir kodų pavyzdžiai

Temos	Potemės	Kodų pavyzdžiai
NEPASITIKĖJIMAS SAVIMI	Abejojimas savimi ir savo nuomone	Atrodo, kad kiti žino geriau Sunku priimti savarankiškus sprendimus Jaučia, kad nesugeba tinkamai gyventi Abejoja savo mintimis tyrimo metu
	Pasitikėjimas savimi tik atskirose srityse	Su patirtimi užaugo pasitikėjimas savimi darbe Gebėjimą palaikyti santykį patiria kaip savo stiprybę Pasitiki savo gebėjimu gražiai atrodyti
NEPAKANKAMOS GALIOS JAUSMAS	Savęs kaip silpno autoriteto patyrimas	Nesijaučia turinti(s) pakankamai psichologinės jėgos vadovauti ir brėžti ribas Vaikai jo(s) neklauso Baugina, gąsdina savo vaikus, siekdamas, kad jie klausytų, nes kitaip neklauso
	Bejėgiškumas įtakoti savo gyvenimą	Negali susikurti tokio gyvenimo, kokio norėtų Nepavyksta įsijungti į žmonių bendruomenę Yra priskirtas prie silpnųjų, ir negali to pakeisti

Temos	Potemės	Kodų pavyzdžiai
REIKLUS IR KRITIŠKAS VIDINIS BALSAS		Niekada nepatenkinta savo pasiekimais Daug iš savęs reikalauja Randa už ką save pakritikuoti Pašiepia savo nuomonę interviu metu
TAPATUMO PROBLEMA	Vyriško/moteriško tapatumo ir vertės klausimai	Moterišką grožio pajautimą ir perteikimą laiko savo stipria, bet nepakankama savybe jaustis vertinga Jaučiasi neturintis pakankamai vyriškos galios Ieško tinkamos vyriškos pozicijos šalia valdingos žmonos Buvimas „tik mama“ kelia nepilnavertiškumo jausmą
	Kūryba kaip savęs realizavimas	Jaučia savo kūrybinę galią Jaučiasi atsakinga už duoto kūrybiškumo realizavimą Jaučiasi realizuojanti save kūryboje
ASMENINIŲ VERTYBIŲ REIKŠMĖ		Siekia vadovautis krikščioniškomis vertybėmis Laikosi šeimoje įskiepytų moralinių vertybių Daryti gera yra vertybė, kuria vadovaujasi Savo dvasinių vertybių neatsisako net dėl įtakingo žmogaus

Nepasitikėjimas savimi. Ši tema apima visų tyrimo dalyvių išsakytą pasitikėjimo savimi stoką. Vieni dalyviai abejoja savimi tarpasmeniniuose santykiuose, neužtikrintai reiškia savo poreikius ir jausmus. Kiti mano, kad jiems stinga savybių, reikalingų gerai atlikti darbą. Keli tyrimo dalyviai išsako visa apimančią nepasitikėjimo savimi jausmą.

„Abejotumas savimi ir savo nuomone“. Tyrimo dalyviams dažnai atrodo, kad kiti žino geriau, jie klausia ir klauso kitų patarimo ar nuomonės. Savo poziciją reikšti nedrąsu, o kartais ji ir pačiam nėra aiški. Anot Manto, jis *„norėtų turėti aiškesnę poziciją“*, bet *„beveik kiekvienu atveju gyvenime aš turiu dvi viena kitai prieštaraujantias nuomones“*. Tokiose situacijose Manto sprendimus nulemia kiti žmonės.

„Pasitikėjimas savimi tik atskirose srityse“. Dauguma dalyvių teigia, kad yra sričių, kuriose jie pasitiki savimi. Tai suteikia atramą, bet nepanaikina nepasitikėjimo savimi fono. Vieni tyrimo dalyviai jaučiasi turintys pakankamai darbo patirties, todėl yra tapę gerais specialistais. Kiti jaučiasi gebantys užmegzti ir palaikyti santykius. Keli dalyviai pasitiki savo kūrybiniais gabumais, viena dalyvė – mokėjimu gražiai atrodyti.

Nepakankamos galios jausmas. Daugumai dalyvių sunku jausti ir panaudoti asmeninę jėgą. Jie suvokia save kaip per silpnus daryti įtaką kitiems ar savo gyvenimui.

„Savęs kaip silpno autoriteto patyrimas“. Dauguma tyrimo dalyvių dalijasi sunkumu būti įtakingais autoritetais, išsireikalaujančiais rezultatų, išlaikan-

čiais struktūrą. Lengviau su vaikais ar mokiniais megzti draugiškus santykius, tokiu būdu pelnyti jų palankumą. Keliems dalyviams jėgos pristinga tuomet, kai reikia atstovėti savo autoritetą prieš stipresnius autoritetus, kai jie yra pažeminami vaikų ar studentų akivaizdoje. Aušra pasakoja, kaip jos kompetencijomis suabejojo kolegos: „*Sėdi trys, su įtakos kažkokios tai galios instrumentais, ir čia jau aš tada pasiduodu, ir man iš po kojų išslysta tas autoriteto pojūtis*“. Keli dalyviai teigė, kad kartais panaudoja jėgą prieš vaikus. Rokas prisipažįsta, kad savo vaikus bando „*pagąsdinti, įbauginti*“, psichologiškai „*pasmurtauti*“. Tačiau toks elgesys dalyviams nėra priimtinas. Piktnaudžiavimas jėga jiems reiškia bejėgystę suvaldyti situaciją pozityvia gاليا.

„**Bejėgiškumas įtakoti savo gyvenimą**“. Daugiau nei pusė tyrimo dalyvių jaučiasi negalintys gyventi taip, kaip norėtų. Nesiseka įgyvendinti pokyčius, daryti įtaką santykiams. Monika nori ir siekia susikurti šviesesnę nuotaiką, optimistiškesnę požiūrį, bet vis susiduria su išoriniais ir vidiniais sunkumais, nesėkmėmis. „*Kažkaip šlubuodama einu per tą gyvenimą. Nu kad vis kažkaip taip sunkiai per jį kapanojuosi kažkaip, labai skausmingai, tai sau tikrai tikrai nesu autoritetas, nes labai sunku išmokyti gyventi*“.

Reiklus ir kritiškas vidinis balsas. Šią temą suformulavome, keliems tyrimo dalyviams sutapatinus vidinį autoritetą su vidiniu kritiku ar aukštus standartus keliančiu vidiniu balsu. Šis balsas niekada nebūna patenkintas, jis verčia dar ir dar stengtis. „*Varo kažką išmokyti arba kažką padaryti vat tas iš vidaus /.../. Turbūt perfekcionizmas gal koks nors. Nes viskas gali atrodyti nepakankamai gerai visą laiką*“ (*Rasa*). Santykį su tokiu vidiniu balsu Šarūnė patiria kaip „*varginantį*“. Net gerais rezultatais jis neleidžia pasidžiaugti – „*aha, bet žiūrėk va čia tai dar negerai kažką padarei*“.

Reikalaujančiam ir kritiškam vidiniam balsui priskyrėme interviu metu kelių dalyvių išsakytas neigiamas pastabas savo atžvilgiu. Keli dalyviai laikas nuo laiko pasišaipė iš savo nuomonės ar kalbėjimo stiliaus. Mantas vos pasakęs ką nors pozityvaus apie save, tuoj pat tai ironizuoja. Pasvarstęs, kad galbūt pažįstamiems žmonėms jis yra autoritetas geografinių žinių srityje, kitu sakiniu išreiškia pašėpiančią kritiką. „*Kam rūpi, kaip atrodo ta Jamaikos vėliava, tai yra visiškai nesvarbi informacija tavo galvoj (juokiasi). /.../ Kad tu nežinai jos, tai nedaro tavęs mažiau protingu žmogum*“.

Tapatumo problema – tema, apimanti tyrimo dalyvių išsakomas idėjas, abejones ir svarstymus apie savęs ir savo duotybių pažinimą bei raišką. Interviu metu keliami profesinio, asmeninio ir su lytimi susijusio tapatumo klausimai ir išraiškos problemos.

„Vyriško/moteriško tapatumo ir vertės klausimai“. Pusei tyrimo dalyvių aktualus su lytimi susijusių savybių ir vaidmenų realizavimas. Keli vyrai interviu metu dalijasi vyriškos galios raiškos sunkumais. Jiems nepavyksta užimti siekiamos tvirtos vyriškos pozicijos santykiuose su moterimis, kurias patiria kaip stipresnes. Vaidas jaučiasi santykiuose su žmona esantis „*ant pavadėlio*“, ir tai jį „*siutina*“. Kitose gyvenimo situacijose tyrime dalyvavusiems vyrams irgi pritrūksta ryžto bei jėgos. Savo taikumą, diplomatiją ir nuolaidumą tokiais atvejais jie priima kaip nevyriškas savybes. Rokas pastebi, kad slopinama vyriška galia vis tiek siekia pasireikšti, tačiau dažnai nekonstruktyviai. Netinkamu momentu jis įsitraukia į kovą vardan kovos: „*Lygintis, varžytis. Tas užneša, užneša, kad ir pats ne nesi patenkintas. Kokią ten poziciją galų gale pradėdi atstovauti, /.../ negali pasitikėti tokiu impulsu. Įkarščiu.*“

Kelioms tyrime dalyvavusioms moterims reikšmingas moteriško grožio klausimas. Kai kurios jaučiasi nepatenkintos savo išorine išvaizda. Lina, atvirkščiai, moterišką grožį ir gebėjimą jį parodyti laiko savo stiprybe. Vienos tyrimo dalyvės savo švelnumą, jautrumą, gebėjimą būti ryšyje priima kaip teigiamą moterišką bruožą, kitos norėtų būti tvirtesnės, stipresnės ir savarankiškesnės. Tradiciškai „moteriškomis“ laikomų savybių tyrimo dalyvėms kartais nepakanka, kad jaustųsi vertingos. „*Aš tai tiktai graži, /.../ o jinai jau ta protinga*“, – apie konkurencinius santykius su drauge pasakoja Lina. Monikai, tyrimo metu auginančiai mažamečius vaikus, neužtenka jos motiniško rūpestingumo, kad būtų patenkinta savimi. „*Tik mama esu, ir man šitoj vietoj žiauriai sunku iš tikrųjų /.../. Jeigu gaučiau gerą darbą, atrodo vėl pradėčiau jaustis sau autoritetu, nes vis tiek tas vertinimas yra daugiau karjeros, darbo.*“

„Kūryba kaip savęs realizavimas“. Pusė tyrimo dalyvių jaučia save išreiškiantys kurdami eiles, montuodami filmus, grodami, rašydami, veddami seminarus. Kūrybiškumą jie laiko savo stipriąja puse, kuri padeda parodyti save pasauliui, įprasminti gyvenimą, dalintis savo duotybėmis su kitais. Aušra taip nusako savo kūrybiškumo reikšmę:

„Aš pirmą bruožą sakýčiau, kad kūrybingumas. /.../ ir apskritai pasaulį matau kaip Dievo kūrinį, ir man patinka savyje kažkokias esančias tokias įdėtas kūrybingumo galias panaudoti, kad tą pasaulio grožį atspindėti. Aš tą jaučiu kažkokį pagrindinį savo asmenybės tokį kamieną.“

Asmeninių vertybių reikšmė. Dauguma tyrimo dalyvių, kalbėdami apie vidinį autoritetą ar atsakydami į kitus interviu klausimus mini vertybes, kuriomis vadovaujasi. Pusė dalyvių turi gana tvirtų vertybių, dažniausiai tai krikščioniškos vertybės arba moraliniai imperatyvai, įgyti šeimoje, pavyz-

džiui, „*neimti svetimų daiktų*“ (*Mantas*). Keliems tyrimo dalyviams vertybė yra daryti gera, būti geranoriškais kitų atžvilgiu. Kitiems tyrimo dalyviams norisi laikytis tam tikrų vertybių, tačiau jos kelia abejonių. Racionaliai mąstant vertybės atrodo naudingos ir teisingos, bet sunku jas asmeniškai priimti, natūraliai integruoti į patirtį. Rokas teigia, kad laikosi Dešimt Dievo įsakymų, nes mato, kad jie „*pasiteisina*“ ir turi „*socialinę prasmę*“. Savo poziciją Rokas apibūdina kaip „*daugiau fariziejišką /.../. Taisyklės, raidės*“. Jis stokoja nuoširdaus tikėjimo vertybėmis.

3.2.2. Vidinio autoriteto patyrimo pokyčiai po psichoterapijos metų

Vidinio autoriteto patyrimo pokyčių kategorijoje išsiskyrė temos, kurių dauguma atitinka **Vidinio autoriteto patyrimo** kategorijoje iškilusias temas pirmajame interviu. Šiek tiek skiriasi temų formuluotės, nes jos nurodo tyrimo dalyvių įvardintus pokyčius po psichoterapijos metų, atsiranda naujos potėmės ir viena nauja tema. Vidinio autoriteto patyrimą po psichoterapijos metų apibūdina tokios temos: **didesnis pasitikėjimas savimi, asmeninės galios patyrimas, didesnis savęs priėmimas, savo susietumo patyrimas, aiškesnis savo tapatumo suvokimas ir vertybių peržiūrėjimas**. Temos ir potėmės, apibūdinančios vidinio autoriteto patyrimo pokyčius pateikiamos 5 lentelėje, o žemiau aprašomos.

Didesnis pasitikėjimas savimi. Dauguma tyrimo dalyvių nurodo, kad pažindami save, gavę patvirtinimą ir palaikymą psichoterapijoje, geriau save girdėdami ir vertindami daugiau pasitiki savimi. Inga taip kalba apie pokyčius psichoterapijoje: „*Įvardinčiau tokį gal kaip šuolį į priekį teigiama linkme, to pasitikėjimo savim... labiau.*“

„**Didesnis pasitikėjimas savo vidiniu balsu**“. Dauguma dalyvių pastebi, kad po psichoterapijos metų jie geriau jaučia ir girdi savo poreikius, pasitiki iš vidaus kylančiais sprendimais. Anot Vaido, „*pastaruojų metu pradeda skambėti tas mano vidinis balsas. /.../ Ar tu kažkaip įsižiūrėsi į mane ir paieškosi?*“ Dalyviai, anksčiau linkę klausyti kitų patarimų ar rekomendacijų, dabar dažniau atsigręžia ir atsiremia į save. Kaip sako Aušra, „*galbūt gyvenime ir yra kažkokie algoritmai, bet šiuo momentu aš galvoju, kad tu pats turi ieškoti. /.../ Savo galva, savo patirtimi, autentiška patirtimi reaguoti*“.

„**Drąsesnis savęs teigimas ir saviraiška**“. Tyrimo dalyviai, daugiau pasitikėdami savimi, drąsiau apie save praneša ir kitiems, randa galimybių save išreikšti. Lina teigia: „*Aš tą pradedu suprasti, kad tai apie mane, man to reikia, /.../ ir šiek tiek laisviau aš kartais jaučiuosi bandydama daryt kažką.*“

5 lentelė. Vidinio autoriteto patyrimo pokyčius po psichoterapijos metų apibūdinančios temos, potemės ir kodų pavyzdžiai

Temos	Potemės	Kodų pavyzdžiai
DIDESNIS PASITIKĖJIMAS SAVIMI	Didesnis pasitikėjimas savo vidiniu balsu	Lengviau išgirsta, ko nori, ir priima svarbius gyvenimiškus sprendimus Daugiau pasitiki savo vidiniu balsu Dažniau vadovaujasi savo nuomone Geriau save girdėdama, daugiau savimi pasitiki
	Drąsesnis savęs teigimas ir saviraiška	Drąsiau reiškia savo nuomonę Išdrįsta reikšti savo jausmus ir poreikius Teigia savo poziciją
	Didesnis pasitikėjimas savimi kaip autoritetu	Jaučia, kad yra savo vietoje būdama autoritetu Mato, kad kiti pripažįsta jį kaip autoritetą Supranta, kad vaikams jis, kaip autoritetas, labai svarbus
ASMENINĖS GALIOS PATYRIMAS	Savo stiprybės jausmas	Gali apsiginti, atstovėti, nepalūžti Greičiau atsistato po patirto nuvertinimo Geriau pažindama save, jaučiasi tvirtesnė Jaučiasi fiziškai sustiprėjusi(-ęs) Atsirado savo galios jausmas
	Galėjimo spręsti savo problemas patyrimas	Atsirado galėjimo spręsti savo problemas jausmas Gali kontroliuoti savo būseną Pasitikėjimas savimi užkerta kelią kitų manipuliacijoms ja
	Galios daryti įtaką patyrimas	Gali įtakoti santykius Gali daryti įtaką darbinėje srityje
DIDESNIS SAVĖS PRIĖMIMAS		Daugiau priima save visokį Mažiau iš savęs reikalauja, daugiau save palaiko Mažiau save smerkia ir nuvertina
SAVO SUSIETUMO PATYRIMAS	Didėjanti ir praktikuojama savirefleksija	Atsiradęs nuolatinis vidinis „jausmų auditorius“ Sąmoningumas jausmų atžvilgiu padeda juos valdyti Įsiklauso ir atpažįsta savo poreikius Aiškiau girdi savo poreikius Svarbu atsižvelgti į savo jausmus
	Ryšio su savimi ir kitais stiprėjimas	Ryšio su savimi, kitais ir pasauliu patyrimas Norisi užtikrinti patirties tęstinumą Geriau save jaučia Jausdama savo poreikius, jaučiasi artimesnė santykiuose su partneriu
AIŠKESNIS SAVO TAPATUMO SUVOKIMAS	Savo tapatumo praplėtimas	Geriau pažįsta įvairias savo puses Manė, kad yra ramus, o pasirodė turintis daug pykčio Suprato, kad tai, kas žavi kituose žmonėse, yra ir jos nerealizuojama savybė Pripažino anksčiau nepriimtas savybes
	Aiškesnės asmeninės ribos	Atskiria save nuo kitų problemų Jaučia savo skirtingumą Jau gali įsivaizduoti save gyvenantį ir vieną
VERTYBIŲ PERŽIŪRĖJIMAS		Nepaklusnumo tėvams nebelaiko nemandagumu Elgtis sąžiningai savo atžvilgiu tampa vertybe Kyla krikščioniškų vertybių ir vidinio balso derėjimo klausimas

Inga supranta, kad anksčiau daug įtampos santykiuose su bendradarbe kildavo dėl jos baimės tiesiai sakyti apie savo poreikius. Dabar, anot Ingos, „*pati sau įsivardinau, ko aš noriu, ko nenoriu, ką aš privalau, ko neprivalau, ir tada iškart pasakau, ir tada nu jau būna kažkaip viskas aišku. /.../ Pagerėjo labai tas santykis*“.

„**Didesnis pasitikėjimas savimi kaip autoritetu**“. Dauguma dalyvių pastebi, kad jaučiasi užtikrinčiau būdami autoriteto pozicijoje. Ingos žodžiais, „*toks vat yra pasitikėjimas, kad aš galiu ir kad man tai nėra visiškai sunku. Tai man patinka ta būseną, kai aš save kaip autoritetą jaučiu /.../. Tą aš jaučiu turbūt su savo mokiniams labiausiai... ir su savo vaikais*“. Rokas teigia, kad po psichoterapijos metų profesinėje srityje kaip autoritetas jaučiasi „*kur kas tvirčiau. /.../ Mano patirtis, patyrimas duoda pasitikėjimą savim kažkokį ir autoriteto jėgą jaučiu kartu*“. Dalyviai pastebi ir kitų: bendradarbių, mokinių, vaikų, palankų požiūrį į juos kaip autoritetus. Inga džiaugiasi, kad sūnus paauglys vertina jos autoritetą: „*Manau, kad vertina kaip žmogų, su kuriuo galima tartis, svarstyt...*“

Asmeninės galios patyrimas. Visi tyrimo dalyviai nurodo per psichoterapijos metus atradę ar sustiprinę savo asmeninės jėgos ir galėjimo daryti įtaką jausmą.

„**Savo stiprybės jausmas**“. Visi dalyviai dalijasi savo „*stiprumo*“ (Šarūnė, Inga) ar „*tvirtumo*“ (Lina, Rokas) patyrimu. Du tyrimo dalyviai po psichoterapijos metų jaučiasi stipresni fiziškai. Dauguma dalyvių mini gebėjimą greičiau atsitiesti po išgirstos kritikos ar nuvertinimo bei mažesnę pažeidžiamumo jausmą. Aušra, rizikuodama būti atvira santykiuose, svarsto „*nieko aš čia labiau nenukraujuosiu. /.../ aš turiu paskaičiuoti, kas man svarbiau, ar rizika, kad mane užgaus, ar kad aš turiu kitų tikslų*“.

„**Galėjimo spręsti savo problemas patyrimas**“. Dauguma dalyvių psichoterapijos metu patyrė, kad tam tikras jų problemas įmanoma išspręsti. „*Pamačiau, kad iš tikrųjų galima išspręsti įvairius dalykus*“ (Mantas). Savęs pažinimas, jausmų įsisąmoninimas įgalina pamatyti problemas iš šalies ir rinktis konstruktyvesnę elgesį. Dalyviai nurodo savo aktyvesnę poziciją sunkumų įveikimo atžvilgiu, mažiau jų vengia. Anot Aušros, „*slėpimas galvos smėlyje, jįsai nepadedą. Jau geriau iškišti tą galvą laukan ir pasižiūrėti, nu tai ką mes čia turim*“.

„**Galios daryti įtaką patyrimas**“. Dauguma dalyvių dalijasi atsiradusiu ar sustiprėjusiu jausmu, kad jie gali reikšmingai paveikti savo gyvenimą, santykius, profesinę sritį. Rokui psichoterapija padėjo patirti savo galią: „*Pro-*

fesinėj veikloj prieš metus kaip aš jaučiausi ir dabar, tai tikrai nesulyginami dalykai. /.../ Ne tai kad ten kompetencijos kažkaip pasikeitė, išaugo, bet /.../ toks suvokimas, kad aš galiu tą daryti.“ Inga jaučiasi mažiau valdoma kitų žmonių, galinti pakreipti santykius sau palankesne linkme: „Mano užtikrintumas matyt nebepalieka vietos tom manipuliacijom.“

Didesnis savęs priėmimas. Dauguma tyrimo dalyvių teigia palankiau į save žiūrintys nei psichoterapijos pradžioje. Šarūnė, kurios vidinis kritiškas balsas buvo itin stiprus, po psichoterapijos metų sako: „*Tiek labai savęs nesmerkiu*“. Anot jos, pavyko patikėti, kad jos jausmai ir poreikiai yra priimtini ir galimi, kad „*nebūtinai su manim kažkas yra blogai, jeigu aš taip jaučiuosi*.“ Kaip svarbų pokytį keli dalyviai mini sumažėjusius tobulumo reikalavimus iš savęs. Anot Ingos, atsirado „*suvokimas, kad normalu būti netobulu. /.../ Ir kad tu nesi blogas dėl to, kad esi netobulas*.“

Savo susietumo patyrimas. Visi tyrimo dalyviai antrajame interviu kalba apie ryšio su savimi, kitais žmonėmis ir pasauliu patyrimą. Jie geriau įsisąmonina įvairias savo puses. Daugiau mato ir jaučia sąsajas tarp vidinių patyrimų ir išorinių įvykių.

„Didėjanti ir praktikuojama savirefleksija“. Dauguma tyrimo dalyvių nurodo, kad psichoterapinė patirtis paskatino juos skirti dėmesį jausmų, poreikių įsisąmoninimui bei savianalizei. Išmokę tai psichoterapijos sesijose, savirefleksiją dalyviai praktikuoja ir gyvenime. Tą atspindi Manto žodžiai:

Esminis pokytis yra nuolatinis atsiradęs savistabos toks budrumas, kurio aš tikrai anksčiau neturėjau /.../, o dabar aš tikrai daug daug skiriu laiko apmąstyti pojūčius, kodėl aš supykau, kodėl aš nuliūdau, kodėl man kažkoks nervas ima. Visą laiką turiu dabar nuolatinį tokį vidinį auditorių, jausmų auditorių.

„Ryšio su savimi ir kitais stiprėjimas“. Dauguma dalyvių kalba apie sustiprėjusį ryšį su savimi. Jie geriau save jaučia, geriau girdi. Keli dalyviai mini, kad gyvenimo įvykiai, susitikimai, jų vidiniai vaizdiniai, sapnai nebeatrodo atsitiktiniai. Tai, kas jų gyvenime vyksta, turi „*ryšį su vidine realybe*“ (Rokas). Keli dalyviai nurodo, kad ryšys su savimi padeda jaustis susietais ir su kitais žmonėmis. Pavyksta geriau pajauti ir save, ir kitus žmones. Linos manymu, tai, kad ji jaučia save ir savo poreikius, padeda ją pajauti ir suprasti draugui – to Linai trūko psichoterapijos pradžioje. „*Emociškai mes kažkaip artimiau ir tarsi tame pačiame puslapyje*.“

Aiškesnis savo tapatumo suvokimas. Dauguma tyrimo dalyvių psichoterapijos metu aiškiau pajuto ir suprato, kas jie yra ir kas nėra. Sustiprėjo ryšys

su savimi, prasiplėtė savo pripažįstamų savybių rinkinys. Atsirado aiškesnis ribų tarp savęs ir kitų suvokimas.

„Savo tapatumo praplėtimas“. Dauguma tyrimo dalyvių psichoterapijos metu pažino įvairias savo puses, atrado ko apie save nežinojo. Tapatumas prasiplėtė, kai pavyko priimti seniau nepriimtinas asmenybės dalis, neigtus jausmus. Keli tyrimo dalyviai mini pyktį, kaip naujai pažintą ir „legalizuotą“ (*Mantas*). Įvairių savo pusių pripažinimas teikia „vientisumo“ (*Vaidas*) jausmą. Tokį jausmą ir savęs „pilnesnį vaizdą“ (*Lina*) kai kuriems dalyviams suteikė savo istorijos atkūrimas psichoterapijoje. Mantas teigia, kad naujas tapatumas buvo vienas reikšmingiausių psichoterapijų pokyčių:

Aš visą laiką save laikiau ramiu ir mandagiu, nepiktu žmogumi, nes kitokio savęs neatsimenu, ta prasme, net negalėčiau įvardinti atvejo kada aš būčiau pakėlęs balsą kada nors. Ten tarkim per kokius 30 gyvenimo metų. /.../ Ir man buvo tikrai šokas pamatyti, kad tai visiškai atvirkštinė situacija, /.../ tos neišreikštos emocijos ir ypač neigiamos, pyktis, jisai tikrai manyje yra prisikaupęs ir ir po to atsisukęs į mane patį. Tai tas man buvo tikrai labai svarbus atradimas.

„Aiškesnės asmeninės ribos“. Daugeliui tyrimo dalyvių aiškesnis savo tapatumo patyrimas susijęs su asmeninių ribų jautimu. Keli dalyviai teigia pajutę savo skirtingumą nuo kitų. Apie tyrimo dalyvių asmenines ribas liudija ir pasiryžimas jas apginti. Keli tyrimo dalyviai pasakoja pradedantys atskirti savo ir kito žmogaus problemas. Pasak Aušros, „*Dabar aš matau, kad žmogus pats su savim kovoja, ir tu čia tik po ranka pasitaikai. Čia irgi didelis pokytis dėl psichoterapijos iš dalies. Aš anksčiau priimčiau už gryną pinigą, kad kadangi mes esam vienoj patalpoj, tai čia ant manęs pyksta.*“

Vertybių peržiūrėjimas. Keli tyrimo dalyviai kalba apie besikeičiančias vertybes arba suabejojimą vertybėmis, kuriomis vadovavosi psichoterapijos pradžioje. Tapo svarbu atsižvelgti į save ir būti sąžiningu su savimi bent jau tiek pat kiek su kitais. Vaidas bando suderinti atsiradusį konfliktą tarp įsiklausymo į save ir krikščioniškų vertybių, kuriomis anksčiau vadovavosi. „*Nežinau, man čia kažkas tai nesueina. Nei su ta religija krikščionių, nei ką... /.../ Neigi tą žmogiškumo kažkokį tai pradą, savo tą balsą ir sakai, gerai ten, Viešpatie, teesie Tavo valia. /.../ Gal ta valia kažkaip tai kitaip, gal Dievas sako, kad klausyk, tavo gal balsas yra, ir nu vat ką tu pats sau pradedi girdėti.*“

3.3. Narcistinių sunkumų ir santykio su autoritetu dinamika

Šiame skyriuje pristatysime temas ir potemes, apibūdinančias narcistinius sunkumus, kurie tyrimo dalyvių buvo subjektyviai patiriami psichoterapijos pradžioje. Po psichoterapijos metų dalyviai įvardino pokyčius, susijusius su narcistinių sunkumų mažėjimu, bet nebūtinai atspindinčius santykį su autoritetu. Pateiksime šiuos „bendruosius pokyčius“ nurodančias temas ir potemes. Analizuosime narcistinių sunkumų ir vidinio autoriteto patyrimo dinamikos ryšį.

Skyriaus pabaigoje palyginsime vyrų ir moterų duomenis, susijusius su narcistiniais sunkumais, vidinio autoriteto patyrimu ir santykio su autoritetų figūromis dinamika.

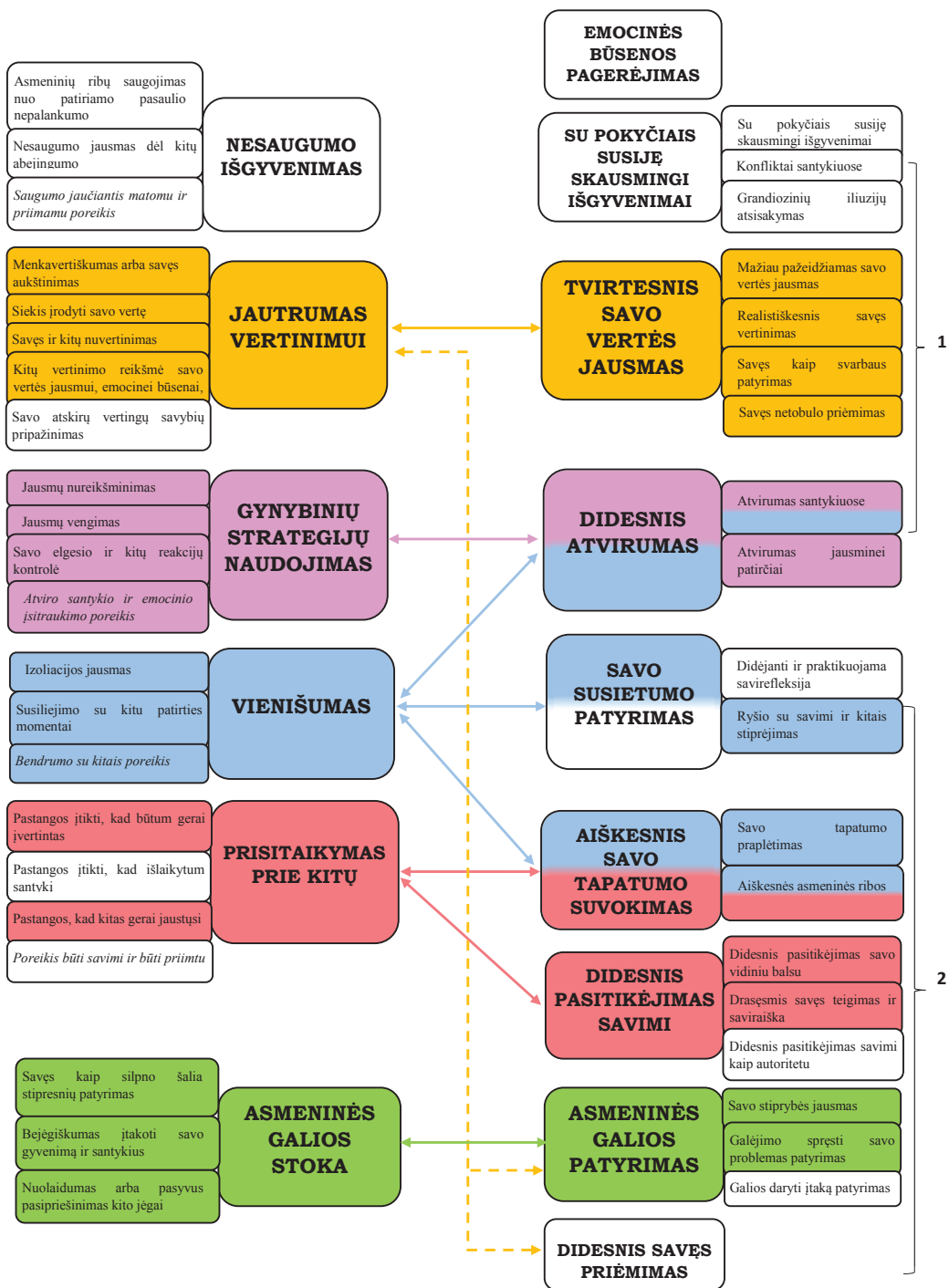
3.3.1. Narcistiniai sunkumai, bendrieji pokyčiai ir vidinio autoriteto patyrimo pokyčiai

Pastebėjome, kad vidinio autoriteto patyrimo pokyčiai ir bendrieji pokyčiai, nurodyti tyrimo dalyvių po psichoterapijos metų, susiję su narcistinių sunkumų, išskirtų pirmojo interviu duomenų analizėje, mažėjimu (3 pav.).

Tyrimo dalyvių **naudojamų gynybinių strategijų**, nurodytų ir stebėtų pirmajame interviu, reikšmė mažėja po psichoterapijos metų **didėjant** dalyvių **atvirumui**. Atvirumas jausmams yra priešinga patirtis jausmų nureikšminimui vengimui, būdingiems psichoterapijos pradžioje. Savo elgesio ir kitų reakcijų kontrolę keičia atvirumas santykiuose, pildantis atviro santykio ir emocinio įsitraukimo poreikį, išreikštą tyrimo dalyvių pirmajame interviu.

Dalyvių **jautrumą vertinimui**, išreikštą pirmajame interviu, analizuodamos antrąjį interviu pakeitėme **tvirtesnio savo vertės jausmo** tema. Lygindamos suformuluotas potemes psichoterapijos pradžioje ir potemes po psichoterapijos metų, pastebime, kad menkavertiškumas arba savęs aukštinimas keičiasi į realistiškesnį savęs vertinimą. Antrojo interviu metu dalyvių nurodytas mažiau pažeidžiamas savo vertės jausmas daro kitų vertinimus ne tiek reikšmingus savo vertės jausmui, emocinei būsenai ir gyvenimo prasmės suvokimui, kaip psichoterapijos pradžioje. Savęs netobulo priėmimas ir savo svarbos patyrimas gali mažinti savęs nuvertinimą ir poreikį įrodyti savo vertę. **Didesnio savęs priėmimo** tema vidinio autoriteto patyrimo pokyčių kategorijoje irgi gali būti susijusi su mažesne vertinimų reikšme.

Kaip priešingus **vieniškumo patyrimui**, o kartu kuriančius ryšį su savimi ir kitais matome po psichoterapijos metų išreikštus **didesnį atvirumą, savo su-sietumo patyrimą** bei **aiškesnį savo tapatumo suvokimą**. Ryšio su savimi ir kitais stiprėjimas silpnina izoliacijos jausmą ir atliepia bendrumo su kitais



3 pav. Narcistiniai sunkumai psichoterapijos pradžioje, 1) bendrieji pokyčiai ir 2) vidinio autoriteto patyrimo pokyčiai

poreikį. Dėl savo susietumo patyrimo, prasiplėtusio savo tapatumo ir aiškesnių asmeninių ribų susiliejimo su kitais patirties momentai, svarbūs psichoterapijos pradžioje, gali nebetikti reikšmės ir nebeatlikti susietumo su kitais funkcijos.

Po psichoterapijos metų atsiradęs **aiškesnis savo tapatumo suvokimas** ir asmeninių ribų patyrimas silpnina pirmajame interviu išreikštą tyrimo dalyvių tendenciją **prisisitaikyti prie kitų**. **Didesnis pasitikėjimas savimi**, savo vidiu balsu ir drąsesnis savęs teigimas po psichoterapijos metų daro pastangas įtikti, kad būtum gerai įvertintas, mažiau reikalingas.

Pirmojo interviu metu iškilusį **asmeninės galios stokos** jausmą atsveria **asmeninės galios patyrimas**, kurį nurodo tyrimo dalyviai antrajame interviu. Savęs kaip silpno šalia stipresnių patyrimą, bejėgiškumą įtakoti savo gyvenimą ir santykius psichoterapijos pradžioje keičia po psichoterapijos metų atsirandantis savo stiprybės ir galios daryti įtaką jausmas bei galėjimo spręsti savo problemas patyrimas.

3.3.2. Narcistiniai sunkumai psichoterapijos pradžioje

Atliekant pirmojo interviu pirmosios dalies duomenų teminę analizę, išryškėjo šešios temos, apibūdinančios tyrimo dalyvių patiriamus narcistinius sunkumus. Dalyviams būdingas **jautrumas vertinimui, asmeninės galios stoka, prisitaikymas prie kitų, gynybinių strategijų naudojimas, nesaugumo išgyvenimas** bei **vienišumas**. Siekdamos tiksliau ir aiškiau aprašyti tyrimo dalyvių grupę ir pilniau atskleisti jų narcistinius sunkumus, kiekvienoje temoje išskyrėme potemes. Temos ir potemės pateikiamos 6 lentelėje.

Jautrumas vertinimui. Visi tyrimo dalyviai išreiškia vertinimų svarbą. Dalyviai fiksuoja ir jautriai reaguoja į kitų vertinimus, tuo pačiu jie patys linkę vertinti ir dažnai nuvertinti save bei kitus žmones.

Potemė „**Menkavertiškumo jausmas arba savęs išaukštinimas**“ nurodo svyruojantį vertės jausmą, kuris yra kitų ar savo vertinimų rezultatas. Nors daugiau nei pusė tyrimo dalyvių išsako gerai pažįstamą žemą savivertę, kai kurie iš jų mini ir savo pranašumo prieš kitus patyrimą. Pasak Linos, paauglystėje ji „*labai blogai apie save galvojo*“ ir dabar „*būna, kad pasijaučiu maža ir mažai vertinga*“. Kitame interviu epizode Lina dalijasi: „*Kartais toks jausmas, kad aš tam kitam kažkokiam [pasauli], ypatingesniai*“. Keli dalyviai, atvirkščiai, teigia, kad vertina save gerai ar net labai gerai. Tačiau aukštą savivertę lydi nerimas, ją reikia išlaikyti, apginti. Tai leidžia kelti latentinio lygio prielaidą apie giliai esantį menkavertiškumo jausmą. Rokas teigia: „*Aš gerai save vertinu, net ir per gerai. /.../ Virš to vidurkio*“. Bet „*tokios įtampos atsiranda, nerimo /.../ su grėsme turbūt, kad /.../ nenori būti nukarūnuotas turbūt*“.

6 lentelė. Tyrimo dalyvių narcistinius sunkumus apibūdinančios temos, potemės ir kodų pavyzdžiai

Poreikiai ir lūkesčiai santykiams su kitais žmonėmis išskirti pasvirusiu šriftu

Temos	Potemės	Kodai
JAUTRUMAS VERTINIMUI	Menkavertiškumo jausmas arba savęs aukštinimas	Jaučiasi nevykęs(-usi) Lygindamas(-a) save su kitais jaučiasi menkas(-a) Dėl pastoviai patiriamo nuvertinimo patiki savo menkavertiškumu Svarsto, ar ne per aukštai save vertina Pranašumo prieš kitus jausmas
	Siekis įrodyti savo vertę	Reikia daug dirbti, kad tave įvertintų Kovoja, kad paneigtų nuvertinimą Pasiėkimais įrodytų savo vertę
	Savęs ir kitų nuvertinimas	Ironizuoja gautus aukštus įvertinimus Kritiška (-as) savo atžvilgiu Pajutęs(-usi) kito pranašumą, jį nuvertina Ieško priekabių kiekviename žmoguje
	Kitų vertinimo reikšmė savo vertės jausmui, emocinei būsenai ir gyvenimo prasmės suvokimui	Pozityvus vertinimas kelia grėsmės jausmą Skausmas ir liūdesys dėl neįvertinimo Kai buvo gerai įvertinta(s) už savo gebėjimus, atsirado gyvenimo gairės Didžiavosi savimi, kai buvo gerai įvertinta (-a) Kai kitas gerai įvertina, jaučiasi vertingas(-a)
	Atskirų savo vertingų savybių pripažinimas	Moka išklaudyti žmones Žmonės apibūdina kaip kūrybišką Tam tikrose srityse yra labai gabi
ASMENINĖS GALIOS STOKA	Savęs kaip silpno šalia stipresnių patyrimas	Silpnas(-a) Užima žemesnę vietą „bandoje“ Patyrė fizinį smurtą iš bendraamžių Trūksta asmeninės jėgos Sutuoktinę (-į) patiria kaip stipresnę (-į)
	Bejėgiškumas įtakoti savo gyvenimą ir santykius	Jam(-ai) lengva daryti įtaką Linkęs(-usi) nusileisti Negali daryti kitiems įtakos Kiti ignoruoja jo(-os) poziciją
	Nuolaidumas arba pasyvus pasipriešinimas kito jėgai	Dėl savęs nekovoja Susitaiko su kito piktnaudžiavimu jėga Paslapčia daro savo – ne taip, kaip reikalauja kitas Nemato galimybės aktyviai priešintis Sunku kovoti prieš sutuoktinio (-ės) galią
PRISITAIKYMAS PRIE KITŲ	Pastangos įtikti, kad būtum gerai įvertintas	Stengiasi nustebinti Daug pastangų, kad būtų įvertintas(-a) Moka kitiems sudaryti gerą įspūdį
	Pastangos įtikti, kad išlaikytum santykį	Baisu, kad nutrūks santykis, jei reikš savo poreikius Pastangomis įtikti siekia išvengti konflikto
	Pastangos, kad kitas gerai jaustųsi	Savo tikrąją poziciją aukoja dėl kito geros būsenos Stengiasi padaryti taip, kad kitas gerai jaustųsi
	<i>Poreikis būti savimi ir būti priimtam</i>	Galėjimas būti savimi susijęs su ramybe Artimi draugai nieko nereikalauja Nesmerkimo ir nevertinimo santykis – siekiamybė Gali reikšti save, kai jaučiasi priimama

Temos	Potemės	Kodai
GYNYBINIŲ STRATEGIJŲ NAUDOJIMAS	Jausmų nureikšminimas	Svarbu racionaliai mąstyti Racionalus mąstymas nugali emocijas Bando pasijuokti iš situacijos, kuri liūdina Nereaguoja į nesvarbių žmonių nuvertinimą
	Jausmų vengimas	Pastangos išvengti nemalonių savo ir kitų jausmų Vengia bendrauti su pykstančiu žmogumi Interviu metu sunku priartėti prie emocinės patirties
	Savo elgesio ir kitų reakcijų kontrolė	Stengiasi kontroliuoti savo įvaizdį, kad būtų gerai vertinamas Reiškia savo nuomonę tik tada, kai įsitikina, kad jį patiks kitam žmogui
	Atviro santykio ir emocinio įsitraukimo poreikis	Svarbu atvirai dalintis savo ir girdėti kito reakcijas Atvira santykių jauti pilnatvę Svarbios ir teigiamos, ir neigiamos reakcijos
NESAUGUMO IŠGYVENIMAS	Asmeninių ribų saugojimas nuo patiriamo pasaulio nepalankumo	Tikra gali būti tik su savimi Saugo savo erdvę Jaučiasi kito puolamas, todėl nenori atsiskleisti Bijo, kad kiti pamatys silpnumą ir pasinaudos
	Nesaugumo jausmas dėl kitų abejingumo	Jausmas, kad nerūpi, dėl to nesaugu Neturi, kas apgintų
	Saugumo jaučiantis matomu ir priimamu poreikis	Saugu, kai žinai, kad nekritikuos Ramu, kai gali būti savimi ir būti priimtas (-a) Saugu, kai kažkam rūpi
VIENIŠUMAS	Izoliacijos jausmas	Jausmas, kad niekas nemato Jausmas, kad Dievas pamiršo Neturi draugų Jaučiasi niekur nepritampanti
	Susiliejimo su kitu patirties momentai	Vienas kito „maitinimo“ santykių jausmas Ribų tarp savęs ir kito išnykimo patyrimas Vienodumo su drauge patyrimas Jautėsi „subyrėjusi“, kai artima draugė išvyko
	Bendrumo su kitais poreikis	Poreikis dalintis Svarbus savęs kaip visumos dalies patyrimas Svarbu bendri pomėgiai, interesai

Įtampa, susijusi su savo verte, būdinga ir potemei „*Siekis įrodyti savo vertę*“. Nesijausdami savaime vertingi, daugiau nei pusė tyrimo dalyvių pasakoja, kad savo vertę stengiasi pagrįsti, užsitarnauti, išsikovoti ar apginti. Anot Saulės, „*pastoviai toksai yra vidinis noras, kad kažkam kažką įrodyt, padaryt, kad pamatytų, kad aš galiu /.../ kad jeigu yra galimybė ką nors tokio trupučiuką neįmanomo padaryti, mažiau įmanomo padaryti, /.../ padarysiu ir tegul pamato, kad aš padarysiu.*“ Aušra, išgirdusi savęs kaip profesionalės nuvertinimą, bando vertę pateisinti: „*Bent jau sau vidinėj pasakau, kad /.../ aš matau apibendrintą vaizdą, o jie vienetinį variantą, todėl aš kažkaip manau, kad mano kompetencijos tikrai nėra niekinės*“.

Potemė „*Savęs ir kitų nuvertinimas*“ apima pusės dalyvių išsakytus neigiamus vertinimus savo ar kitų atžvilgiu. Keliuose tyrimo dalyvių pasisakymuose galima girdėti, kad jie nuvertina kitus tuomet, kai jaučia kitų pranašumą, kuris kelia grėsmę jų pačių vertei. „*Tada va galvoji, ar čia jie taip jau visai tokie ypatingi ar išskirtiniai, ar vis tik turi tų silpnųjų pusių. Ir noras pamatyti tada tas silpnąsias puses. Šiaip va tokio kritiškumo tada...*“ (Rokas). Interviu metu keli dalyviai neigiamai vertina tai, ką ir kaip kalba. „*Aha, padrikai, man dabar atrodo, kad aš padrikai kalbu ir jau ta mano savivertė kažkaip tai, toks jausmas, biški, atrodo, kad aš čia kažkaip nedėstau labai gerai minčių*“ (Lina).

Jausminį ir/ar egzistencinį gaunamų vertinimų krūvį, patiriamą visų tyrimo dalyvių, atspindi potemė „*Kitų vertinimo reikšmė savo vertės jausmui, emociinei būsenai ir gyvenimo prasmės suvokimui*“. Į neįvertinimus arba neigiamus vertinimus dalyviai reaguoja liūdesiu, skausmu, kartais pykčiu. Kelios dalyvės išsakė gėdos ir kaltės jausmus. Dauguma dalyvių džiaugiasi ir didžiuojasi savimi, gavę gerus įvertinimus. Kartais pozityvūs, ypač labai aukšti įvertinimai, siejami su grėsmės ir nerimo išgyvenimais, nes baisu nuvilti, nepateisinti lūkesčių. Rimas, kalbėdamas apie žmonių „*perdėtą*“ žavėjimąsi juo, sako, kad „*nemalonus šiek tiek pojūtis yra (nusijuokia), nu kažkaip vat. Eem toks kažkaip vat atrodo, kaip taip galima, žodžiu, kodėl čia taip reikia žavėtis (nusijuokia), nėra taip gerai, ir panašiai*“. Dauguma dalyvių teigia, kad jų vertės jausmas priklauso nuo to, kaip juos vertina kiti. Kelios tyrimo dalyvės išgirstus neigiamus vertinimus patiria kaip savo vertės „*griuvimą*“ (Aušra, Inga). Keli dalyviai po jiems išsakytos kritikos yra jautę beprasmiškumą, savo gyvenimo krypties praradimą. Ir atvirkščiai, geri įvertinimai suteikia prasmę. Mantui, gavusiam aukštą apdovanojimą už savo kūrinį, „*toks buvo nuskaidrėjimas, kad pagaliau kažkokios gairės gyvenime atsirado*“.

„*Atskirų savo vertingų savybių pripažinimas*“. Nepaisant svyruojančio bendro savo vertės jausmo, dauguma tyrimo dalyvių įvardija vieną ar kelias pozityvias savybes, kurias pastebi ir įvertina aplinkiniai, ir pripažįsta jie patys. Keli dalyviai mini savo geras profesines kompetencijas, darbštumą, pareigingumą, draugiškumą. Viena dalyvė įvardija savo moterišką patrauklumą, vienas dalyvis – gerą jumoro jausmą. Pusė tyrimo dalyvių nurodo, kad jie yra kūrybiški, ir už tai juos vertina kiti žmonės.

Asmeninės galios stoka. Dauguma tyrimo dalyvių jaučiasi neturintys pakankamai psichologinės jėgos, kad galėtų konkuruoti, daryti įtaką ar tvirtai save teigti ir būti išgirsti.

„*Savęs kaip silpno šalia stipresnių patyrimas*“ girdimas daugumoje interviu. Tyrimo dalyviams atrodo, kad kiti turi daugiau energijos, yra ryžtinges-

ni, dėl asmenybinės jėgos gali padaryti daugiau. Monika taip apibūdina savo draugę, kuriai norėjo, bet negalėjo prilygti: „*Jinai buvo tokia labai stipri, labai charizmatiška, prie jos visi labai lipdavo stipriai, ir jinai tokia labai mokėjo valdyti kitus, /.../ nu o aš tokia švelni, tokia ne /.../ ne taip*“. Keli dalyviai yra patyrę fizinį ar psichologinį smurtą ir nematė galimybių jo išvengti. Mantas, kuriam pažįstamas toks patyrimas, priima tai kaip savaime suprantamą: „*Ko gero tokios yra žaidimo taisyklės, taip vyksta nuo (nusijuokia) akmens amžiaus laikų tikriausiai tarp žmonių. Kas toksai eee jaunesnis šeimoj, bandoj, tas yra prisitaikėliškas, tai toks biški yra, hierarchijoj užima žemesnę skalę.*“

„**Bejėgiškumu įtakoti savo gyvenimą ir santykius**“. Daugiau nei pusė tyrimo dalyvių išsako negalėjimo daryti įtakos patyrimą, bejėgiškumo keisti gyvenimiškas situacijas ar santykius su žmonėmis jausmą. Keli vyrai, dalyvavę tyrime, jaučiasi bejėgiai santykiuose su žmonėmis. Anot Vaido, jo bandymai pagerinti santykius su žmona nebūna vaisingi: „*Nusivylimas. Įtikti bandai, ir kažkaip tai kažkokios pastangos vadinasi ne tokios buvo.*“ Pusė tyrimo dalyvių suvokia save kaip lengvai pasiduodančius kitų manipuliacijoms ir įtakai, tuo tarpu patiems taip elgtis nesiseka. Inga dalijasi, kad nepavyksta pakeisti nusistovėjusio santykių modelio, kuriame ji paklūsta kitiems: „*Žmonės jaučia ir manipuliuoja tu, aš tą jaučiu, tai iš to suprantu, kad jie, kad jie mato, kad tokio tvirtumo nėra.*“

„**Nuolaidumas arba pasyvus pasipriešinimas kito jėgai**“. Dauguma tyrimo dalyvių jausdami kito piktnaudžiavimą jėga tam nepasipriešina aiškiai, aktyviai ir tinkamu momentu. Anot Manto, jis „*aktyviai nekovoja dėl vietos po saule*“. Vaidas taip išreiškia savo patyrimą: „*Mano ta pirminė reakcija būna, aš nusileidžiu, po to atsikvošėju, bet jau biški traukinys nuvažiavęs...*“ Daugiau nei pusė dalyvių išsako jaučiantys diskomfortą, kai kitas naudoja prieš juos psichologinę jėgą, tačiau jų atsakas yra pasyvus pasipriešinimas. „*Lyg tai nustumti, atsiriboti, ta prasme, nu taip, užsidaryti, kad čia mane puola, gintis ar ten tyli vidinė rezistencija, kankiniesi*“ (Vaidas).

Prisitaikymas prie kitų. Visi tyrimo dalyviai pasakoja situacijas, kuriose elgiasi pagal kitų lūkesčius, pageidavimus, numanomus norus ar numatomas reakcijas. Sąmoningai, ar to neįausdami, jie aukoja savo tikruosius jausmus ir poreikius. Anot Šarūnės, „*kažkaip prisitaikyt labai mokėjau. Ar čia nuo to laimės daugiau, tai turbūt ne, bet tas sekėsi visai*“.

„**Pastangos įtikti, kad būtum gerai įvertintas**“. Kadangi tyrimo dalyviams svarbu būti gerai įvertintiems, dauguma jų stengiasi sudaryti gerą įspūdį, pateikia save taip, kaip įsivaizduoja, kad patiks kitiems. „*Ir tada gaunasi, kad daugumai taip visai, nu, tinku aš pagal savo tą. (Nusijuokia) Nes nu tikrai kažkaip išeina save ten prisiderinti*“ (Šarūnė).

Keliems dalyviams būdingos „**Pastangos įtikti, kad išlaikytum santykių**“. Jie prisitaiko prie kito, siekdami išvengti konflikto ir galimo atstūmimo. Rokas sako, kad stengiasi būti „*draugiškas kitų atžvilgiu, gal kartais taip yra tas noras vengti konflikto, taip gerai su visais sutarti... taip linkęs prisitaikyti*“. Lina, aiškindama savo motyvus prisitaikyti santykiuose, sako, kad taip elgiasi vengdama atmetimo jausmo: „*kažkaip stipriai tas atstūmimas-neatstūmimas*“.

Kitą prisitaikymo motyvą atspindi potėmė „**Pastangos, kad kitas gerai jaustųsi**“. Daugiau nei pusei tyrimo dalyvių labai svarbu, kad kiti šalia jų gerai jaustųsi. Stengiantis užbėgti už akių kito blogai būsenai, ignoruojami savi jausmai. Anot Vaido, „*pas mane daug tokio yra, kur nu, aš save kažkur tai truputį nuspaudžiu ir tada taip – nu kitam taip, nu gerai, po to pala, kažkas tai negerai, kažkokia įtampa, iš kur čia?*“

„**Poreikį būti savimi ir būti priimtam**“ išreiškė dauguma tyrimo dalyvių. Tai būtų atsvara savo energijos, poreikių ir duotybių aukojimui prisitaikant. Kaip sako Aušra, „*Skirtumas tarp įtikti ir patikti yra kad aš nenorėčiau įtikti man keliamų reikalavimų ir standartų, bet aš norėčiau pasiūlyti savo turimas savybes, kurios galbūt žmonėms patiktų labiau. Man patiktų kad įvertintų tai, ką aš galiu pasiūlyti*“. Keliems tyrimo dalyviams patyrimas, kai esi priimtas toks, koks esi, yra kol kas nereali siekiamybė. Kitiems dalyviams tokia patirtis nors ir nedažna, bet pažįstama. Mantas ją taip apibūdina: „*Tiems žmonėms iš tavęs nieko nereikia ir jie tavęs neskatina, neprašo, neprašo elgtis kaip nors, neprašo imtis kažkokių veiksmų arba šnekant paprastai nieko iš tavęs nenori... O tai ir yra ramybė*“.

Gynybinių strategijų naudojimas. Dauguma tyrimo dalyvių linkę išlaikyti tam tikrą psichologinę distanciją nuo emocinės patirties ir nuo atviro emocinio įsitraukimo į santykius. Tai vyksta dažniausiai nesąmoningai. Tyrimo dalyvių gynybiškumą galima girdėti jų pasakojimų turinyje arba stebėti interviu proceso metu.

„**Jausmų nureikšminimas**“. Daugiau nei pusė dalyvių bando sumažinti jausminės patirties svarbą. Pusė tyrimo dalyvių akcentuoja racionalaus mąstymo prioritetą prieš emocijas. Mantas pasakoja, kaip gavęs gerą įvertinimą nepasiduoda emocijoms: „*Aš tikiuosi, kad aš nepatikėjau ne dėl to, kad turiu menką savivertę, o dėl to, kad stengiausi eee racionaliai apgalvoti tą komplimentą, kurį man parašė žmogus, neturėjęs su manim daug laiko ir darbo kartu*“. Kitas tyrimo dalyvių naudojami būdai paneigti jausmų reikšmę – ignoruoti emocijas, nuvertinti jų įtaką, pasijuokti iš skausmingus išgyvenimus galinčių kelti situacijų ar žmonių. Inga jumoru reaguoja į nepagarbų bendradarbių elgesį: „*susireikšminusių kažkokių ten skyrių vedėjų, mes netgi jau ir juokiamės, /.../ belieka tik jumoro forma žiūrėt*“.

Daugiau nei pusei tyrimo dalyvių būdingas „**Jausmų vengimas**“. Jie bando nepatekti į emociškai sunkias situacijas, neprisiliesti prie savo jausminių išgyvenimų, neprisiminti skaudžių patyrimų. Interviu metu kartais sunku pasiekti dalyvių emocinę patirtį. Zigmas, paklausus apie jausmus, kuriuos jam kelia kitų žmonių požiūris į jį, sako, kad į tai „*nesigilina*“. Čia pat paaiškina vengimo gilintis motyvus: „*Nu jeigu aš žinočiau, kaip kitas apie mane blogai galvoja, nu tai man kažkaip būtų nu tiesiog nu (12) kaltinčiau save gal, kažką ne taip darau /.../ nu tokią naštą turėčiau. Gal aš kažką ir blogai darau, galvočiau. Nu jeigu apie tai galvočiau*“.

„**Savo elgesio ir kitų reakcijų kontrolė**“. Kelių tyrimo dalyvių pasakojimuose girdisi ryški savęs ir kitų kontrolė. Vengiama spontaniškumo, pasirenkamas tam tikras įvaizdis, tikslingai formuojamas elgesys, siekiant gauti aplinkinių palankumą ir teigiamą įvertinimą. Tyrimo dalyviai sąmoningai ar nesąmoningai fiksuoja kitų jausmus, lūkesčius, nuostatas, ir tik numatę būsimą rezultatą, išreiškia save. „*Man tada saugiau kažkaip yra, /.../ nes tarsi aš pirmesnė turiu žinot tai, kaip man elgtis reikia*“ (Šarūnė).

Pusė tyrimo dalyvių išsako „**Atviro santykio ir emocinio įsitraukimo poreikį**“. Atviras dalijimasis spontaniškomis reakcijomis su kitu žmogumi tyrimo dalyvius gąsdina, tačiau kai kuriuos toks santykis traukia. Jie norėtų tokį santykį kurti, keli dalyviai dalijasi gilaus emocinio įsitraukimo į santykį epizodais. Inga sako, kad tokiais momentais jaučiasi „*pilna*“. Vaidas jaučia abipusio atvirumo santykyje poreikį, tačiau beveik neturi tokios patirties. Jis ilgisi „*galimybės būti atviram, atviram iki pažeidžiamumo*“.

Nesaugumo išgyvenimas. Pusė tyrimo dalyvių išreiškia nesaugumo jausmą. Pasaulis subjektyviai išgyvenamas kaip grėsmingas, nusiteikęs priešiška. Kai kuriems dalyviams atrodo, kad jie kitiems neįdomūs ir nesvarbūs, todėl jaučiasi apleisti ir nesaugūs.

„**Asmeninių ribų saugojimas nuo patiriamo pasaulio nepalankumo**“. Keli dalyviai linkę atsiriboti nuo kitų, nerodyti savęs dėl nesaugumo jausmo. Jie bijo, kad apie save pareiškę sulauks kritikos, nuvertinimo, nesupratimo. Peržengiant ribą tarp savęs ir pasaulio kyla įtampa, nes iš pasaulio tikimasi „*puolimo*“ (Rokas). Vaidas sako dėl nesaugumo dažnai užsidarantis savyje ir ginantis savo ribas: „*Nu bet čia man gal kaip ir užuovėja, kurioje aš galiu pabūti*“. Šarūnę nesaugumo jausmas skatina stengtis būti nepastebėtai, „*jokio pėdsako nepalikt*“.

„**Nesaugumo jausmas dėl kitų abejingumo**“ išreiškiamas kelių tyrimo dalyvių. Nesaugu, kai atrodo, kad niekam nerūpi, kad niekas neapgins, jei tau kils pavojus. Neramu, kai jautiesi nematomas, ignoruojamas. Kai kurie daly-

viai tokią būseną sieja su konkrečiais vaikystės patyrimais, kai būdavo paliekami be priežiūros ar jautė emocinį tėvų atmetimą. Aušra pasidalija girdėjusi mamos žodžius „*geriau tu iš vis nebūtum gimusi*“. Aušra stokoja atramos jausmo. Susidūrusi su pašaipomis mokykloje nesitikėjo, kad „*ateis kažkas ir už mane dabar jiems duos velnių*“.

„**Saugumo jaučiantis matomu ir priimamu poreikis**“. Keli dalyviai išreiškia norą turėti bent vieną santykį, kuriame jaustųsi svarbūs, pastebėti. Būtų ramiau, jei kas nors nuoširdžiai domėtųsi jo(s) patyrimu. Kai kurie dalyviai prisimena trumpus tokio santykio epizodus. Vaidas juos taip apibūdina: „*bendravimo saugumas, /.../ kai išgirstas būni*“.

Vienišumo tema skamba daugiau nei pusės tyrimo dalyvių interviu. Ji apima tiek subjektyvų negalėjimo susisieti su kitais jausmą, tiek realią tarpasmeninių santykių stoką. Į šią temą įtraukėme ir būdus, kuriais tyrimo dalyviai bando spręsti vienvės problemą.

„**Izoliacijos jausmas**“. Keli tyrimo dalyviai pasirenka užsidarymą savyje kaip būdą išvengti skaudžių išgyvenimų, susijusių su išoriniais kontaktais. Bet taip susikurtas saugumo jausmas neatperka skausmingo vienišumo išgyvenimo. Kiti dalyviai nori ir stengiasi užmegzti santykius, bet patiria nepriėmimą ir atmetimą. Keli dalyviai nedrįsta bendrauti, ir vienvės patyrimas tampa tarsi neišvengiamas. Monika mokyklos metais liūdėjo ir jautė bejėgiškumą negalėdama įveikti savo atskirties nuo bendraamžių. „*Kai ten reikėdavo išsirinkti pas ką sėdėti ir prie ko suole sėdėti, tai vat dažniausiai visi išsirinkdavo, kai jau likdavo, tai aš viena, ateidavo pasiimdavo. Tai būdavau, kurią paskutinę pasiimdavo.*“

„**Susiliejiimo su kitu patirties momentų**“ potėmė buvo išskirta pastebėjus, kad pusė dalyvių mažina vienišumo jausmą subjektyviai pasinerdami į beribius santykius. Patiriamas ištirpimo kituose, vienodumo jausmas. Keliems dalyviams būdingos simbiotinės tendencijos – siekiama psichologinio „*pamaitinimo*“ (Aušra), globos. Kito žmogaus buvimas šalia atrodo gyvybiškai būtinas. Monika, jos vienintelei draugei išvykus į užsienį, jautėsi „*subyrėjusi*“.

„**Bendrumo su kitais poreikis**“ apima ryšio su kitais patyrimą neprarandant savo ribų. Tai noras jaustis susijusiu su kitais, būti bendruomenės dalimi. Keli dalyviai išsako poreikį dalintis savo patirtimi ir kompetencijomis, priklausyti bendraminčių grupei. Rimas išreiškia teigiamas emocijas, kurias kečia bendrystės patyrimas: „*Tas santykis yra toks šilumos, artimumo, džiaugsmo, jėg kaip gerai, kad tokie žmonės yra, nes aš jaučiuosi, kad aš nu ne vienas, bendrystė tokia, priklausymo, kad štai aš tai kompanijai jaučiuosi atjaučiantis ir priklausantis savaip.*“

3.3.3. Bendrieji pokyčiai po psichoterapijos metų

Bendruosius pokyčius, įvardintus tyrimo dalyvių antrajame interviu, sugrupavome į kelias temas: **tvirtesnį savo vertės jausmą, didesnį atvirumą, emocinės būsenos pagerėjimą ir su pokyčiais susijusius praradimus**. 7 lentelėje pateikiame temas ir keliose iš jų išskirtas potemes bei kodų pavyzdžius. Žemiau temas ir potemes aprašome.

7 lentelė. Bendruosius pokyčius po psichoterapijos metų apibūdinančios temos, potemės ir kodų pavyzdžiai

Temos	Potemės	Kodų pavyzdžiai
TVIRTESNIS SAVO VERTĖS JAUSMAS	Mažiau pažeidžiamas savo vertės jausmas	Mažiau bijo kitų vertinimo Kitų kritika „nesugriauna“ Greičiau atstato savo vertės jausmą po patirto nuvertinimo
	Realistiškesnis savęs vertinimas	Švelnėja skirtumas tarp savęs aukštinimo ir savęs nuvertinimo Savęs vertinimas tapo realistiškesnis Stabdo savęs aukštinimą, nes žino, kad tai labai trumpalaikis jausmas
	Savęs kaip svarbaus patyrimas	Suprato, kad jo jausmai ne mažiau svarbūs nei kitų Pripažino savo poreikių ir pozicijos svarbą Patyrė jausmą, kad yra vertinga bet kokia Mažiau save nuvertina
	Savęs netobulo priėmimas	Priima save su silpnybėmis Priima anksčiau neigtas savo savybes Psichoterapeutė nereikalavo tobulumo, todėl lengviau priimti save netobulą Dabar daugiau sau patinka nei prieš metus
DIDESNIS ATVIRUMAS	Atvirumas santykiuose	Nebenuvertina kitų, o mieliau įsitraukia į santykius Atviriau bendrauja Tiesiau save išreiškia santykiuose
	Atvirumas jausminei patirčiai	Nebesigina nuo savo tikrųjų jausmų Jausminė patirtis praturtina Nebeslopina pykčio
EMOCINĖS BŪSENOS PAGERĖJIMAS		Nebesijaučia bejėgis Nebesijaučia depresiškas Mažiau baimių ir nerimo Jaučiasi laimingesnė Jausmų pripažinimas ir supratimas padeda juos atlaikyti Savęs supratimas padeda greičiau išeiti iš sunkių būsenų
SU POKYČIAIS SUSIJĘ PRARADIMAI	Su pokyčiais susiję skausmingi išgyvenimai	Teko pripažinti ir išgyventi sunkias emocijas Nemalonu, liūdna pripažinti savo neigiamas savybes Didėjantis pasitikėjimas savimi susijęs su skausmo santykiuose patyrimu Liūdesys ir ilgesys, susiję su savo susikurto „ypatingo personažo“ praradimu Atsiskyrimas – liūdnas ir skausmingas
	Konfliktai santykiuose	Pradėjus teigti savo poreikius, santykiuose atsirado atviri konfliktai Neaišku, ar jos didesnis pasitikėjimas savimi ir prieštaravimas kitiems pagerins ar pablogins santykius
	Grandiozinių iliuzijų atsisakymas	Tenka pripažinti, kad nėra tobula ir nesukurs tobulo pasaulio Dingo savo nepalaužiamo stiprumo iliuzija Pripažinus savo neigiamas puses, teko atsisakyti savo tobulo vaizdo

Tvirtėnis savo vertės jausmas. Ši tema apima tyrimo dalyvių išsakytas pozityvias patirtis, susijusias su savo vertės jausmo stiprėjimu. Nors dauguma dalyvių pripažįsta, kad jie liko jautrūs vertinimui, visi pamini vieną ar kelis savo vertės patyrimo aspektus, kurie vertės jausmą pastiprino, suteikė jam daugiau stabilumo.

„**Mažiau pažeidžiamas savo vertės jausmas**“. Dauguma tyrimo dalyvių pastebi, kad jų savęs vertinimas tapo atsparesnis kitų kritikai ir nuvertinimui. Kritika „*nesugriauna*“, pasak Ingos. Kelios dalyvės mini mažesnę nuvertinimo baimę. Nors patirtas nuvertinimas tyrimo dalyvius vis dar žeidžia, tačiau jų vertė greičiau „*atsistato*“. „*Vis tiek viduje kažkaip toki bėnt pamatėlį turi, ant kurio vėl gali užlipti, atsistoti*“ (Rokas).

„**Realistiškesnį savęs vertinimą**“ nurodo keli tyrimo dalyviai. Daugiau realybę atitinkantis, o kartu ir stabilesnis savęs vertinimas susijęs su svyravimų tarp savęs aukštinimo ir kraštutinio nuvertinimo mažėjimu. Anot Ingos, „*tas priartėjimas įvyko nuo nuo tos karalienės iki tos patvory besimėtančios. /.../ Nu gal ne visiškai susijungė, bėnt bėnt jau apie tai galvoju.*“ Dalyviai teigia pajutę, kad kraštutinumai nėra realistiški. Savęs pervertinimas dažnai susijęs su fantazijomis, o joms nepasiteisinus kyla menkavertiškumo jausmas. Keli dalyviai siekia apčiuopti, kokie jie yra realūs žmonės, o ne „*susikurti personažai*“ (Inga).

„**Savęs kaip svarbaus patyrimas**“ reikšmingas daugumai tyrimo dalyvių. Dalyviai sako pripažinę savo poreikių, jausmų, pozicijos svarbą, ne mažesnę nei kitų žmonių. Kai kurie kalba apie platesnę ir gilesnę – pačios savo egzistencijos svarbą. Tokio patyrimo epizodai stabdo nuo buvusio įprasto savęs nuvertinimo. Šarūnė teigia, kad labai paveikė patirtas išgyvenimas „*kad aš tiesiog galiu būti. Bėnt kokia.*“

„**Savęs netobulo priėmimas**“. Dauguma tyrimo dalyvių teigia mažiau reikalaujantys iš savęs tobulumo ir galintys susitaikyti su anksčiau nepriimtinais savo pusėmis. Kaip sako Lina, „*tie rožiniai akiniai kažkiek nusiima, bėnt visai man tos mano silpnosios pusės, kažkaip aš jas gal mažiau nuvertinu.*“ Tobulumo siekio atsisakymas suteikia ramybės, stabilumo. Kartu tai skatina mažiau reikalauti ir iš kitų žmonių. Keli dalyviai pripažįsta, kad netobuli jie patys ir kiti žmonės tapo įdomesni ir patrauklesni.

Didesnis atvirumas. Visiems tyrimo dalyviams būdingas gynybiškumo mažėjimas, bandymai būti atviresniais sau ir/ar kitiems.

„**Atvirumas santykiuose**“. Visi dalyviai mini vieną ar kelis epizodus, kai išdrįso atsiverti santykiuose. Jie mažiau stebi, vertina, o mieliau ir lengviau įsitraukia į santykius. Rokas, anksčiau vengdavęs bendrauti, nuvertindavęs

save ir kitus, dabar pripažįsta, „*kad kiti nėra tobuli, ir aš nesu, turiu tų trūkumų ir vis tiek ten kažkaip galima susibendrauti, ir to reikia, ir to norisi...*“ Kai kurie dalyviai tiesiau ir drąsiau išreiškia save. Aušra, anksčiau linkusi slėptis ir nereikšti savo nuomonės, dabar vis dažniau apie save praneša. „*Aš norėčiau jums paaiškinti. Ar jūs norite mane girdėti?*“ – sako ji kolegei, neteisingai interpretavusiai įvykius.

„**Atvirumas jausminei patirčiai**“. Dauguma tyrimo dalyvių po psichoterapijos metų pripažįsta, kad jausmai svarbūs, ir yra labiau linkę juos išgyventi bei išreikšti. Keli dalyviai psichoterapijos metu įsisąmonino savo baimes ir nebenori jų neigti. Inga pripažino savo liūdesį ir vienišumą. Keli dalyviai mini pykčio jautimą ir raišką. „*Aš jaučiuosi nuoširdus pykdamas*“, – sako Vaidas. Rokas teigia nebeslepantis nuo savęs ir žmonos pavydo jausmo. Tai padeda ne kaltinti žmoną neteisingu elgesiu, bet atsigręžti į save. „*Nu jo, aš esu pavydus, nu reaguuju į tą situaciją /.../, turiu tame išbūti, iškentėti. /.../ Jautiesi nesaugus, bijai būti paliktas.*“ „*Anksčiau būtų buvę – ne, ne, reikia uždaryti tą situaciją, užsibaigti, ją pamiršti, ir tikėtis, kad tokių situacijų daugiau nebus. Išorinių situacijų...*“

Emocinės būsenos pagerėjimas. Dauguma tyrimo dalyvių nurodo, kad jų emocinė būsena yra geresnė nei prieš metus, kai kreipėsi psichoterapinės pagalbos. Dažnai minimas nerimo ir baimių sumažėjimas. Ingai, gavus iš psichoterapeutės palaikymą, patyrus ir priėmus save realią, o ne įsivaizduojamą, tapo „*ramiau*“, „*saugiau*“. Mantui pripažinus savo pyktį, nebeslopinant jo ir „*nebekauptiant*“, dingo prislėgta nuotaika ir bejėgiškumo jausmas. Šarūnė, psichoterapijos metu apsisprendusi ir pakeitusi darbą, jaučiasi „*laimingesnė*“. Keliems dalyviams savo jausmų pažinimas, geresnis savęs supratimas padeda atlaikyti emocijas. Emocijos tampa mažiau intensyvios, lengviau valdomos. Sunkios būsenos greičiau praeina. „*Ne taip ilgai tas būna, neužsibūni tame*“ (Rokas).

Viena tyrimo dalyvė neužsimena apie reikšmingus emocinės būsenos pokyčius. Vienas dalyvis pripažįsta, kad sutrikusio miego problema, kuri paskatino jį kreiptis psichoterapijos, išliko ir po psichoterapijos metų.

Su pokyčiais susiję praradimai. Dauguma tyrimo dalyvių interviu metu dalijasi, kad su psichoterapija susiję pokyčiai yra ne tik teigiami ir džiaugsmingi, bet kartais turi tam tikrą kainą. Keli dalyviai to aiškiai neįvardija, tačiau jų pasakojimuose apie pasikeitimus galima išgirsti skausmingus patyrimus, nebūtinai malonius atradimus ir praradimus.

„Su pokyčiais susiję skausmingi išgyvenimai“. Daugumai dalyvių tenka patirti skausmingus jausmus, susijusius su psichoterapijos metu vykstančiais pokyčiais. Keli dalyviai mini su šešėlinių savo pusių pripažinimu susijusias nemaloniais emocijas. *„Daugiau su pykčiu ir liūdesiu, su tais nemaloniais truputį, gal ir beviltiškumu, kad čia gal taip ir bus, tu būsi toksai“ (Rokas).* Šarūnei liūdesį kelia atsiskyrimo procesai. Keliems dalyviams įsisąmoninus savo baimes ar pyktį, juos neišvengiamai tenka ir jausti.

„Konfliktai santykiuose“. Nors kai kurie pokyčiai atrodo teigiami pačių tyrimo dalyvių atžvilgiu, jie nebūtinai yra priimami aplinkinių. Keli dalyviai mini atsiradusius ar padažnėjusius konfliktus su kitais žmonėmis. Drąsesnis savo pozicijos reiškinys gali sulaukti kitų nepritarimo. Kai kurie dalyviai svarsto, kad tokie konfliktai ateityje gali pagerinti, subrandinti santykius, padaryti juos atviresnius. Vaidas nuogaštuoja, kad jo pokyčiai gali paskatinti skyrybas. Anot Vaido, jo didėjantis atvirumas ir pasitikėjimas savimi *„turi kainą, jįsai tą situaciją aštrina. Nu aš santyki su žmona jaučiu, kad tas pasitikėjimas aštrina, dar skaudžiau atveria. /.../ Tu turi jau tada eit iki galo, jau viskas turi būt išdraskyta“.*

„Grandiozinių iliuzijų atsisakymas“. Keli tyrimo dalyviai mini atsisveikinimą su tobulu, išskirtiniu, ypatingu savęs vaizdu. Tam tikra prasme tai praradimas. Šis patyrimas gali kelti pyktį, nusivylimą, nerimą ir liūdesį. *„Realybės jausmas /.../ mane ištraukia iš kažkokio tokio susikurto personažo, tokio įdomaus, neapsiekiamo ir to su karūna /.../. Tas burbulas bliūkšta, ir man truputį nu ilgu jo /.../, nes supranti, kad visgi esi tokia kaip visi...“ (Inga).*

3.3.4. Vyrų ir moterų rezultatų palyginimas

Pirmajame tyrimo etape dalyvavo 5 vyrai ir 7 moterys. 4 vyrai gyveno santuokoje, 1 vyras buvo neseniai išsiskyręs su gyvenimo partnere (nebuvo situokę). 3 moterys gyveno santuokoje, 1 moteris turėjo gyvenimo partnerį. 2 moterys buvo neseniai išsiskyrusios su gyvenimo partneriais vyrais ir viena neseniai išsiskyrusi su gyvenimo partnere moterimi.

Analizuodamos interviu transkripcijas, pastebėjome, kad visi tyrime dalyvavę vyrai patiria savo partneres kaip turinčias daugiau asmeninės jėgos ir ja kartais piktnaudžiaujančias prieš juos. Tik viena tyrime dalyvavusi moteris patiria savo partnerį – vyrą – kaip turintį daugiau nei ji asmeninės jėgos ir ja piktnaudžiaujantį. Keli vyrai laiko partneres autoritetais tose situacijose, kur reikia ryžtingai priimti sprendimus, brėžti ribas ir suvaldyti vaikus. Anot Roko, *„vis tik mano žmona kaip mama yra didesnis autoritetas, ir aš čia galiu*

jau ja pasiremti, daugiau ji ta centrinė ašis yra“. Tik viena tyrime dalyvavusi moteris savo vyrą laiko autoritetu, geriau nei ji galinčiu panaudoti asmeninę galią paveikiant situacijas ar vaikų elgesį. Kaip minėjome aprašydamos **Narcistinius sunkumus** (tema **Asmeninės galios stoka**, potėmė „*Bejėgiškumas įtakoti savo gyvenimą ir santykius*“ (p. 91)) ir **Vidinio autoriteto patyrimą** (tema **Tapatumo problema**, potėmė „*Vyriško/moteriško tapatumo ir vertės klausimai*“ (p. 79)), keli vyrai jaučiasi negalintys daryti įtakos santykiuose su savo partnerėmis, o priešingai, jaučiasi priversti paklusti jų valiai.

Svarstydamas perduodamo jėgos pasiskirstymo šeimoje modelio galimybę, analizavome, ką apie savo tėvus kaip autoritetus kalba tyrimo dalyviai. Lyginome vyrų ir moterų atsakymus. Vienas tyrime dalyvavęs vyras tėvą apibūdina kaip silpnesnį autoritetą nei motina. „*Aš visą laiką linkdavau palaikyti tėtį, nes jis mums atrodydavo kaip ir labiau skriaudžiamas [mamos]*“ (Rimas). Dviejų vyrų tėvai naudojo psichologinį ar fizinį smurtą šeimoje. Vieno vyro tėvas mirė, kai vaikui buvo 10 metų, kito tėvai išsiskyrė, ir tėvas paliko šeimą jo ankstyvoje vaikystėje. Šešių tyrime dalyvavusių moterų tėvai apibūdinami kaip silpnesni autoritetai nei motinos arba visai ne autoritetai. „*Visiškai nebuvo jo, viską darė mama, jis tiesiog... nu kaip tradicinėj [šeimoje] vyrai televizorių žiūrėdavo ar ten dar kažką, išgerdavo, nu nežinau*“ (Monika). Vienos moters tėvas yra naudojęs fizinį smurtą šeimoje. Taigi tiek vyrų, tiek moterų atsakymuose panašiai girdime, kad tėvai buvo silpnesni autoritetai nei motinos, jų nebuvo visai arba jie naudojo smurtą.

Apibendrinant galima pasakyti, kad tiek vyrai, tiek moterys dalyvavę mūsų tyrime, iš savo pirminių šeimų atsineša tėvo kaip silpno arba neegzistuojančio autoriteto patyrimą. Kelių dalyvių patirtas tėvo smurtavimas irgi gali būti susijęs su bejėgiškumu, kai nemokama galios išreikšti konstruktyviai. Panašu, kad tyrimo dalyviai vyrai yra perėmę silpno vyriško autoriteto šeimoje modelį. Santykiuose su savo partnerėmis moterimis jie linkę suvokti ir pateikti save kaip silpnesnius ir turinčius paklusti partnerės jėgai. Tuo tarpu tendencija patirti savo partnerius vyrus kaip stipresnius moterų atsakymuose nebuvo ryški.

Analizuojant **santykio su autoritetų figūromis pokyčius** iškilusioje **Autoriteto kaip vedlio paieškos** temoje išskirta potėmė „*Dvasinio tėvo“ poreikis ir paieška*“ (p. 73) būdinga dviems iš trijų antrajame tyrimo etape dalyvavusiems vyrams, bet ne moterims. Taigi po psichoterapijos metų ryškėja vyrų tendencija siekti tėviško autoriteto.

Kitų reikšmingų skirtumų tarp vyrų ir moterų rezultatų savo tyrime neužfiksavome.

3.4. Santykis su viršasmeniniu autoritetu ir narcistiniai sunkumai

Pastebėjome, kad pirmajame interviu tyrimo dalyvių išsakyti narcistiniai sunkumai minimi ir dalyviams kalbant apie santykį su viršasmeniniu autoritetu, tik čia daugiau girdimos poreikių išsipildymo ir sunkumų sprendimo galimybės. Temas ir potemes, apibūdinančias narcistinius sunkumus, sugretiname su temomis ir potemėmis, kurios nurodo santykio su viršasmeniniu autoritetu ypatumus – palyginimas pateiktas 4-ame paveiksle.

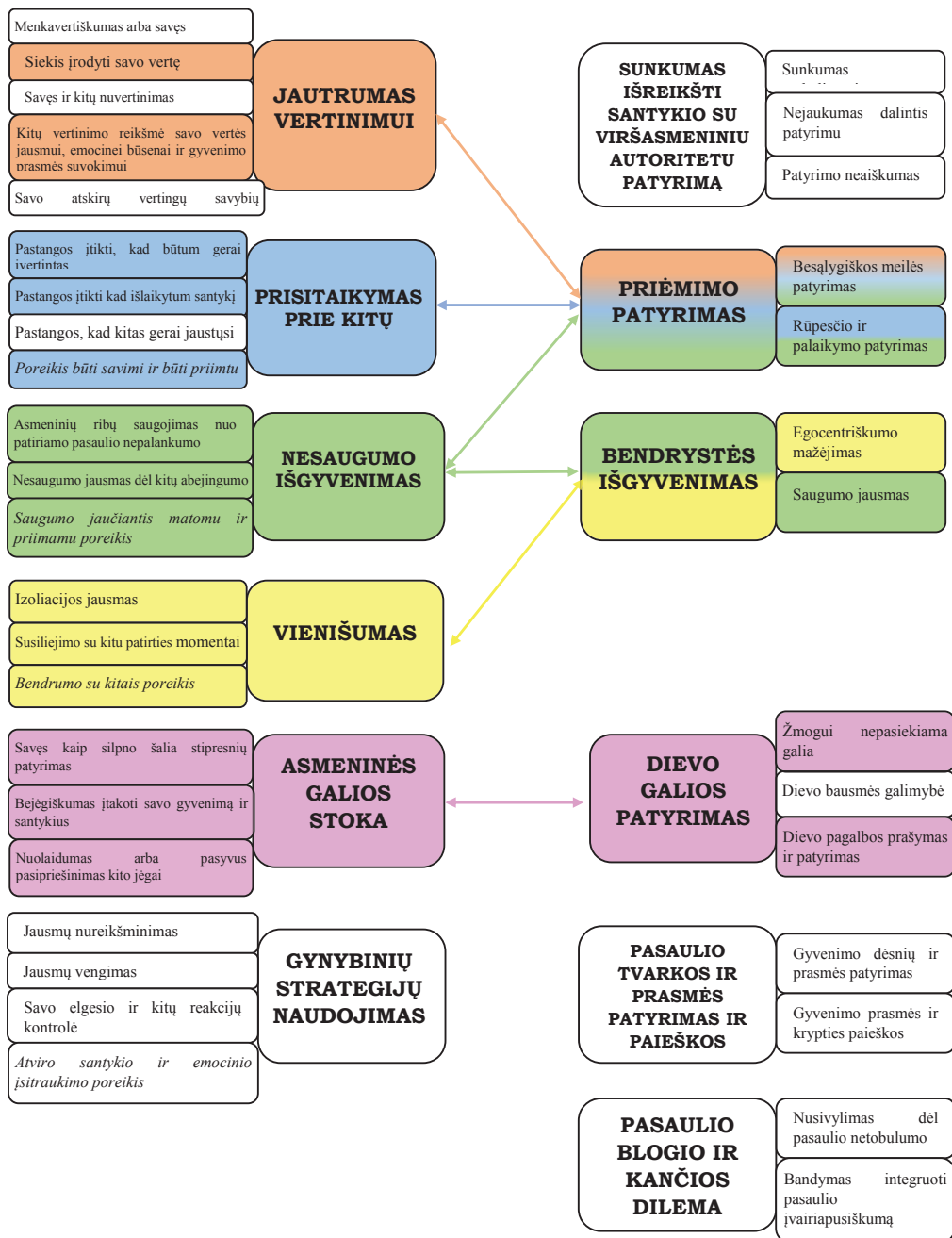
Jautrumas vertinimui, prisitaikymas prie kitų ir nesaugumo išgyvenimas, kuriuos tyrimo dalyviai patiria santykiuose su kitais žmonėmis, gali būti atsveriami išgyvenamo **priėmimo** santykiyje su viršasmeniniu autoritetu. Besąlygiškos meilės patyrimas gali mažinti siekį įrodyti savo vertę, vertė mažiau priklauso nuo kitų vertinimų. Viršasmeninio autoriteto besąlygiška meilė ir rūpestis mažina pastangų įtikti reikšmę, didina viltį, kad gali būti priimtas būdamas savimi. Tikėjimas viršasmeninio autoriteto meile ir palaikymu gali teikti saugumą.

Nesaugumo išgyvenimą ir vienišumą gali kompensuoti **bendrystės išgyvenimas**, tyrimo dalyvių siejamas su viršasmeninio autoriteto patyrimu. Bendrystės išgyvenimas kuria ryšio ir kartu saugumo jausmą. Mažėjant ego-centriškai pozicijai, mažėja izoliacijos jausmas, atsiranda susietumo su kitais patyrimas.

Dievo galios patyrimas yra priešingas tyrimo dalyvių **asmeninės galios stokai**. Jausdami savo silpnumą, jie kaip kontrastą suvokia didžiulę viršasmeninio autoriteto galią. Išgyvendami bejėgiškumą įtakoti savo gyvenimą ir santykius bei jausdamiesi silpni tyrimo dalyviai gali kreiptis į viršžmogišką galią pagalbos.

3.4.1. Santykis su viršasmeniniu autoritetu psichoterapijos pradžioje

Atsakymai į pirmojo interviu klausimą apie santykių su viršasmeniniu autoritetu patyrimą rodo, kad tyrimo dalyviams **sunku išreikšti santykio su viršasmeniniu autoritetu patyrimą**. Jų suteiktoje informacijoje išsiskiria **Dievo galios patyrimas, pasaulio tvarkos ir prasmės patyrimas ir paieškos, bendrystės išgyvenimas** santykio su viršasmeniniu autoritetu dėka, **priėmimo patyrimas** bei **pasaulio kančios ir blogio dilema**. Temas ir jas patikslinančias potemes pateikiame 8 lentelėje, o žemiau temas ir potemes apibūdiname.



4 pav. Narcistiniai sunkumai psichoterapijos pradžioje ir santykio su viršasmeniniu autoritetu ypatumai

8 lentelė. Santykį su viršasmeniniu autoritetu psichoterapijos pradžioje apibūdinančios temos, potemės ir kodų pavyzdžiai

Temos	Potemės	Kodų pavyzdžiai
SUNKUMAS IŠREIKŠTI SANTYKIO SU VIRŠASMENINIŲ AUTORITETŲ PATYRIMĄ	Sunkumas verbalizuoti	Sunku įvardinti nuojautas, kad kažkas yra aukščiau ir daugiau nei mūsų supratimas Sunku santykį su kažkuo aukštesniu išreikšti žodžiais Jausmus santykyje su Dievu sunkiau apibūdinti nei žemiškus jausmus
	Nejaukumas dalintis patyrimu	Nejauku kalbėti apie Dievą Nustemba ir sutrinka išgirdęs(-usi) klausimą Labai jautru kalbėti apie santykį su Dievu
	Patyrimo neaiškumas	Pasimetimas, neaiškumas, ieškojimas kažko, kas atsakytų į visus klausimus Neaiškus santykis su Dievu
DIEVO GALIOS PATYRIMAS	Žmogui nepasiekiamą galia	Dievą suvokia kaip didelę antžmogišką galią Dievas galėtų atsakyti į visus klausimus Pasiklivimas didesniais už save dėsniais atneša ramybę
	Dievo baumės galimybė	Meldžiasi, nes bijo Dievo nepalankumo Kartais jaučia, kad Dievas nubaudžia, jei nesilaiko Jo įsakymų
	Dievo pagalbos prašymas ir patyrimas	Kritinėje situacijoje maldavo Dievo pagalbos Beviltiškoje situacijoje gali patyrė Dievo pagalbą
PASAULIO TVARKOS IR PRASMĖS PATYRIMAS IR PAIEŠKOS	Gyvenimo dėsnių ir prasmės patyrimas	Yra aukštesnė visa ko prasmė, kurią mums sunku suprasti Gamtoje galima stebėti dėsnius, rodančius pasaulio tvarką Gyvenimo prasmė – judėti dieviškumo link
	Gyvenimo prasmės ir krypties paieškos	Svarbu būtų turėti viršasmeninį autoritetą, nurodantį gaires, kaip gyventi Mano, kad ilgai ieškos, kas galėtų duoti galutinius atsakymus Švento Rašto skaitymas padeda orientuotis gyvenime
BENDRYSTĖS IŠGYVENIMAS	Egocentriškumo mažėjimas	Savos problemos atrodo mažiau reikšmingos, kai patiri, kad esi kažko didesnio dalis Jausmas, kad esi maža dalelė didelės visumos
	Saugumo jausmas	Kai jauti ryšį su Dievu, saugu Ramu, kai jautiesi kažko bendro dalis Ramu, kai jautiesi Kažkieno aukščiau girdima
PRIĖMIMO PATYRIMAS	Besąlygiškos meilės patyrimas	Santykis su Dievu – meilės santykis Dievas myli besąlygiškai, o ne už kažką Dievas nežiūri iš aukšto ir nevertina Atsivertimą patyrė per Dievo meilės išgyvenimą
	Rūpesčio ir palaikymo patyrimas	Sunkioje dvasinėje būsenoje jautė Dievo paramą ir pagalbą Bejėgystės būsenoje atsidavė Dievo globai Jaučia Dievo „užnugarį“, palaikymą
PASAULIO BLOGIO IR KANČIOS DILEMA	Nusivylimas dėl pasaulio netobulumo	Gamtoje, kuria tikėjo kaip kelrodžiu, dabar mato destrukciją Priekaištai Dievui dėl kančios leidimo Pyktis ant Dievo dėl išgyvenamo skausmo
	Bandymas integruoti pasaulio įvairiapusiškumą	Pasaulis atrodo tobulas, nes yra ritmas tarp šviesos ir tamsos Galbūt yra kančios prasmė Susidūręs su kančia ieško ar/ir randa Dievą

Sunkumas išreikšti santykio su viršasmeniniu autoritetu patyrimą.

Dauguma tyrimo dalyvių sutrinka išgirdę klausimą apie viršasmeninį autoritetą. Klausimas atrodo netikėtas. Keli dalyviai tikslinasi, ką reiškia „viršasmeninis autoritetas“. Panašu, kad tokiu patyrimu nėra įprasta ir paprasta dalintis.

„**Sunkumas verbalizuoti**“. Pusė tyrimo dalyvių tiesiogiai pasako, kad negali žodžiais tiksliai įvardinti patyrimo, susijusio su viršasmeniniu autoritetu. Žodžiais negali išreikšti patyrimo spalvų, niuansų, pojūčių. „*Kažkokio tokio srūvančio dūmo toks suvokimas ateina ir už teksto ribos*“ (Inga). Kitų dalyvių sunkumą apibūdinti santykį su viršasmeniniu autoritetu rodo tai, kad jie ilgai renka žodžius, svarsto, kaip įvardinti patyrimą, daro pauzes.

„**Nejaukumas dalintis patyrimu**“. Tiek verbalinė, tiek neverbalinė tyrimo dalyvių išraiška atspindi nejaukumą kalbėti apie santykį su viršasmeniniu autoritetu. „*Labai jautru*“, – sako Šarūnė. Panašu, kad santykis su viršasmeniniu autoritetu yra pakankamai intymus patyrimas, kuriuo daugumai tyrimo dalyvių nelengva dalintis. Dvi moterys pravirksta, kalbėdamos apie santykį su Dievu. Kadangi tai interviu, o ne terapinė situacija, ant stalo padėtas diktofonas įneša oficialumo, ašaras joms norisi suvaldyti.

„**Patyrimo neaiškumas**“. Pusei dalyvių sunku kalbėti apie patyrimą santykyje su viršasmeniniu autoritetu, nes jis nėra aiškus. Paklaustas apie tokį patyrimą, Mantas sako: „*Šiuo metu pasimetimas ir nesuvokimas visiškai*“. Santykio su transcendentiniu autoritetu keli dalyviai nori, ieško, bet jo nepavyksta rasti, arba jie nėra įsitikinę tokio santykio tikrumu. „*Nežinau, nors save kaip kataliką pozicionuoju, bet tai nelengva yra. Čia toks nežinau, dešimt ar dvidešimt metų tikriausiai katalikas ir taip nuoširdžiai pavydžiu tiems, kuriems paprasta ir lengva, jie ten taip atrado, atsivertė, ir tuo gyvena*“ (Vaidas).

Dievo galios patyrimas. Daugiau nei pusė tyrimo dalyvių viršasmeninį autoritetą sieja su didele jėga. Dievo galią vieni tyrimo dalyviai patiria pakankamai asmeniškai – kaip galinčią pagelbėti, nubauti ar atsakyti į rūpimus klausimus. Kiti tyrimo dalyviai neranda asmeninio santykio su viršasmenine galia, bet pripažįsta jos buvimą ir veikimą.

„**Žmogui nepasiekiamo galia**“. Daugiau nei pusė tyrimo dalyvių supranta viršasmeninį autoritetą kaip „*didžiulę galią*“ (Lina). Viršasmeninis autoritetas suvokiamas kaip galintis ir žinantis daug daugiau už žmones, kaip viską matantis. Viršasmeninis autoritetas galėtų duoti žmogaus protui neprieinamus atsakymus į visus egzistencinius klausimus.

„**Dievo bausmės galimybė**“. Keli dalyviai mini viršasmeninio autoriteto bausmės baimę. Siekiant jos išvengti, reikia melstis, laikytis Dievo įsakymų.

Aušra ne tiek bijo bausmės, kiek jai patinka tai, kad pažeidusi Dievo įstatymus, sulaukia neigiamų pasekmių. „*Vieną sykį aš netgi apsidžiaugiau, kad buvau nubausta. „O, ačiū Dievui“, galvoju, „Administracija pastebėjo.“* Saugu, kai Dievas stebi ir baudžia besirūpindamas, kai palaiko tam tikrą tvarką.

Keliems tyrimo dalyviams pyktį kelia bažnyčios mokymas, grasinant Dievo bausmėmis. Tai jie supranta kaip institucijos galios demonstravimą, manipuliavimą žmonių jausmais. Tam norisi priešintis. Rasai atrodo, kad geriau ir protingiau „*nedaryt blogai, kad šiaip nedaryt blogai, /.../ o ne dėl to, kad paskui nubaust*“.

„**Dievo pagalbos prašymas ir patyrimas**“. Dievo galia minima ne tik bausmės atveju. Į antžmogišką galią keli dalyviai kreipiasi pagalbos kritinėse situacijose, kai savo jėgomis nebegali kontroliuoti situacijos. Keli dalyviai, susidūrę su savo bejėgyste, meldė Dievo padėti ir jautė Jo gelbstintį veikimą. Monika dalijasi išgyvenusi sunkią depresiją, kai paromis nevalgė, jautėsi „*be jėgų*“, „*ištąsyta visa*“, „*sukaustyta*“, „*mirsiu, atrodo, visus kaulus laužo*“. Ji ir jos artimieji susirinkdavo bendrai maldai, kurios metu „*palengvėdavo kažkaip tai, ilsėdavausi toje maldoje*“. Savo išgijimą Monika ir aplinkiniai žmonės neabejodami sieja su Dievo pagalba.

Keli tyrimo dalyviai išsako skeptišką požiūrį į prašymus, kad Dievas padėtų. Jie teigia, jog atsakomybę už savo gyvenimą reikia imtis pačiam, o ne tikėtis, kad „*Dievas ant padėkliuko kažką padės, atneš*“ (*Saulė*). Tačiau tie patys dalyviai neatmeta galimybės, kad kartais gyvenime veikia Dievo pagalba, tik jiems sunku ją apčiuopti.

Pasaulio tvarkos ir prasmės patyrimas ir paieškos. Dauguma tyrimo dalyvių viršasmeninį autoritetą sieja su gyvenimo tvarka, dėsniais, tam tikru ritmu. Viršasmeninis autoritetas suvokiamas ir kaip talpinantis savyje prasmę: pasaulio ir atskiro žmogaus gyvenimo. Vieni dalyviai jaučia ir gali įvardinti savo gyvenimo prasmę. Kiti jos ieško, suprasdami, kad ją galėtų rasti santykyje su viršasmensiniu autoritetu.

„**Gyvenimo dėsnių ir prasmės patyrimas**“. Keliems dalyviams aišku, kad gyvenime yra dėsniai, kurie buvo iki mūsų ir bus po mūsų, priklausantys nuo viršasmensinio autoriteto, o ne nuo žmogaus. „*Žemė vis dar sukasi, dar yra keturi metų laikai, nepaisant globalaus atšilimo. /.../ Aš tikiu ta tvarka visatos, man visata nėra chaosas*“ (*Aušra*). Keli dalyviai santykyje su viršasmensiniu autoritetu patiria gyvenimo prasmę. „*Su viršžmogiškais, su dvasiniais dalykais sieju tą prasmę gyvenimo. Kad mes čia, matyt, esam tam, kad link to judėtumėm, link to, sakykim, dieviškumo*“ (*Rimas*).

„Gyvenimo prasmės ir krypties paieškos“. Keliems tyrimo dalyviams aktualūs gyvenimo prasmės klausimai, jie norėtų turėti orientyrą, aiškiai girdėti dvasinį balsą, kuriuo galėtų vadovautis. Tačiau jiems egzistenciniai klausimai kol kas lieka be atsakymų. Mantas, svarstydamas apie savo gyvenimo kryptį, pripažįsta – *„nesu pasirengęs, ko gero, atsakyti į šitą sudėtingiausią klausimą, į kurį pats matyt ieškosiu to atsakymo dar ilgai“*.

Bendrystės išgyvenimas. Santykis su viršasmeniniu autoritetu daugumai tyrimo dalyvių padeda jausti ryšį su Dievu, su gamta, su kitais žmonėmis. Transcendentinės patirties pripažinimas formuoja suvokimą, kad *„visi tame pačiame esam“* (Šarūnė).

„Egocentriškumo mažėjimas“. Keli dalyviai mini, kad patiriant transcendentinį autoritetą, sumažėja savo kaip asmens reikšmė. Suvokus, kad darai tik mažą įtaką pasaulio visumai, susilpnėja kontrolės poreikis. Jaučiant, kad esi tik dalelė kažko didelio, atsiranda laisvės jausmas. Asmeninės problemos nebeatrodo tokios reikšmingos, sumažėja skausmas. Kaip sako Aušra, *„man visą laiką tai padeda liūdnose situacijose, kai aš būnu išgyvenusi kokią nors dramą. Aš staiga pakeliu akis ir galvoju „Koks gražus ruduo“. /.../ Gamta man tada primena, kad pasaulis vienok ir toliau yra.“* Zigmui tikėjimas kažkuo, kas aukščiau, atveria platesnę perspektyvą ir padeda *„daugiau pamatyti kitus žmones“*, *„ne tik apie save galvoti“*.

„Saugumo jausmas“. Daugiau nei pusė tyrimo dalyvių santykyje su viršasmeniniu autoritetu patiria nusiramimą ir saugumą. Keli dalyviai sunkiais momentais yra netikėtai išgirdę sau svarbius žodžius bažnyčioje ar iš kitų žmonių. Tapo ramiau, nes pasijuto Dievo matomi ir girdimi. Saugumą teikia ryšio su kitais žmonėmis ar gamtos reiškinių, kaip vienos visumos dalimis, patyrimas. *„Toks yra jausmas, kad priklausai kažkam /.../, kad nesi toks kažkoks vienas, pakabintas kažkur tai, o toks gal ryšys grynai atsiranda“* (Lina).

Priėmimo patyrimas. Viršasmeninį autoritetą pusė tyrimo dalyvių dažniau ar rečiau patiria kaip priimantį, mylintį ir besirūpinantį. Santykis su viršasmeniniu autoritetu yra tarsi vertinimo santykio priešybė. Jis neteisias, *„nežiūri iš aukšto“* (Aušra). Dievui esi vertingas ir Jis tavimi rūpinasi, *„tiesiog dėl to, kad esi“* (Šarūnė).

„Besąlygiškos meilės patyrimas“. Keli dalyviai akcentuoja meilę santykyje su Dievu. Dievas myli, priima ir vertina besąlygiškai nuodėmingą ir teisų, stiprų ir silpną. *„Kažkaip suvoki, kad ne dėl to myli, kad aš ten kažką padariau, o dėl to, kad aš Jo esu“* (Inga). Vieniems dalyviams besąlygiškos Dievo meilės patyrimas yra aiškus ir pažįstamas. Kiti jo siekia kaip išėjties iš vidinių sunkumų, bet patikėti besąlygiška meile pavyksta labai retai.

„Rūpesčio ir palaikymo patyrimas“. Keli tyrimo dalyviai patiria viršasmeninį autoritetą kaip atramą ir pagalbą. Į Dievą jie kreipiasi sunkiais gyvenimo momentais. Keli dalyviai dalijasi jausmu, kad yra kažkas, kam tu visada rūpi, kas visada nusiteikęs padėti. Kaip sako Rimas: *„Tikrai gyvenime susiduriu su sunkumais /.../, bet vat tas dieviškas santykis, jis visada kažkaip palaiko, ir palaiko visada, kažkaip nebuvo, kad nepalaikytų.“*

Pasaulio blogio ir kančios dilema. Keliems tyrimo dalyviams kalbant apie viršasmeninio autoriteto patyrimą, iškyla tamsiosios pasaulio pusės priėmimo problema. Kodėl Dievas leidžia kančią? Kodėl egzistuoja blogis?

„Nusivylimas dėl pasaulio netobulumo“. Dievo meilės ir blogio egzistavimo nederėjimas dalyviams kelia įtampą, skausmą, nusivylimą. Sunku susidurti su destrukcija gamtoje, iš kurios tikiesi prieglobsčio ir atgaivos. Kančia atrodo nepateisinama. Vaidas dalijasi savo išgyvenimais: *„Ir tas santykis su Dievu nėra lengvas, /.../ kai va tie gyvenimo sunkumai, ir sakai „Tai po galais, tai kodėl? /.../ Kas čia? Kodėl pasaulis ne tobulas? /.../ Ir to skausmo, ir to kažkokio neišsakyto priekaišto Dievui, ir išsakyto, ir pykčio, ir noro nuo Jo atsiriboti.“*

„Bandyamas integruoti pasaulio įvairiapusiškumą“. Tyrimo dalyviai įvairiai bando spręsti pasaulio poliariškumą, netobulumo problemą. Kai kuriems pavyksta gyvenimo prieštarumą apjungti, priimti. Aušra bando savaip traktuoti tobulumą: *„Aš tikrai turiu pojūtį, kad gamta yra sukurta tobulai ir veikia pagal tam tikrus dėsnius. /.../ Po žiemos vis tiek pradės tirpti, po vasaros čia per daug nesidžiaugt, pradės vysti, ir taip toliau“.* Ritmas, šviesos keitimasis su tamsa sukuria harmonijos, pilnumo pojūtį. Keli dalyviai svarsto, galbūt blogis susijęs su Kūrėjo žmogui suteikta laisva valia. Kiti spėja, kad pasaulio kančioje yra tam tikra prasmė. Jie yra patyrę, kad Dievas arčiausiai jaučiamas būtent kančios akivaizdoje. Šarūnei, dirbant su sunkiais, kartais nepagydomais, ligoniais, momentais pavykdavo apčiuopti gyvenimo savaiminę prasmę: *„Visokie ten verslininkai, nu kas tik nenori ten /.../ atsigula, ir kažkaip supranti, nu galiausiai tai lieka tas pats...“* Vaidas nenori susitaikyti su tuo, kad kančia reikalinga Dievo atradimui ir prasmės patyrimui, bet lygiagrečiai jis tarsi stebi to patvirtinimą: *„Kodėl žudosi geroj socialinėj, ekonominėj situacijoj žmonės Amerikoj, kai yra kita karta, kuri praėjo konclagerius, matė prasmę ne žudytis, o gyventi.“*

Santykio su viršasmeniniu autoritetu pokyčius nurodančių temų neišskyrėme, nes po psichoterapijos metų tyrimo dalyviai mažai kalbėjo apie tokius pokyčius. Nepavyko išryškinti ar apibendrinti pasikartojančių motyvų.

3.5. Pokyčius psichoterapijoje skatinantys veiksniai

Analuodamos tyrimo dalyvių antrajame interviu pateiktą informaciją apie tai, kas padėjo siekti pokyčių psichoterapijos metu, išskyrėme tris temas: **santykio su psichoterapeute, psichoterapijos procesų ir kliento indėlio**. Šios temos ir jas detalizuojančios potemės pateikiamos 9 lentelėje, o žemiau aprašomos.

9 lentelė. Pokyčius psichoterapijoje skatinančius veiksnius apibūdinančios temos, potemės ir kodų pavyzdžiai

Temos	Potemės	Kodų pavyzdžiai
SANTYKIS SU PSICHOTERAPEUTE	Santykio ilgalaikiškumas ir pastovumas	Pastovus santykis su tuo pačiu žmogumi padeda pasiekti pokyčių Buvo svarbus ilgalaikis atviro nevertinančio intensyvaus santykio patyrimas
	Pasakymas garsiai ir pasidalinimas	Svarbu, kad turi kam išsakyti Su psichoterapeute buvo atviresnis nei su kitais žmonėmis Pasakodama terapeutei pati save išgirdavo ir suprasdavo Reikšmingi buvo atviri psichoterapeutės pasidalinimai
	Priėmimo ir santykio be reikalavimų patyrimas	Mažiau bijo nuvertinimo, nes patyrė psichoterapeutės priėmimą Patirtas psichoterapeutės priėmimas padeda priimti save netobulą Psichoterapeutė nereikalavo pokyčių Nereikėjo psichoterapijoje atsiskaitinėti, todėl galėjo laisviau save reikšti Psichoterapeutė nesiekė ištaisyti jo (-os) trūkumų
	Palaikymas	Psichoterapeutės palaikymas stiprino Svarbu jausti, kad terapeutė visada šalia ir palaiko Jautė psichoterapeutės palaikymą keičiant darbą
	Supratimas ir paaiškinimai	Psichoterapeutė pastebėjo sąsajas tarp išorinių įvykių ir jo (-os) vidinio pasaulio, tapo aiškiau Psichoterapeutė padėjo analizuoti ir suprasti savo problemas Psichoterapeutės pateiktas pavyzdys padėjo geriau suprasti kaip spręsti problemą Psichoterapeutė pastebėjo svarbius dalykus jame
	Empatija ir atspindys	Svarbu jaustis išgirstam Jautėsi psichoterapeutės suprasta Girdėdama psichoterapeutės atgarsį išsigrynino savo tiesas Padėjo psichoterapeutės empatija, įsigilinimas ir atspindys
	Pagalba rasti ir išlaikyti darbo kryptį	Psichoterapeutė grąžina prie svarbių temų Psichoterapeutė padėjo „ant bėgių“ atsistoti
	Psichoterapeutės kaip savo srities autoriteto patyrimas	Psichoterapeutė turi patirtį, todėl pastebi svarbius dalykus jame Psichoterapeutė savo gebėjimu girdėti jam yra autoritetas Psichoterapeutė parinko jai reikalingą ir tinkamą darbo strategiją
	Nuvertinimo projektavimas į santykį su psichoterapeute	Sapnavo, kad psichoterapeutė įvertino jį kaip nebrandų Bijoję psichoterapeutės nuvertinimo pasidalindama tam tikru patyrimu Pagalvojo, kad galbūt nepakanka psichoterapeutės autoriteto, nes ji moteris Tam tikru psichoterapijos momentu abejojo psichoterapeutės darbo stiliaus vertingumu

Temos	Potemės	Kodų pavyzdžiai
PSICHOTERAPIJOS PROCESAI	Psichoterapinių susitikimų nuoseklumas	Pokalbių nuoseklumas padeda išlaikyti priimtą sprendimą Svarbu reguliariai grįžti prie reikšmingų temų Žinojimas apie numatytą kitą susitikimą padeda atlaikyti sunkumus Tarp susitikimų vyksta kryptingas vidinis darbas Jaučiasi saugesnė, kai susitikimai reguliarūs
	Savęs pažinimas ir supratimas	Suprato, kad pykčio slopinimas ir kaupimas įtakoja blogą būseną Suprato savo indėlį į santykių problemas Save suprasti padeda savęs pamatymas iš šalies Geresnis savęs pažinimas padeda geriau save vertinti
	Emocijų patyrimas ir įsisąmoninimas	Išbuvimas su jausmais teikia ryšio su savimi ir įvykiais jausmą <i>Čia ir dabar</i> emocinis patyrimas leidžia suprasti save ir pajauti apčiuopiamą rezultatą Prisiminusi ir išgyvenusi savo vaikystės jausmus, suprato, ko jai trūksta Svarbu išbūti su sunkiu patyrimu, o ne vertinti jį
	Vaikystės prisiminimų atgaminimas	Prisimindamas vaikystės patyrimą pradėjo geriau save pažinti ir suprasti Svarbu buvo prisiminti ir išgyventi vaikystės patyrimų epizodus Gyvenimo istorijos nuo vaikystės dėliojimas kuria pilnesnį savęs vaizdą
KLIENTO INDĖLIS	Atsakomybės už savo problemas ir jų sprendimą prisiėmimas	Mato savo atsakomybę pasikartojančiose problemose Supranta, kad pati turi spręsti savo problemą Jaučiasi atsakinga už tai, ką gali su savo gyvenimu padaryti Pats turi girdėti savo poreikius ir pranešti apie juos
	Motyvacija ir pastangos	Dirbo „kaip bitė“ su savo vidinėmis problemomis Tarp sesijų galvodavo ir bandydavo spręsti psichoterapijoje aptartas problemas Stengiasi naudoti įgytus savirefleksijos įgūdžius
	Tikslingos projekcijos į psichoterapeutę	Reikėjo palaikymo, psichoterapeutė palaikė Nesijautė įdomus, psichoterapeutė domėjosi, ir pats sau tapo įdomus Patirtas psichoterapeutės rūpestis padeda rūpintis savimi Dialogo su psichoterapeute patyrimas padeda kurti dialogą su kitais žmonėmis Terapeutės dalinimasis savo patirtimi paskatino ją būti atviresne su žmonėmis

Santykis su psichoterapeute. Kiekvienas tyrimo dalyvis nurodė bent kelis psichoterapinius veiksmus, susijusius su psichoterapeute ir terapiniu santykiu. Paklaustas, kas padėjo siekti psichoterapinių pokyčių, Mantas sako: „*Aš manau, akivaizdžiausias elementas yra psichoterapeutė, nes kaip kad žmogus, kuriam tu viską išpasakoji.*“ Dalyviai minėjo labai įvairius psichoterapinio santykio aspektus, įtakojusius pokyčius. Išskyrėme devynias potemes.

„*Santykio ilgalaikiškumas ir pastovumas*“. Keliems tyrimo dalyviams svarbu, kad santykis su psichoterapeute buvo tęstinis ir truko pakankamai ilgą laiką. Bendraudami su tuo pačiu žmogumi, dalyviai išsigrynino svarbias pro-

blemas, ieškojo, rado sprendimo būdus ir juos išbandė. Tam reikia ilgo laiko ir pasikartojančio patyrimo. Keliems dalyviams lengviau atsiverti žmogui, kurį reguliariai matai ir žinai, kad vėl sutiksi. „*Man turbūt saugumo labai (susi-graudina) daug suteikia tas pastovumas toksai*“ (Šarūnė).

„**Pasakymas garsiai ir pasidalijimas**“. Dauguma tyrimo dalyvių teigia, kad vien dalijimasis savo problemomis ir jų įgarsinimas pokalbyje su psichoterapeute turėjo teigiamą poveikį. Anot Linos, „*atrodo kalbi, ir tos kažkokios asociacijos iškyla ir bekalbant kažkokie suvokimai*.“ Keli dalyviai mini ir psichoterapeutės asmeninių pasidalinimų svarbą. Abipusis atvirumas padėjo jaustis priimtu, suprastu ir susietu su kitu žmogumi.

„**Priėmimo ir santykio be reikalavimų patyrimas**“. Dauguma tyrimo dalyvių kaip pokyčius skatinantį veiksnių įvardija patirtą psichoterapeutės priėmimą. Psichoterapeutė ne vertindama, o siekdama pažinti juos tokius, kokie yra, padėjo labiau priimti save netobulus, su silpnybėmis. Keli dalyviai mini, kad tikėjosi konfrontacijos, reikalavimo keistis, šalinti trūkumus, atsiskaityti už nuveiktus darbus. Inga teigia, kad pradžioje psichoterapeutės priėmimas kėlė nuostabą: „*Nieks man neduoda per galvą ir neduoda užduočių, kurias aš ten turiu, žinai, o tik mane supranta ir palaiko*.“ Vėliau padidėjusį savęs priėmimą Inga įvardijo kaip svarbiausią psichoterapinį pokytį. Nesulaukę reikalavimų ir kritikos, dalyviai atsipalaidavo, galėjo drąsiau save reikšti ir tyrinėti. Pasak Roko, „*padėjo priėmimas, /.../ taip neskubant, išbūnant, nėra nėra va to skubinimo ar tos frustracijos*.“

„**Palaikymas**“ nurodo kelių dalyvių išsakytą patyrimą, kad psichoterapeutė yra jų pusėje, kad į ją galima atsiremti, kad ji kartu. Šarūnė jaučiasi gavusi palaikymą sunkiu darbo keitimo metu, tai ją drąsino. „*Visada jaučiu, kad šalia einat*“. Anot Ingos, psichoterapeutės palaikymas ją „*stiprino*“.

„**Supratimas ir paaiškinimai**“. Daugumai tyrimo dalyvių buvo svarbi psichoterapeutės pagalba suprantant savo problemas, jų kilmę ir sąsajas su gyvenimo įvykiais. Linai padėjo psichoterapeutės „*pastebėjimai ir tie susiejimai*“, kai jai pačiai atrodydavo, „*kad čia atskiri pasauliai visiškai tarpusavy nesusiję*.“ Keliems dalyviams buvo svarbu, jog psichoterapeutė suprato ir parodė jų ar jų aplinkinių žmonių puses, apie kurias jie patys nebuvo pagalvoję. Anot Manto, psichoterapeutė „*stebi mane kitų žmonių kontekste ir jai gal yra lengviau pastebėti kažką manyje*“.

„**Empatija ir atspindys**“. Dauguma dalyvių mini psichoterapeutės įsijautimą į juos kaip psichoterapinį veiksnių, padėjusį geriau pažinti, pajauti ir priimti save. Svarbu, kad psichoterapeutė suteikdavo apie juos „*atgarsį*“ (Aušra). Rokas įvardija, kad jam padėjo psichoterapeutės „*empatija, įsigilinimas*“ ir

atspindėjimas, kaip jį „*mato ar jaučia*“. Vaidas kaip svarbiausias psichoterapinį veiksnių nurodo tai, kad buvo „*girdimas*“.

„**Pagalba rasti ir išlaikyti darbo kryptį**“. Keli tyrimo dalyviai kalba apie psichoterapeutės pagalbą atrasti tam tikras gaires, kurios padėtų susigaudyti jų problemose. Inga ir Vaidas, kalbėdami apie psichoterapeutės pagalbą, pateikia atsistojimo „*ant bėgių*“ vaizdinį. Kai kuriems dalyviams psichoterapeutė padėjo išgryninti pagrindinį motyvą, kuriantį sunkumus. Ingai tai buvo savęs nuvertinimas, kurį daug kartų tekdavo pastebėti psichoterapijoje. Kaip psichoterapeutės indėlių dalyviai nurodo ir terapinio darbo krypties išlaikymą. Anot Manto, „*aš jau ten pamirštu, kur mes buvom, bet jūs einat nuo tos vietos, kur mes buvom sustoję ir man pačiam tai sugrąžina fokusą*“.

„**Psichoterapeutės kaip savo srities autoriteto patyrimas**“. Keli tyrimo dalyviai patyrė psichoterapeutę kaip kompetentingą, gerai išmanančią ir darančią savo darbą. Mantui atrodo, kad psichoterapeutė turi daug patirties. Ji „*yra kaip objektyvus mano gyvenimo stebėtojas, kuris tikrai turi krūvą kitų klientų*.“ Inga mano, kad psichoterapeutė taikliai parinko būtent jai tinkamą terapinę strategiją. Vaidas sako, kad per psichoterapijos metus psichoterapeutė tapo jam autoritetu. „*Dabar autoritetas man irgi atrodo gebėjimas kitą išklausyt*.“

„**Nuvertinimo projektavimas į santykį su psichoterapeute**“. Analizuodamos duomenis pastebėjome, kad daugumoje interviu girdisi nuvertinimo motyvai, tyrimo dalyvių projektuojami į santykį su psichoterapeute. Keli tyrimo dalyviai dalijasi, kad psichoterapijos metu tikėjosi ir bijojo neigiamų psichoterapeutės vertinimų. Anot Linos, sunku buvo kalbėti tam tikromis temomis, nes bijojo „*nuvertinimo ar kažkokio to nepriėmimo*.“ Mantas interviu metu papasakoja sapną, kuriame psichoterapeutė su kolega vyru įvertina jį kaip emociškai nebrandų. Bandydamas interpretuoti sapną Mantas sako, kad realiai psichoterapijoje to lyg ir nepatyrė, bet sapne jautėsi „*toks menkesnis toksai, nežinau gal kaip vaikas, kuriam ten nustatyta disleksija ar dar ten kažkas. Išėini su tuo, diagnoze, mano emocinis amžius yra trylika metų, ir nieko nieko nepadarysi*“. Iš kitos pusės, keli tyrimo dalyviai patys kartais nuvertina psichoterapeutę. Inga pasidalija, kad psichoterapijos pradžioje psichoterapeutės taikomi metodai atrodė neefektyvūs: „*Nieko man nesako, ką man čia, kas su manim blogai ir ką čia turiu keisti, ir kas iš to, nu tai aš ir tam draugui galiu pakalbėti žinai, ir jisai mane išklausys, supras*.“ Nuvertinimo projektavimą į santykį su psichoterapeute priskyrėme terapiniams veiksniams remdamosi psichodinamine teorija, teigiančia, kad reikšmingų santykių motyvų projektavimas į terapinius santykius sudaro galimybę juos „perdirbti“, t.y. įsisąmoninti, suprasti, ir vietoje jų patirti bei išmokti kitokių santykio kūrimo būdų.

Psichoterapijos procesai – tai veiksmų, padėjusių tyrimo dalyviams siekti pokyčių, grupė, apimanti psichoterapijos formą, struktūrą, technikas ar priemones, kurios buvo nurodytos kaip naudingos ir efektyvios. Visi dalyviai minėjo po kelis su psichoterapijos procesais susijusius terapinius veiksmus.

„Psichoterapinių susitikimų nuoseklumas“. Visi tyrimo dalyviai kalba apie teigiamą psichoterapinių susitikimų tęstinumo ir reguliarumo poveikį. Svarbu psichoterapijoje vis grįžti prie reikšmingų temų, pakartojimas padeda įtvirtinti pokyčius. Žinojimas apie būsimą psichoterapijos sesiją skatina jai ruoštis, kryptingai *„dirbti vidinį darbą“* (Vaidas). Numatytas susitikimas padeda atlaikyti sunkumus, tikintis, kad galėsi juos aptarti. *„Svarbu žinoti, kad nelabai nelabai už ilgo turėsi šansą pasikalbėti, reik tik pakentėti“* (Aušra). Psichoterapijos nuoseklumas teikia saugumo jausmą. Pokyčiai psichoterapijoje randasi po truputį, neišaina jų pasiekti per vieną valandą, reikalingas reguliarus kryptingas darbas. Manto žodžiais, *„čia kaip fizika, lašas po lašo, tiesiog daug mažų žingsnelių, atrodo, kad nuo tos valandos tavo gyvenime nieko esminio nepasikeičia, bet kai pažiūri, per metus tu nuėjai jau ten kilometrą kažkur.“*

„Savęs pažinimas ir supratimas“. Dauguma tyrimo dalyvių nurodo savęs analizavimo, pamatymo iš šalies ir supratimo naudą. Dalyviams buvo svarbu sužinoti savo problemų priežastis, suprasti savo dalyvavimą jų kūrime. Anot Roko, psichoterapijos metu radosi *„žemėlapis tam tikras, kur čia maždaug esi, kame. Kas vyksta su tavimi.“* Keli dalyviai teigia, kad geresnis savęs pažinimas padeda geriau save vertinti. Savianalizės dėka dalyviams pavyko geriau pažinti savo jausmus, o tai palengvino jų išraišką ir valdymą. Manto depresija sumažėjo, supratęs jos priežastis: *„Konfliktų vengimas ir negalėjimas išreikšti pykčio jausmo. Ir todėl aš negalėjau konfliktuoti, /.../ negalėjau tinkamai atstovauti savo jausmų, kaip sakau visuose frontuose, tiek santykiuose su šeima, tiek su drauge, tiek darbe. Ir tiesiog buvo labai daug pykčio prisikaupę, ir paskui man ten pro ausis garai ėjo. Ir todėl man išmušė saugiklius“.*

„Emocijų patyrimas ir įsisąmoninimas“. Dauguma tyrimo dalyvių nurodo išbuvimo su jausmais psichoterapijoje svarbą. Jausmų išgyvenimas vietoje racionalizavimo ir vertinimo keliems dalyviams buvo nauja arba reta, teigiamą įtaką padariusi patirtis. Šarūnė sako, kad tokia nuostata į save iš esmės priešinga jos įprastai: *„Ne tai kad tave vertina, bet tiesiog tokio buvimo su tuo“.* Tai skatina mažiau save smerkti, daugiau priimti. Rokui pasijusti susietam, tikram padėjo *„tie epizodai, kur aš prie savo jausmų galėjau prieiti, ir tas išgyvenimas /.../. Kai pavykdavo prieiti, sustoti, kartais įsivardinant, kartais net ir be to tikslumo, bet kažkaip tikrai tikrai suvokiant, kad kažką tu išgyveni,*

ir tai susiję [su tavo gyvenimu]“. Keliems dalyviams buvo svarbu išgyventus jausmus įvardinti, tai įgalino geresnį savęs supratimą.

„**Vaikystės prisiminimų atgaminimas**“. Dauguma tyrimo dalyvių mini reikšmingus vaikystės prisiminimų psichoterapijoje epizodus. Prisiminimų atgaminimas padeda atkurti savo gyvenimo istoriją ir jausti savo vientisumą bei tęstinumą. Prisimindami vaikystę tyrimo dalyviai atrado, ko stokojo, ir pamatė, kad tai susiję su dabartiniais sunkumais. Inga suprato, „*kad tas mamos nebuvimas šalia... kad jis visgi toks svarbus ir ir toks griauantis*.“ Mantas, jausdamas terapinį vaikystės prisiminimų atgaminimo poveikį, šį procesą tęsdavo tarp sesijų. „*Man atrodė labai reikšmingi tie kartai, kada mes palietėm vaikystės temą /.../. Atsisėdus, pradėjus rašytiis vaikystės prisiminimus, man buvo labai įdomu šitas visas procesas, nes labai daug sužinojau apie save dalykų, /.../ iš tikrųjų iš ten kyla visi šaltiniai*.“

Kliento indėlis. Šią temą išskyrėme atsižvelgdamos į tyrimo dalyvių tiesiogiai nurodytą arba mūsų įžvelgtą jų pačių aktyvų dalyvavimą siekiant psichoterapinių pokyčių.

„**Atsakomybės už savo problemas ir jų sprendimą prisiėmimas**“. Dauguma tyrimo dalyvių dalijasi pamatę ir pripažinę, kad patys dalyvauja kurdami savo psichologinius sunkumus. Jie teigia prisiimančys atsakomybę už problemas ir jų sprendimą, nusiteikę įtakoti pokyčius. Rokas, anksčiau dažnai nuvertindavęs kitus žmones dėl nepavykusio bendravimo, dabar mato ir savo indėlį: „*Toks yra pamatymas, /.../ ką aš atsinešu į tą bendravimą*.“ Inga, gavusi psichoterapeutės palaikymą vietoje lauktos kovos su ja, ir dėl to pasijutusi stipresnė, teigia: „*Suprantu, kad taip save stiprinti reikia ir man pačiai*.“

„**Motyvacija ir pastangos**“. Dauguma tyrimo dalyvių nurodo nusiteikimą ir pasiryžimą siekti pokyčių. Dalyviai pasakoja, kad jie stengėsi save stebėti, analizuoti, galvoti apie savo sunkumų įveikimo būdus, juos realizuoti. Aušra sako: „*Aš čia dirbau kaip bitė paskutinius metus. Aš taip jaučiuosi*.“ Vaidas teigia supratęs, kad dėl savęs turi stengtis pats, ir ne tik psichoterapinių sesijų metu, bet ir tarp jų: „*Psichoterapeutas tiesiogiai tau nieko neduoda /.../ Tu turi galvoti apie tai, kas čia buvo. /.../ Tas vidinis darbas turi vykti*.“

„**Tikslingos projekcijos į psichoterapeutę**“. Skaitydamos interviu pastebėjome, kad tyrimo dalyviai nurodo skirtingus santykio su psichoterapeute motyvus, kurie jiems buvo ryškiausi ir svarbiausi siekiant psichoterapinių pokyčių. Kadangi su visais tyrimo dalyviais dirbo ta pati psichoterapeutė, darome prielaidą, kad dalyviai nesąmoningai projektavo ir/ar projekcinės identifikacijos būdu delegavo psichoterapeutei tokį santykių modelį, kuris buvo reika-

lingas, kad atsirastų jiems asmeniškai reikšmingi pokyčiai. Lina taip pasakoja apie psichoterapeutės emocinės šilumos ir rūpesčio poveikį:

Tos mamiškos šilumos, /.../ aš gaudavau tą kažkokią šilumą /.../. Nu kad rūpi čia kažkam, tokį jausmą. /.../ Atsimenu, kad kai išeidavau ir jau tamsu būdavo, į tą mašiną, šalta ten viskas kažkaip, ir tą jūsų pasakymą, kad šildytis reikia, ir aš bandydavau šildytis. /.../ Į parduotuvę užeidavau kažką nusipirkti, tada namo, ir tas toksai jausmas, aš apgaubdavau save ta tokia šiluma visą tą vakarą.

Psichoterapeutės elgesys su tyrimo dalyviais turėjo įtakos jų santykiui su savimi ir kitais žmonėmis. Vaidas jautėsi „girdimas“ ir pradėjo save girdėti. Aušra, patyrusi „dialogą“ santykiyje su psichoterapeute, lengviau kuria dialogą su sau svarbiais žmonėmis. Rokas, jautęs psichoterapeutės susidomėjimą juo, tapo „pats sau įdomus“ ir, atrodo, „nenuobodus“ kitiems.

Nepavyko išskirti **trikdančių psichoterapinių veiksnių**. Daugiau nei pusė tyrimo dalyvių jų visai nenurodė arba sakė, kad ryškiau mato teigiamus dalykus. „Kažkaip man čia visos priemonės ir visi būdai atrodo tinkami ir geri. /.../ aš kai toks pažeidžiamas dabar, aš labai nekritiškas, man jeigu tik kas manęs išklauso, man viskas puikiai tinka“ (Vaidas). Keli dalyviai užsiminė apie psichoterapijos metu kilusį nepasitenkinimą, kad procesas vyksta ne taip kaip jie įsivaizdavo. Tačiau kai kurie po kiek laiko suprato, kad tai ne trikdė, o atvirkesčiai – skatina jų pokyčius. Keliose atvejuose tai susiję su turėtu ir nepasitvirtinusi pradiniu lūkesčiu, kad jie bus įvertinti, psichoterapeutė skirs užduotis ir juos „taisys“. „Ką aš dabar įvardinau kaip gelbstintį, [palaikymą], man iš pradžių atrodė /.../, kad gal čia nieks nevyksta. Jeigu tau nieks neduoda per galvą...“ (Inga).

3.5.1. Lūkesčiai santykiams ir santykis su psichoterapeute

Aprašant narcistinius sunkumus (3.3.2 skyrius, 6 lentelė) ir santykio su autoritetų figūromis patyrimą (3.1.1. skyrius, 2 lentelė) psichoterapijos pradžioje, keliose temose buvo išskirtos potėmės, apibūdinančios tyrimo dalyvių poreikius santykiuose su kitais žmonėmis ir su autoritetais. Palyginome šiuos poreikius su santykio su psichoterapeute veiksniais, kurie tyrimo dalyvių antrajame interviu buvo nurodyti kaip skatinantys pokyčius.

Remiantis tyrimo duomenimis, galima manyti, kad **psichoterapeutės palaikymas, galimybė pasakyti garsiai ir pasidalinti** patyrimu su psichoterapeute bei terapinio **santykio ilgalaikiškumas ir pastovumas** atitiko **bendrumo su kitais poreikį**. Galėjimas pasakyti garsiai ir pasidalinti rūpimomis temomis su

psichoterapeute bei psichoterapeutės atsivėrimai greičiausiai atliepė ir *atviro santykio su emociniu įsitraukimu poreikį*.

Psichoterapeutę dalyviai suvokė kaip savo srities autoritetą, todėl *psichoterapeutės priėmimo ir santykio be reikalavimų patyrimas* galėjo atitikti *priimančio autoriteto poreikį*. Priimančio santykio su psichoterapeute veiksny susijęs ir su *būti savimi ir būti priimtu* bei *saugumo jaučiantis matomu ir priimtu poreikių* patenkinimu. *Saugumo jaučiantis matomu ir priimamu poreikį* galėjo atliepti psichoterapeutės *empatija ir atspindys* bei *palaikymas*.

Psichoterapeutės *pagalba rasti ir išlaikyti darbo kryptį*, patirtas psichoterapeutės *supratimas ir paaiškinimai* ir *palaikymas* susiję su **autoriteto – patikimo vedlio** motyvu, kurį kaip svarbią temą, o tuo pačiu ir poreikį nurodė tyrimo dalyviai pirmojo interviu metu. Kad psichoterapeutė bent iš dalies realizavo autoriteto – patikimo vedlio projekciją, patvirtina tyrimo dalyvių nurodytas *psichoterapeutės kaip savo srities autoriteto patyrimas*.

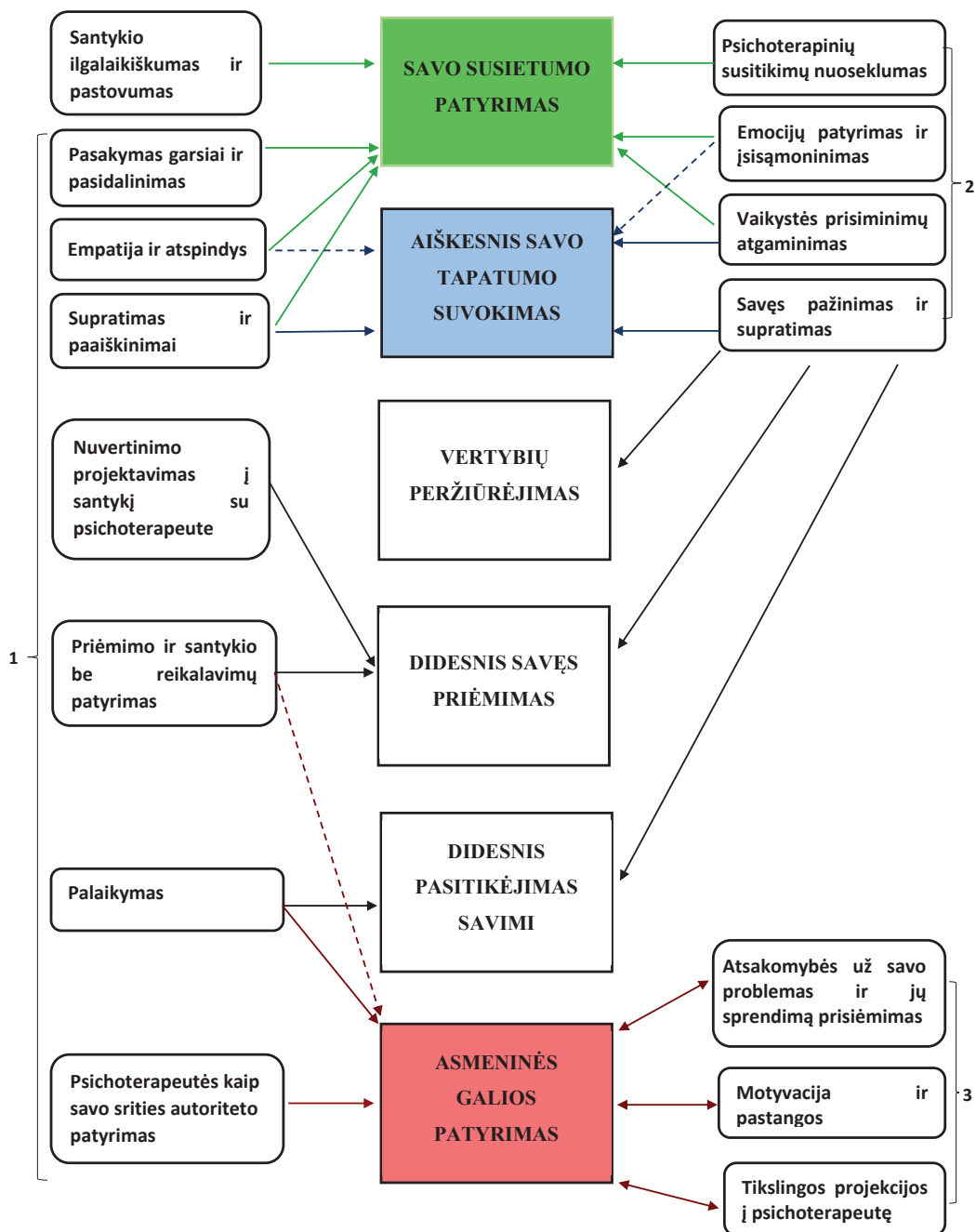
3.5.2. Vidinio autoriteto patyrimo pokyčius skatinantys veiksniai

Analizavome, kokie tyrimo dalyvių nurodyti psichoterapinius pokyčius skatinantys veiksniai galėjo būti susiję su vidinio autoriteto patyrimo pokyčiais (5 pav.).

Aiškesnį savo tapatumo suvokimą galėjo įtakoti psichoterapeutės *supratimas ir pateikti paaiškinimai* bei *empatija ir atspindys*. Aiškiau suvokti savo tapatumą greičiausiai padėjo ir psichoterapiniai procesai: *emocijų patyrimas ir įsisąmoninimas, vaikystės prisiminimų atgaminimas, savęs pažinimas ir supratimas*. *Savęs pažinimas ir supratimas* galėjo prisidėti prie atsiradusio poreikio **peržiūrėti vertybes**.

Didesnis savęs priėmimas greičiausiai susijęs su patirtu *priėmimu ir santykiu be reikalavimų*. *Nuvertinimo projektavimas į santykį su psichoterapeute* ir koreguojančio nevertinančio santykio patyrimas irgi galėjo prisidėti prie didesnio savęs priėmimo. **Didesnį pasitikėjimą savimi** galėjo skatinti psichoterapeutės *palaikymas*. Keliems dalyviams save priimti ir daugiau pasitikėti savimi padėjo *geresnis savęs pažinimas ir supratimas*.

Asmeninės galios patyrimą siejame su klientų indėliu į psichoterapiją: *atsakomybės už savo problemas ir jų sprendimą prisiėmimu, motyvacija ir pastangomis* bei *tikslingomis projekcijomis į psichoterapeutę*. Įtaka šiuo atveju galėtų būti abipusė: asmeninės galios patyrimas gali įtakoti atsakomybės prisiėmimą ir motyvaciją bei pastangas siekti pokyčių. Tikslingas projekcijas



5 pav. Vidinio autoriteto pokyčiai, 1) santykis su psichoterapeute, 2) psichoterapijos procesai ir 3) kliento indėlis

į psichoterapeutę suprantame kaip nesąmoningai vykstantį klientų – tyrimo dalyvių galios reiškimąsi kryptingai siekiant asmenybei reikalingų pokyčių psichoterapiniame procese. Tyrimo dalyvių asmeninės galios pajautimui galėjo turėti įtakos ir psichoterapeutės *palaikymas* bei *priimančio santykio be reikalavimų patyrimas*. Tyrimo dalyvių – klientų savo galios projektavimas, o vėliau susigražinimas gali būti susijęs su *psichoterapeutės kaip savo srities autoriteto patyrimu*.

Daug tyrimo dalyvių nurodytų psichoterapinių veiksmų galėjo turėti įtakos **savo susietumo patyrimui**. Tai su psichoterapiniais procesais susiję veiksniai: *savęs pažinimas ir supratimas, vaikystės prisiminimų atgaminimas, psichoterapinių susitikimų nuoseklumas* bei *emocijų patyrimas ir įsisąmoninimas*. Savo susietumo patyrimą galėjo skatinti ir santykio su psichoterapeute veiksniai: *santykio ilgalaikiškumas ir pastovumas, supratimas ir paaiškinimai, empatija ir atspindys, pasakymas garsiai ir pasidalinimas*.

4. REZULTATŲ APTARIMAS

4.1. Santykio su autoritetu raiška psichoterapijos pradžioje

Temas, iškilusias tyrimo dalyvių atsakymuose apie santykio su autoritetu patyrimą, suskirstėme į tris kategorijas: **Santykio su autoritetų figūromis**, **Vidinio autoriteto patyrimo** ir **Santykio su viršasmeniniu autoritetu**. Kategorijos atitinka literatūros apžvalgoje išskirtus santykio su autoritetu lygmenis, pagal kuriuos formulavome interviu klausimus.

Santykio su autoritetų figūromis kategorijoje psichoterapijos pradžioje išskyrėme penkias temas. Trys iš jų – „*Vertinimo santykis*“, „*Priklausomybė nuo autoritetų*“ ir „*Autoriteto šešėlio dilema*“ – naujai atskleistos mūsų darbe. Jos neminimos kitame kokybiniame santykio su autoritetais tyrime, kurio dalyvių atrankoje nebuvo atsižvelgta į jų psichologinius sunkumus (Bieliauskienė ir Gudaitė, 2016). Galima kelti prielaidą, kad šiomis temomis apibūdinamas santykis su autoritetų figūromis būdingas naristinių sutrikimų turintiems žmonėms.

Vertinimą kaip aktualų motyvą santykiyje su autoritetų figūromis nurodė visi tyrimo dalyviai, nors tiesioginio klausimo apie autoritetų vertinimą nebuvo suformulavusios. Socialinės psichologijos tyrimuose randama, kad realus ar numatomas vertinimas turi didelę reikšmę žmonių su narcistiniais bruožais būsenai ir elgesiui (Matzuo & DeSouza, 2016; Nicholls & Stukas, 2011). Psychodinaminėje literatūroje teigiama, kad būtent vertinimu narcistinių sunkumų turintys žmonės remiasi sprendami apie kitus ir apie save. Jie vertina save ir kitus, bijo ir laukia kitų, ypač autoritetų, vertinimo, nes nuo to priklauso jų vertė ir savijauta. Paprastai girdėję daug vertinimų ankstyvuosiuose santykiuose, narcistinių sunkumų turintys žmonės projektuoja vertinimus į autoritetą (Kohut, 2009; McWilliams, 2014). Tą patvirtina mūsų tyrimo dalyvių *menkavertiškumo jausmas santykiyje su autoritetu*, nors realiai autoritetas nuvertinimo neišsako.

Tyrimo dalyvių *priklausomybė nuo autoritetų* gali būti interpretuojama kaip susiformavusi dėl nepatenkintų poreikių vaikystėje. Pasak psychodinaminės paradigmos autorių, kai santykiai su tėvais vaikystėje nesusiklosto sėkmingai, priimančių ir modelių galinčių būti autoritetų poreikis niekur nedingsta. Tai skatina nuolat ieškoti autoritetų, į kuriuos galima būtų atsiremti, ir įtakoja atsiskyrimo sunkumus. Nepatenkintas poreikis gali tapti priklausomybe nuo tų pačių netinkamų autoritetų, vis tikintis, kad jie pasikeis ir atliks savo funkcijas (Kohut, 2009; Miller, 2011). Potemė „*Tėvai nebuvo patikimi*“

vedliai“, išskirta temoje „*Autoritetas – patikimas vedlys*“, patvirtina tyrimo dalyvių patirtą tėvų autoriteto stoką. Dalyviams svarbu turėti žmogų, kuris įkvėptų, palaikytų ir būtų pavyzdžiu. Ši tema susišaukia su Bieliauskienės ir Gudaitės (2016) tyrime suformuluota „Autoriteto pasiekiamumo“ tema.

Sunkumai integruoti šešėlines autoriteto puses, minimi tyrimo dalyvių, gali sietis su savo šešėlio nepriėmimu. Vengimas pripažinti savo neigiamas savybes nurodomas kaip narcizmo aspektas tyrimuose (Horvath & Morf, 2010). Narcistinių sunkumų turintis žmogus negali pripažinti savo neigiamų savybių, nes tai reikštų jo trūkumus ir nevertingumą (Asper, 1993; Jacoby, 2008). Iš autoriteto, kaip ir iš savęs, reikalaujama tobulumo, kitaip jis paneigiamas ar nuvertinamas, taip užkertant kelią žmogiško ribotumo priėmimui. Kitas galimas autoriteto įvairiapusiškumo atmetimo paaiškinimas susijęs su destruktivaus sovietinio šešėlio patyrimu. Laikytis saugaus atstumo ir mokytis jo vengti buvo viena iš išgyvenimo strategijų autoritarinio režimo sąlygomis. Todėl jose gyvenusiems žmonėms ar jų palikuonims integruoti autoriteto šešėlį gali būti ypatingai sunku.

Tyrimo dalyvių autoritetų kaip galingesnių ir išnaudojančių *nelygių jėgų santykyje* patyrimas gali būti susijęs su menku savo galios jausmu, kurį jie išsakė apibūdindami narcistinius sunkumus. Dominuojantis *bejėgiškumo jausmas ir nesipriešinimas autoritetui* mūsų tyrime skiriasi nuo Bieliauskienės ir Gudaitės (2016) tyrimo rezultatų. Pastarajame tyrime visiems apklaustiems 44–49 metų amžiaus žmonėms būdingas aktyvus sąmoningas pasipriešinimas autoritetui, ir tai siejama su jų augimu ir brendimu sovietinio režimo sąlygomis. Mūsų tyrimo dalyvių amžius svyruoja tarp 27 ir 53 metų, dauguma jų bent vaikystėje irgi patyrė sovietinę santvarką. Galime kelti prielaidą, kad pasyvi pozicija prieš autoritetą susijusi būtent su narcistiniais sunkumais: trapiu savo vertės jausmu, asmeninės galios stoka, polinkiu prisitaikyti ir nesaugumu, kuriais pasižymi mūsų tyrime dalyvavę žmonės. *Autoritetų baimė* ir *pyktis ant jų* – jausmai, nurodyti daugumos tyrimo dalyvių, buvo įvardinti mūsų atliktoje teorinėje literatūros apžvalgoje kaip būdingi narcistinių sunkumų turintiems žmonėms. Stokojantys savo galios ir vertės jausmo mūsų tyrimo dalyviai bijo autoritetų, nes jie suvokiami kaip galintys paneigti reikšmę ir vertę. Kylantis pyktis psichoterapijos pradžioje kaupiamas viduje, reiškiasi fantazijomis, bet ne aktyviais veiksmais.

Tyrimo dalyviai psichoterapijos pradžioje kalbėjo ne tik apie santykio su autoritetų figūromis sunkumus. Jie išsakė ir poreikius bei lūkesčius santykiams su autoritetais. Vienas jų – *lygiaverčio santykio su autoritetu poreikis*. Tai patvirtina šiuolaikinės psychodinaminės psichoterapijos teorijos teiginiai,

kad žmogui su pažeista saviverte svarbu jausti, jog vertės prasme tiek jis, tiek autoritetas lygūs. Toks patyrimas gali veikti gydančiai (Fiscalini, 2004). Tyrimo dalyviai mini ir *poreikį laisvai rinktis autoritetą* – tikėtina, kad šalia laisvai pasirinkto, ne primesto autoriteto lengviau jaustis vertingu.

Vidinio autoriteto patyrimą, nusakomą tyrimo dalyvių psichoterapijos pradžioje, apibūdinančios temos „*Nepasitikėjimas savimi*“, „*Nepakankamos galios jausmas*“ ir „*Asmeninių vertybių reikšmė*“ gali būti suprantamos remiantis Kohut (2009) teorijos postulatu apie santykio su tėviška „idealizuojama figūra“ reikšmę galėjimui drąsiai, ryžtingai ir kryptingai veikti pasaulyje. Tėvo, kuris atliktų sektino autoriteto vaidmenį, stygių išsakė beveik visi mūsų tyrimo dalyviai (žr. 3.3.4 skyrių, p. 99). Tai atitinka psichosocialinį „betėvystės“ reiškinį ir problemą, kuriuos nurodo Sebek (1999), kalbėdamas apie posovietines šalis. Sovietinio režimo laikais daug Lietuvos vyrų buvo atskirti nuo šeimų juos šaukiant į kariuomenę, įkalinant, išstremiant ar kitaip naikinant jų galią ir įtaką (Kuodytė, 2005).

Nepasitikėjimas savimi, išryškėjęs mūsų tyrime, iš vienos pusės prieštarauja paplitusiam teiginiui, kad narcizmas susijęs su demonstruojamu pasitikėjimu savimi (Campbell & Miller, 2011). Iš kitos pusės, subjektyviai patiriamas nepasitikėjimas savimi dera su socialinės ir organizacinės psichologijos tyrimų, kuriuose nerandama vienareikšmės sąsajos tarp narcizmo ir pasitikėjimo savimi, rezultatais. Tyrėjai pastebi, kad savęs aukštinimas ir kitų nuvertinimas atspindi ne pasitikėjimo savimi jausmą, o gynybinę strategiją, reikalingą savo vertės jausmui palaikyti (Kausel et al., 2015; Nicholls & Stukas, 2011) Subjektyvus nepasitikėjimo savimi patyrimas, būdingas narcistinių sunkumų turintiems žmonėms, gali būti susijęs su tėviško skatinimo ir palaikymo trūkumu vaikystėje ir nesėkmingu „idealizuojamos figūros“ internalizavimu. Idealizacijai palankios figūros vaidmuo, anot psichodinaminių autorių, tampa svarbus kiek vėliau nei ankstyvoje kūdikystėje, kuomet lemtingai veikia santykis su motiniška figūra. Todėl idealizuojamo objekto stokos kompensavimas yra daugiau įmanomas ir prieinamas suaugus nei ankstyvojo atspindžio trūkumo užpildymas (Jacoby, 2008; Kohut, 2009). Tyrimo dalyviai kaip tik ir pagrindžia tokios kompensacijos galimybę, nurodydami, kad pasitiki savimi atskirose srityse – ten, kur yra įgiję pakankamai patirties, gavę teigiamą įvertinimą ir savo kompetencijų patvirtinimą.

Vidinis autoritetas susijęs su galėjimu daryti įtaką ir būti autoritetu kitiems. Šių gebėjimų dauguma tyrimo dalyvių stokoja – tą atspindi mūsų suformuluota *nepakankamos galios jausmo* tema. Tai vėlgi gali būti susiję su raidos metu patirtu stiprios, aktyvios ir skatinančios tėviškos figūros trūkumu ir jos

internalizavimo sunkumais. Savo galios nejautimas ir aukščiau minėtas kitų kaip galingesnių suvokimas gali būti autoriteto kompleksio dalis. Autoriteto kompleksas formuojasi veikiant negatyviai patirčiai santykiuose su tėvu ar motina, turinčiais didelę galią dėl priklausomybės nuo jų. Autoriteto kompleksas būdingas ir autoritarinį režimą patyrusių šalių žmonėms. Panašu, kad mūsų tyrimo dalyviai tapatinasi su silpnuoju autoriteto kompleksio poliumi, o jėgą projektuoja į išorines autoritetų figūras.

Tyrimo dalyviai pirmojo interviu metu kalba apie *asmeninių vertybių reikšmę* gyvenimo krypties numatymui ir pasirinkimams. Vertybių ir idealų evoliucija psichodinaminėje literatūroje siejama su tėviškos figūros vaidmeniu (Kohut, 2009; Samuels, 1985). Vieni tyrimo dalyviai vertybes yra integravę kaip natūralią savo dalį. Kitiems vertybės atrodo daugiau primestos ar instrumentinės – teikiančios naudą, bet ne prasmės jausmą. Galima manyti, kad pastarieji tyrimo dalyviai neturėjo tinkamo, priimančio santykio su tėviška figūra, todėl dvasinės srities idealai buvo introjektuoti kaip svetimi arba jų trūkumas kompensuotas pragmatiškais standartais.

Tapatumo problema iš dalies gali būti santykio su „idealizuojama figūra“ stokos pasekmė. Tyrimo dalyviams svarbus ir skausminga tapatumo, susijusio su jų lytimi, raiška. Kai kurios moterys, nors ir realizuoja savo tradiciškai laikomas „moteriškas“ savybes: grožį, motiniškumą, lieka neužtikrintos savo verte. Pritrūksta savęs efektyvumo, gebėjimo konkuruoti žinių ar karjeros srityje jausmo – to, kas susiję su integruotu tėvišku autoritetu. Vyrams vidinę kančią kelia slopinama jėga ar galia, jie jaučiasi neišpildantys savo vyriškumo.

Tapatumo problemą priskyrėme vidinio autoriteto kategorijai, nes ji susijusi su vidinių santykių išvystymu ir savęs realizavimu. Neaiškus tyrimo dalyvių tapatumas gali liudyti vientisumo jausmo stoką. Kohut (2009) kalba apie narcistinių asmenybių savasties susietumo trūkumą ir fragmentacijos pavojų. Analitinės psichologijos autoriai nepakankamą ryšį su savo prigimtimi ir duotybėmis sieja su silpna ego – savasties ašimi (Asper, 1993; Jacoby, 2008).

Kai kurie tyrimo dalyviai nurodė *kūrybiškumą* kaip savo tapatumo dalį ir būdą save išreikšti. Gebėjimą kurti dalyviai minėjo ir prie pavienių vertingų savo savybių (3.3.2 skyrius, p. 90). Kūryba analitinėje psichologijoje siejama su vidinio autoriteto raiška. Tačiau pastebima, kad kūryba gali būti susijusi ir su nekonstruktyviu narcistinių problemų sprendimu. Kuriančiam žmogui būdingas grandiozinis tapatumas, jis yra infliacijos būsenoje. Šioje būsenoje priartėjama prie savasties, todėl, anot Jacoby (2008), galima išnešti pasąmonės turtus į sąmonės šviesą. Jeigu kūrybiškas žmogus linkęs užsibūti infliacijos būsenoje, tapatintis su savastimi, jaustis „aukščiausiuoju autorite-

tu“, jis gali sukurti kultūros prasme vertingus kūrinius, tačiau prarasti santykį su savo žmogiškomis ribomis ir su kitais žmonėmis. Pastebima, kad kūrėjų savo vertės jausmas dažnai yra trapus, ir kūrinių demonstravimas atlieka vertės patvirtinimo siekimo funkciją (Edinger, 1992; Kohut, 1966). Socialinės psichologijos tyrimuose randama, kad narcizmas koreliuoja su subjektyviai sau priskiriamu kūrybiškumu, bet nebūtinai su ekspertų įvertintu kūrybiškumu (Goncalo, Flynn, & Kim, 2010; Furnham, Hughes, & Marshall, 2013). Taigi mūsų tyrimo dalyviams kūrybiškumo sau priskyrimas gali padėti jaustis vertingiems. Kiek iš tikro jie kūrybiški, mes netyrėme.

Reiklus ir kritiškas vidinis balsas, kurį girdėjome pirmajame interviu su tyrimo dalyviais, panašus į Kernberg (1986a) minimą griežtą, „persekiojančią“ narcistinių asmenybių *superego* struktūrą. Kuo daugiau vaikas patiria frustracijų ankstyvuosiuose santykiuose su tėvais, tuo didesnė tikimybė, kad *superego* bus patiriamas kaip agresyvus. Per daug neigiamų patyrimų neleidžia *superego* vystytis į realistišką, žmogišką, apimančią ne tik grėsmės, bausmės, bet ir apsaugos bei meilės galimybę. Perdėm aukšti reikalavimai sau susiję su perfekcionizmo reiškiniu, kurio ryšys su narcizmu patvirtinamas tyrimuose (Smith et al., 2016).

Santykis su viršasmeniniu autoritetu. Tyrėme santykį su viršasmeniniu autoritetu kaip svarbią žmogiškosios patirties dalį ir kaip archetipinį santykio su autoritetu pagrindą. Šią patirtį keblu tirti dėl jos racionalaus nepažinumo, mokslinių apibrėžimų stokos. Nelengva suformuluoti klausimus bei pasiekti mus dominančius tyrimo dalyvių išgyvenimus. Viena iš kilusių temų apima tyrimo dalyvių **sunkumą išreikšti santykio su viršasmeniniu autoritetu patyrimą**. Šis patyrimas dalyviams pasirodė sunkiai apibūdinamas, jautrus ir intymus.

„Pasaulio tvarkos ir prasmės patyrimas ir paieškos“. Keli dalyviai santykyje su viršasmeniniu autoritetu patiria gyvenimo dėsnių ir prasmės nuorodas. Kiti dalyviai norėtų turėti gyvenimo gaires, bet jų neranda, nes santykis su viršasmeniniu autoritetu nėra aiškus. Narcistinių sunkumų turintys žmonės dažnai išgyvena beprasmybę ir užsakymą psichoterapijai neretai pateikia kaip prasmės klausimą. Tai susiję su ego atitrūkimu nuo savasties, taigi nuo aukštesnės ir Gilesnės savo prigimties (Jacoby, 2008; Schwartz-Salant, 1982).

Pastebėjome, kad kaip temos atsiskleidę **„Dievo galios patyrimas“**, **„Priėmimo patyrimas“** ir **„Bendrystės išgyvenimas“** santykyje su viršasmeniniu autoritetu susiję su tyrimo dalyvių minėtais narcistiniais sunkumais – kaip jų sprendimo galimybės (4 pav., p. 101). Vertinimo baimė ir pastangos prisitaikyti prie kitų gali būti atsveriamos Dievo priėmimo patyrimo, nesaugumo ir

vieniškumo jausmai gydomi bendrystės išgyvenimo, suvokiant save kaip didesnei visumai priklausančią ir reikalingą dalį.

Kai tapatinamasi su asmenine bejėgyste, santykis su galingu Dievu, kuris gali padėti, yra atsvara patiriamam savo silpnumui. Ši narcistinio sunkumo ir santykio su viršasmeninio autoritetu motyvo sąsaja, rasta mūsų tyrime, antrina olandų psichologų Zondag ir Uden (2011, 2014) tyrimų rezultatus ir jų interpretaciją. Tyrėjai atskleidė, kad žmonės su išreikštu pažeidžiamu narcizmu maldoje linkę pripažinti ir kreiptis į didesnę, pajėgesnę Kitą pagalbos. Grandiozinio narcizmo atveju malda yra daugiau meditacinio, nusiramino pobūdžio, susitelkiant į save, o ne pripažįstant ir kreipiantis į galingesnę Kitą. Rezultatų aptarime tyrėjai aiškina pažeidžiamų narcistinių asmenų kreipimąsi į visagalį Dievą, remdamiesi Kohut (2009) „idealizuojamos figūros“, reikšmingos narcizmo raidoje, idėja. Galios projekcija į palankią figūrą numato galios internalizavimo perspektyvą, taigi gali būti susijusi ne tik su laikinu palengvėjimu, jaučiantis stipraus Kito dalimi, bet ir su narcizmo transformacija. Šia prasme sovietinis režimas, kurio grėsmingos autoritarinės struktūros savinasi galios projekcijas ir propagavo ateizmą bei persekiojo tikinčiuosius, naikino asmenų gijimo ir augimo galimybes.

„Pasaulio kančios ir blogio dilema“ – pirmajame interviu iškilusi tema, kurią nagrinėja ne tik mūsų tyrimo dalyviai. Šia tema parašyta daug psichologinių, filosofinių, ir religinių veikalų (Adams, & Adams, 1990; Jung, 1973; Peterson, 2016). Ieškoma, kaip paaiškinti ar suderinti gėrį ir blogį, kaip įprasinti kančią – tą daro ir tyrimo dalyviai. Analitinėje psichologijoje pasaulio blogio tema dažnai aptariama Šešėlio archetipo kontekste ir ne filosofškai, o „pragmatiškai“ (Samuels, Shorter, & Plaut, 1987). Psichologinė, kartu ir moralinė, užduotis – kiek įmanoma pripažinti ir įsisąmoninti asmeninį šešėlį. Sąmoningas šešėlis turi mažiau destruktivios galios nei veikiantis nesąmoningai. Be to, kai šešėlis ne projektuojamas į kitus, o integruojamas kaip asmeninė vidinė dalis, jis gali suteikti energijos ir galios. Analitinėje literatūroje nurodoma, kad žmonėms, turintiems narcistinių sunkumų, savo ir kitų šešėlinių pusių priėmimas yra sunki užduotis – tą patvirtina mūsų tyrimo duomenys.

Mūsų darbe atsiskleidė įvairūs narcistinių asmenų santykio su viršasmeniniu autoritetu aspektai. Tai prieštarauja kai kurių tyrimų išvadoms, kad narcizmo ryšys su religingumu ar dvasingumu yra neigiamas (Sandage, & Moe, 2011). Tokiuose tyrimuose narcizmas dažnai vertinamas naudojant Narcistinės asmenybės klausimyną (Raskin, & Tierry, 1988), taigi fiksuojamas tik grandioziškumas, be to, atliekami tik kiekybiniai dvasingumo matavimai (Doehring et al., 2009). Mūsų kokybinio tyrimo duomenys, atspindėdami santykio su viršasme-

niniu autoritetu reikšmę narcistinių sunkumų įveikai, patvirtina šio santykio pažinimo, įtraukimo į narcizmo psichoterapijos tyrimus ir praktiką svarbą.

4.2. Narcistiniai sunkumai psichoterapijos pradžioje

Prieš aptardamos santykio su autoritetu pokyčius ir jų sąsajas su narcistinių sunkumų mažėjimu po psichoterapijos metų, norime atkreipti dėmesį į mūsų tyrimo dalyvių nurodytų narcistinių sunkumų savitumą. Pirmojo interviu metu siekėme atskleisti narcistinius sunkumus taip, kaip juos patiria tyrimo dalyviai. Klausimus formulavome atsižvelgdamos į psichodinaminėje literatūroje aprašomą ir DSM-V Alternatyviame asmenybės sutrikimų modelyje nurodomą narcizmo raišką, tačiau palikome galimybę tyrime dalyvavusiems žmonėms nurodyti individualų sunkumų patyrimą. Tyrimo duomenys beveik išimtinai atspindi narcistinį pažeidžiamumą. ***Jautrumas vertinimui, asmeninės galios stoka, prisitaikymas prie kitų, gynybinių strategijų naudojimas, nesaugumo išgyvenimas ir vienišumas*** – šios iškilusios temos prasilenkia su DSM-V II skyriuje išvardintais narcistinio asmenybės sutrikimo kriterijais. Tai patvirtina kai kurių mokslininkų ir klinicistų perspėjimus, kad vertindami narcizmą DSM ir jo pagrindu kurtais instrumentais, atsižvelgiame į grandioziškumą, bet pražiūrime kitus svarbius narcistinius sunkumus, susijusius su vidine žmogaus kančia (Caligor et al., 2015, Pincus et al., 2014). Taigi mūsų naudotas pusiau struktūruoto interviu metodas pasiteisino. Tokiu būdu surinkti duomenys ir išskirtos temos atspindi realiai ir natūraliai tyrimo dalyvių patiriamus narcistinius sunkumus.

Mūsų tyrimo dalyviai – žmonės, kurie kreipėsi psichoterapinės pagalbos. Tai viena galimų priežasčių, kodėl jų nurodyti narcistiniai sunkumai atitinka pažeidžiamumo dimensiją. Praktikoje stebime ir literatūroje minima, kad į psichoterapiją ateinantys klientai daugiau tapatinasi su pažeidžiamumu ar menkavertiškumu, o grandiozinės fantazijos, nors jiems būdingos, bet psichoterapijos pradžioje neišsakomos. Grandiozinis tapatumas neleidžia kreiptis pagalbos, nes tai reikštų, kad esi nepakankamas, netobulas, ir tau reikalingas kitas – tai prieštarauja grandioziškumo su išreikšta didybe esmei. Pagalbos poreikis sąmoningai išskyla tik išgyvenant savo pažeidžiamumą ir kančią (Ellison et al., 2013; Pincus et al., 2014).

Dar vienas veiksnys, galbūt susijęs su išskirtose temose atspindimu pažeidžiamu narcizmo poliumi, tai latentinių prasmų įtraukimas į duomenų analizę. Nors tiesiogiai kai kurie tyrimo dalyviai įvardino aukštą savęs vertinimą,

savo ypatingas duotybes ir gebėjimus, kitoje vietoje išgirdome ar įžvelgėme tų pačių dalyvių didelį jautrumą kritikai, nerimą dėl galimo nuvertinimo ir panašius signalus, nurodančius pažeidžiamumą.

4.3. Santykio su autoritetu pokyčiai po psichoterapijos metų

Aptarsime **santykio su autoriteto figūromis pokyčius ir vidinio autoriteto patyrimo pokyčius** po psichoterapijos metų. Apžvelgsime, kaip vidinio autoriteto pokyčiai susiję su narcistinių sunkumų mažėjimu. Pokyčius bandysime paaiškinti, remdamosi tyrimo dalyvių nurodytais terapiniais veiksniais. Norime atkreipti dėmesį, kad pokyčių skyriuje neminėsime **pokyčių santykyje su viršasmeniniu autoritetu**. Jung ir kitų analitinių autorių raštuose kalbama apie psichoterapijoje dalyvaujančių žmonių religinių nuostatų keitimąsi, atsivėrimą santykiui su viršasmeninėmis jėgomis ir atsirandantį nuolankumą joms (Asper, 1993; Jung, 1998). Tačiau mūsų tyrimo antrajame interviu dalyviai nekalbėjo arba tik užsiminė apie santykio su viršasmeniniu autoritetu pokyčius, nepavyko išskirti aiškių bendrų temų. Panašu, kad psichoterapijos metai – per trumpas laikas pokyčiams su viršasmenine dimensija išryškėti.

Santykio su autoriteto figūromis pokyčiai. Temoje „*Vertinimo santykis*“ išryškėjęs *savo pranašumo prieš autoritetus patyrimas* gali liudyti savo vertės jausmo atgimimą. Paryškintas ir pastiprintas jo išgyvenimas reikalingas vėlesniam natūraliam integravimui (Kohut, 2009). Tai gali būti susiję ir su menkavertiškumo komplekso svyravimais – pranašumo prieš autoritetus patyrimas gali rodyti sąmoningą tapatinimąsi su grandioziškumu.

„*Jėgos santykio*“ tema. Po psichoterapijos metų tyrimo dalyviai *maištauja* prieš autoritetus: vieni stipriai ir aiškiai, kiti dar nedrąsiai, ir tai nurodo atsirandančią asmeninę jėgą, reikalingą aktyviai konfrontacijai. Pasipriešinimas stipresniems gali būti pirmas žingsnis integruojant savo galią. Analitiniai autoriai pažymi, kad *maištas* prieš autoritetus – būtent tokį žodį naudojo keli mūsų tyrimo dalyviai – reikalingas asmenybės augimui ir brandai, nes stiprina ego. Kartais ego turi peržengti susiformavusias ribas, kad pereitų į aukštesnį sąmoningumo lygį (Dieckmann, 1977; Edinger, 1992). Taigi nepaklusimas autoritetui skatina psichikos vystymąsi, o kartu ir visuomenės lygio pokyčius bei raidą. Anot socialinių procesų tyrėjų, tam, kad žmonių grupė galėtų kurti konstruktyvius santykius su autoritetu ir sėkmingai funkcionuoti, asmenys turi turėti nepaklusimo raiškos galimybę (Morselli, & Passini, 2011; Westra, 2014). Milgram (1965, p. 67), aptardamas savo eksperimento rezultatus, išsakė susirūpinimą: „Galbūt mūsų kultūra nesuteikia tinkamų modelių nepaklu-

simui.“ Milgram eksperimentai buvo atlikti JAV. Sovietinė politinė kultūra, kurios įtaką jaučiame iki šiol, ne tik neteikė pavyzdžių, bet ir žiauriai persekiojo už bet kokią pasipriešinimą, taip blokuodama asmenybės ir visuomenės vystymąsi. Šia prasme mūsų tyrimo rezultatai nuteikia viltingai – psichoterapijos metu gali būti atkuriamos natūraliai psichikoje esančios nepaklusimo raidą stabdantiems autoritetams jėgos.

Sociologai ir psichologai perspėja apie pavojus, jeigu pasipriešinimas autoritetams nėra pakankamai sąmoningas ir neįvertinama realybė bei būsimos pasekmės. Autoritetas reikalingas destrukcijos suvaldymui. Užstrigimas proteste, kai net nebeaišku kam priešinamasi, reiškiasi chaotiška agresija, kurios baigtis gali būti ir savižudybė (Durkheim, 2002; Gudaitė, 2014b). Maištavimas susijęs su stiprios asmeninės jėgos pajautimu gali griaušančiai veikti ir išorinius santykius. Pasipriešinimas nusistovėjusiai santykių tvarkai paprastai kelia aplinkinių nepasitenkinimą. Mūsų tyrimo dalyviai šalia pozityvaus savo galios patyrimo mini ir *konfliktus santykiuose* (p. 98), atsiradusius dėl jų pasikeitusio elgesio.

Taigi savo galios susigrąžinimas susijęs tiek su galimybėmis, tiek su pavojais. Psichoterapija – vieta, kur numatant destruktyvią jėgos pasireiškimo grėsmę, galima pasitelkti turimas priemones ir psichoterapeuto kompetenciją ją suvaldyti. Tačiau kartu tenka maištavimu besireiškiančią galią palaikyti, nes pasipriešinimas išoriniams autoritetams susijęs su vidinio autoriteto augimu. Svarbu, kad pasipriešinimui naudojama jėga būtų įsisąmoninama kaip savo asmeninė galia ir būtų pakreipta kuriančiai, ne tik griaušančiai kryptimi. Įdomus vienos mūsų tyrimo dalyvės jėgos santykio su autoritetais dinamikos liudijimas. Pradžioje besąlygiškai pakludavusi, ilgainiui ji pradėjo stipriai priešintis. Inga siekia ir norėtų, kad ateityje save reikšti galėtų ramiai, natūraliai – „*kad nėra čia ko kovoti, nes ir taip viskas aišku*“. Panašiai Kohut (2009) apibūdina „brandų narcizmą“ – kaip ramų savęs teigimą, pasitenkinimą savimi ir savo veikla. Remiantis mūsų tyrimo duomenimis, po psichoterapijos metų tokia ramybė dar nėra ir turbūt negali būti pasiekta. Vykstantys procesai susiję su įtampa.

Tyrimo dalyviai pasakoja apie *atsiskyrimo* nuo autoritetų jausmą ar konkrečius atsiskyrimo žingsnius. Tame irgi matome stiprėjančią asmeninę galią – dalyviai jaučiasi tvirtesni, jiems mažiau baisu likti vieniems ir kliautis savimi. Daugumos atsiskyrimo procesas tik prasidėjęs, kartais susijęs su nerimu, liūdesiu, sunkiais atsisveikinimo jausmais. Panašiai Mahler tyrimais grįstoje teorijoje aprašomas individuacijos – separacijos procesas: išaugus vaiko galimybėms, atsiskyrimas nuo tėvų reikalingas, bet skausmingas (Ma-

hler, Pine, Bergman, 1975). Neramu, nes nusistovėjusi tvarka ir santykiai lyg miršta, o kitų dar nėra.

Kartu su pasipriešinimu autoritetams, polinkiu ir pastangomis nuo jų atskirti, keli tyrimo dalyviai nurodo *autoriteto kaip vedlio paieškas*. Jie pripažįsta ir siekia autoriteto, kuris viršesnis, žino ar gali daugiau už juos. Tai kitas žingsnis, pagal teoriją sekantis po maištavimo prieš autoritetus. Sustiprėjus ego, susigrąžinus asmeninę galią ir autoriteto projekcijas sau, pasitikint saviimi, atsiveriama ir kito viršenybei (Edinger, 1992; Jung, 1961/2010). Tačiau kaip asmenybės vystymosi etapai, taip ir santykio su autoritetu transformacijos žingsniai gali persidengti ar vykti vienu metu. Tą liudija mūsų tyrimo dalyviai ir nepaklusdami autoritetams, ir kartu ieškodami patikimo vedlio.

Tyrimo dalyviai vyrai, psichoterapijos pradžioje suvokę save kaip silpnesnius nei jų partnerės moterys, susidūrę su vyriškos galios raiškos sunkumais, antrajame interviu po psichoterapijos metų dalijasi poreikiu turėti autoritetą vyrą. Jie aktyviai *siekia santykio su „dvasiniu tėvu“*. Tokioje patirtyje galima įžvelgti pozityvaus tėvo komplekso poliaus konsteliavimąsi šių vyrų psichikoje (Rukšaitė, 2008; Samuels, 1985) ir idealizacijai palankios vyriškos figūros, kurios tyrimo dalyviai neturėjo vaikystėje, poreikio atgaivinimą. Tyrimo dalyviai vyrai ieško autoriteto vyro, su kuriuo galima būtų identifikuotis, kad su lytimi susijęs tapatumas sklandžiau reikštųsi. Vienas vyras, bandydamas aiškinti savo sapną, kuriame šalia psichoterapeutės atsiranda vyriška figūra, sako, kad „*galbūt man nepakanka jūsų autoriteto, nes jūs moteris*“ (Mantas). Iš vienos pusės, tai skamba kaip psichoterapeutės nuvertinimas, kuris gali reikšti narcistinį gynybinį santykių modelį arba yra reikalingas žingsnis į savo vertės ir autoriteto projekcijų susigrąžinimą. Iš kitos pusės, galbūt moters autoriteto tikrai nepakanka vyro individuacijos procese.

Tyrimo dalyvių vyrų psichoterapijos metu įvykusio pokyčio – santykio su tėvišku autoritetu paieškos – svarbą patvirtina Lietuvoje vykdyto plataus tyrimo „Sunkių traumų ir socialinių transformacijų psichologiniai padariniai ir jų įveika“ reprezentatyvioje imtyje rezultatai (Gailienė, 2015a). Grigienės ir kitų (2015) atlikta tyrimo duomenų analizė atskleidė, kad vyrų tėvo rūpestingumo patyrimo stoka turi ryšį su jų suicidiškais polinkiais. Tyrėjai, interpretuodami rezultatus, teigia, kad santykių su tėviškais figūromis ar vyriškais autoritetais vystymas, koregavimas ar atkūrimas gali reikšmingai pagerinti vyrų savęs vertinimą ir užkirsti kelią destrukcijos nukreipimui į save.

Antrojo tyrimo interviu metu dalyviai nebereikalauja iš autoritetų tobulumo, o nurodo *autoriteto šešėlio pažinimą*. Tikėtina, kad tai susiję su pačių dalyvių anksčiau nepriimtinių pusių įsisąmoninimu, su mažėjančiu „blogio“

projektavimu į kitus. Tyrimo dalyviai mato ir susitaiko su autoritetų klaidomis, nes ir save jie mažiau teisia už netobulumus – tą girdime įvardintuose pasikeitimuose, kuriuos priskyre „Bendrųjų pokyčių“ kategorijai (3.3.3. skyrius). Autoritetų pažeidžiamumo galimybės priėmimas priartina autoritetus prie žmogiškos patirties. Tuo pačiu gali būti įsisąmoninamas ir priimamas savo paties pažeidžiamumas – Diamond ir Meehan (2013) tą iliustravo mokslinėje psichoterapinio atvejo analizėje.

Vidinio autoriteto patyrimo pokyčiai, nurodyti antrajame interviu po psichoterapijos metų, atspindi tyrimo dalyvių vidinio pasaulio pažinimą, raišką, vidinių santykių diferencijavimą ir vystymą. Šiuolaikiniuose psichodinaminės psichoterapijos proceso ir efektyvumo tyrimuose daug dėmesio skiriama būtent vidinių asmenybės santykių dinamikai (Diamond & Meehan, 2013; Mullin et al., 2018; Target, 2018).

„**Susietumo patyrimas**“, išskirta vidinio autoriteto pokyčių tema, apima tyrimo dalyvių savirefleksiją ir ryšio su savo vidiniu pasauliu, o tuo pačiu ir su kitais žmonėmis, stiprėjimą. Susietumo didinimui, kaip matome 5 paveiksle, pasitarnavo daug santykio su psichoterapeute veiksnių ir psichoterapijos procesų. Panašu, kad tai viena iš svarbiausių temų, prisidėjusių ir prie kitų toliau aptariamų pokyčių.

Artimas susietumo patyrimui – **aiškesnis savo tapatumo suvokimas**, pakeitęs tapatumo problemą psichoterapijos pradžioje. Savęs įvairesnio pažinimas ir priėmimas padeda atlaikyti vidinius sunkumus, mobilizuojant anksčiau nenaudotus resursus, ir pasitikėti savimi (Kast, 2002). Geriau pažindami savo tikruosius poreikius, jausmus, tyrimo dalyviai lengviau išgirsta iš vidaus kylančius sprendimus, jais pasitiki bei drąsiau realizuoja nei psichoterapijos pradžioje. **Didesnis pasitikėjimas savimi** susijęs su autoriteto projekcijų susigrąžinimu sau. Tą rodo ir paaugęs tyrimo dalyvių pasitikėjimas savimi kaip autoritetais. Tapatinimasis su vidiniu autoritetu yra vienas iš psichoterapijos veiksmingumo požymių, išskirtas Gudaitės (2013) tyrime, kuriame buvo analizuojami ilgalaikės psichoterapijos atvejai.

Geresnis savo įvairių pusių pažinimas bei ryšys su jomis paskatino **didesnį** tyrimo dalyvių **savęs priėmimą**. Šiam pokyčiui turėjo įtakos psichoterapeutės priėmimo ir santykio be reikalavimų patyrimas – palankus terapinis veiksnys, daugumos tyrimo dalyvių nurodomas kaip reikšmingas jų psichoterapiniame procese (p. 109). Savęs priėmimas, o ne perfekcionistiniai reikalavimai ir pastangos būti tuo, kuo nesi, yra gilių pokyčių pamatas. Savęs priėmimas gali iš esmės sustiprinti savo vertės jausmą (Asper, 1993; Edinger, 1992; Miller, 2011).

Vidinių santykių vystymas, savęs pažinimas ir priėmimas susijęs su „*Vertybių peržiūrėjimo*“ tema. Tyrimo dalyviai suabejoja senomis vertybėmis, bando savaip jas interpretuoti ar ieško naujų. Anot Jung (1918/2012), kiekvienam individui reikalingas vidinis perversmas, esamos padėties peržiūrėjimas, o kartais panaikinimas bei atnaujinimas, vis labiau grįžtant prie savo paties esmės ir savo socialinio apibrėžtumo. Vertybių peržiūrėjimas reikalingas asmenybės augimui. Tačiau vertybių sistemos iširimas, nors ir laikinas, susijęs su tam tikrais pavojais: žmogaus pasimetimu, galimu pasidavimu tuo metu stipresnių ir tvirtesnių žmonių manipuliacijoms ar nevaldomai destrukcijai (Caiazza, 2017; Gudaitė, 2014b; Morselli & Passini, 2011). Subjektyviai žmogui tokia pereinamoji būseną gali būti nemaloni, kelianti įtampą. Tyrimo dalyviai, kalbėdami apie teigiamus pokyčius psichoterapijos metu, kartu nurodo ir praradimus bei skausmingus išgyvenimus (3.3.3 skyrius, p. 98). Psichoterapijoje svarbu tą pastebėti ir sukurti tinkamas sąlygas sunkių patyrimų atlaikymui.

Visi tyrimo dalyviai per psichoterapijos metus teigia *patyrę savo galios jausmą*. Jie jaučiasi tapę stipresni ir atsparesni psichologiškai, kai kurie ir fiziškai. Dauguma atrado, kad gali spręsti savo problemas ir daryti įtaką gyvenimui, santykiams ar darbui. Bejėgystė ir pasyvi pozicija, išreikšti kaip narcistiniai sunkumai ir silpno vidinio autoriteto atributai psichoterapijos pradžioje, keičiasi į galėjimo jausmą bei aktyvumą savo gyvenimo ir sunkumų atžvilgiu.

Tyrimo dalyvių augančiam pajėgumo jausmui galėjo turėti įtakos jų galios projekcijų į autoritetus ir į kitus „stipresnius“ žmones susigrąžinimas psichoterapijos metu. Vienas iš šio proceso paaiškinimų – integruota sava agresija, kuri padeda jausti asmeninę galią ir, jei reikia, konfrontuoti su kitų naudojama jėga. Iš tikro keli tyrimo dalyviai, kalbėdami apie savęs tapatumo praplėtimą, nurodo, kad įsisąmonino anksčiau neigtą pyktį kaip sau būdingą jausmą (p. 84). Totalitarinių režimų psichologinių pasekmių įveikimo galimybes studijuojantys autoriai agresijos įsisavinimą ir konstruktyvią jos raišką nurodo kaip efektyvų būdą mažinti autoritetų destrukcijos baimę ir stiprinti savo pajėgumo jausmą (Gudaitė, 2014b).

Asmeninės galios ir pasitikėjimo savimi jausmas susijęs su „savo efektyvumo“ suvokimu – šio konstrukto ryšiu su narcizmu domimasi šiuolaikiniuose tyrimuose. Brookes (2015) studijoje rasta, kad kuo stipriau išreikštas narcistinis pažeidžiamumas, tuo mažesnis savo efektyvumo suvokimas. Taigi galime manyti, kad didėjantis savo efektyvumo jausmas susijęs su narcistinių sunkumų mažėjimu. Tą patvirtina Kohut (2009), teigdamas, kad narcizmo transformacija įmanoma dėl sėkmingo „idealizuojamos figūros“ internalizavi-

mo ar šios vidinės struktūros atgaivinimo psichoterapijos metu. Integruota vidinė autoritetinga figūra reiškia galėjimą tikslingai ir prasmingai veikti ir gauti pasitenkinimą iš savo veiklos, dėl to savimi pasitikėti ir save vertinti. Anot Kohut, psichoterapijoje gali nepavykti prisiliesti prie pačios giliausios narcizmo šerdies – „grandiozinės savasties“ pažeidimo, susijusio su motiniškos empatijos, ankstyvųjų poreikių patenkinimo trūkumu. Lengviau pasiekiamas galėjimo ir galią skatinančios funkcijos įsisavinimas nei ankstyvoje kūdikystėje patirtos atspindžio stokos užpildymas. Schwartz-Salant (1982) išskiria du narcizmo transformacijos psichoterapijoje etapus, pirmasis iš kurių susijęs su galėjimo veikti, dirbti ir kurti atgijimu bei stiprėjimu. Mūsų tyrimo dalyvių psichoterapijos iki antrojo interviu trukmė buvo maždaug vieneri metai. Ilgalaikės psichoterapijos metais tai nėra daug. Todėl galima manyti, kad tyrimo dalyvių įvardinti pokyčiai susiję su lengviau pasiekiamos ir vėliau raidoje besiformuojančios struktūros – „idealizuojamos figūros“ funkcijų atstatymu. Tyrimo dalyviai projektavo į psichoterapeutę kompetentingą ir pajėgią padėti figūrą – tokios projekcijos ir tapatinimasis su psichoterapeute galėjo sudaryti palankias sąlygas savo galios integravimui ir savo efektyvumo suvokimui.

Taigi per psichoterapijos metus tyrimo dalyviai judėjo nuo autoriteto komplekso su išreikštu bejėgiškumu vidinio autoriteto atkūrimo link. Vidinio autoriteto patyrimo pokyčiai susiję su narcistinių sunkumų: vienišumo jausmo, prisitaikymo prie kitų, asmeninės galios stokos ir vertinimo baimės, įveika (3 pav., p. 86). Susietumo patyrimas ir aiškesnis tapatumo suvokimas mažina vienišumo jausmą. Geriau save pažįstant ir daugiau savimi pasitikint, mažiau aktualus tampa prisitaikymas prie kitų. Asmeninės galios integravimas yra priešingas bejėgiškumui. Savęs priėmimas bei kiti su vidinio autoriteto stiprėjimu susiję pokyčiai prisideda prie tvirtesnio savo vertės jausmo.

4.4. Terapiniai veiksniai

Tyrimo dalyvių nurodytus veiksnius, padėjusius siekti pokyčių psichoterapijos metu, sugrupavome į tris temas: „*Santykio su psichoterapeute*“, „*Psichoterapijos procesų*“ ir „*Kliento indėlio*“. Tokios temos minimos ir kituose kokybiniuose subjektyviai klientų patiriamų terapinių veiksmų tyrimuose (Carey et al., 2007; Lozovska, 2014; Timulak, 2007).

Pastebėjome, kad potemes, įtrauktas į „*Santykio su psichoterapeute*“ temą, galima būtų sugrupuoti į 1) *perkėlimo raišką (priėmimo ir santykio be reikalavimų patyrimas, psichoterapeutės kaip savo srities autoriteto patyrimas, nuvertinimo projektavimas į santykį su terapeute)*; 2) *terapiniame*

santykije veikiančius procesus (santykio ilgalaikiškumas ir pastovumas, pasakymas garsiai ir pasidalinimas) bei 3) *psichoterapeutės intervencijas ir jų patyrimą* (palaikymas, supratimas ir paaiškinimai, empatija ir atspindys, pagalba rasti ir išlaikyti darbo kryptį). Išskirtos grupės gali palengvinti mūsų tyrimo rezultatų palyginimą su kitais tyrimais. Terapinio santykio, kurio įtaką psichoterapijos efektyvumui nebeabejojama, konceptualizavimas yra neišspręstas klausimas dėl jo daugialypiškumo ir atsiradusios gausybės matavimo instrumentų, vertinančių sunkiai aprėpiamą šio santykio elementų kiekį. Mokslininkai, susiduriantys su sunkumais apibrėžti terapinį santykį, nurodo vieningos terapinio santykio elementų klasifikacijos kūrimo poreikį (Horvath, 2018). Mūsų išskirtos ir įvardintos terapinio santykio veiksnių grupės gali pasitarnauti šiam tikslui.

Toliau išskirtų terapinio santykio veiksnių grupių neanalizuosime, nes mūsų tyrimo tikslų kontekste jos svarbios informacijos nesuteikia. Detaliau aptarsime atskiras terapinio santykio temoje išskirtas potemes, nes būtent jos atskleidžia mūsų tyrimo ir kitų tyrimų rezultatų atitikimus ir skirtumus bei mūsų duomenų savitumą. Mūsų tyrimo dalyviai įvardino daug psichoterapinius pokyčius skatinančių veiksnių, – įvardinome 9 potemes, – susijusių su terapiniu santykiu. Tai patvirtina šiuolaikinių psichoterapijos veiksmingumo tyrimų duomenis, pagal kuriuos terapiniai santykiai daro didžiausią įtaką teigiamiems psichoterapiniams pokyčiams (Norcross & Lambert, 2014; Wampold & Imel, 2015).

Psichoterapinio santykio ilgalaikiškumas ir pastovumas, pasakymas garsiai ir pasidalinimas, priėmimo ir santykio be reikalavimų patyrimas, palaikymas, supratimas ir paaiškinimai, empatija ir atspindys – šie mūsų dalyvių nurodyti terapinio santykio veiksniai atitinka Bieliauskienės (2014a) ir/arba Lozovskos (2014) Lietuvoje atliktuose psichoterapinių veiksnių tyrimuose išskirtus pokyčiams palankius veiksnius. Šiuos veiksnius apima ir Timulak (2007) metaanalizėje išskirtos klientų nurodomų terapinių veiksnių kategorijos. Timulak į metaanalizę įtraukė septynių įvairiose šalyse atliktų tyrimų duomenis.

Pagalba rasti ir išlaikyti darbo kryptį bei psichoterapeutės kaip savo srities autoriteto patyrimas iš dalies atitinka Bieliauskienės aprašytą „mokytojos radimo“ veiksnį, svarbų jos tyrime dalyvavusiems vyrams, bet ne moterims. Mes išvelgėme šį veiksnį ir savo tyrimo dalyvių moterų pateiktoje informacijoje. *Nuvertinimo projektavimas į santykį su psichoterapeute* kaip psichoterapinis veiksnys, sudarantis sąlygas vertinančių santykių „perdirbimui“, minimas ir nagrinėjamas psychodinaminės narcizmo psichoterapijos tyrimuose

ir teorijoje (Diamond & Meehan, 2013; Fiscalini, 2004; McWilliams, 2014). *Psichoterapeutės kaip savo srities autoriteto patyrimo ir nuvertinimo projektavimo į santykį su terapeute* veiksnius išskyrėme atsižvelgdamos į latentines prasmes ir naudodamos dedukcinę informacijos analizės būdą. T.y., tyrimo dalyviai tiesiogiai šių veiksmų neįvardino, bet mes taip interpretavome jų išsakytas patirtis, ir tokios interpretacijos atitiko teorines prielaidas apie narcistinio perkėlimo formas.

Patirdami psichoterapeutę kaip *priimančią* ir kaip *savo srities autoritetą*, dalyviai galėjo bent iš dalies patenkinti priimančio autoriteto poreikį. O psichoterapeutės *palaikymas, supratimas ir paaiškinimai* bei *pagalba rasti ir išlaikyti darbo kryptį* atitinka tyrimo dalyvių psichoterapijos pradžioje nurodytą siektino autoriteto – patikimo vedlio pagalbos funkciją.

Psichoterapinių susitikimų nuoseklumas, savęs pažinimas ir supratimas bei *emocijų patyrimas ir įsisąmoninimas* – mūsų išskirti **psichoterapinių procesų veiksniai**, skatinantys pokyčius. Jie atitinka Lietuvoje atliktų psichoterapinių veiksmų, kuriuos kaip palankius pokyčiams subjektyviai patiria klientai, tyrimų duomenis (Bieliauskienė, 2014a; Lozovska, 2014). Savęs pažinimas, emocijų išgyvenimas ir tyrinėjimas išskirti kaip palankių terapinių veiksmų kategorijos Timulak (2007) metaanalizėje. *Vaikystės prisiminimų atgamimas*, mūsų tyrimo dalyvių nurodytas kaip reikšmingas terapinis veiksnys, minimas Gudaitės (2014) aprašomame tyrime, atliktame naudojant atvejų analizės metodą. Savo asmeninės istorijos atkūrimas stiprina tęstinumo ir susietumo jausmą.

„Kliento indėlio“ veiksmų grupei priskirta *motyvacijos ir pastangų* potėmė sutampa su kitų tyrėjų nurodytu kliento valingo ir tikslingo aktyvumo veiksmu (Bieliauskienė, 2014a; Carey et al. 2007; Lozovska, 2014; Timulak, 2007). Atsakomybė Carey ir kitų (2007) bei Lozovska (2014) tyrime įtraukta į kliento motyvacijos veiksmą. Mūsų tyrime gi *atsakomybės už savo problemas ir jų sprendimą prisiėmimas* išsiskyrė kaip atskiras ir gana ryškus veiksnys. Jis gali būti susijęs su sustiprėjusiu vidiniu autoritetu, ypač asmeninės galios aspektu.

Tikslingos projekcijos į psichoterapeutę – pagal latentines prasmes išskirtas psichoterapinis veiksnys mūsų tyrime yra gana savitas. Nepavyko rasti daugiau tyrimų, kuriuose toks veiksnys būtų minimas. Analitinėje psichoterapinėje literatūroje tokie procesai aprašomi, aiškinama perspektyvi projekcijų į terapeutą prasmė. Klientas perkelia į terapeutą ne tik tai, kas jį ankstyvuosiuose santykiuose žeidė, bet ir tai, ką jam svarbu įsisąmoninti ir integruoti (Jacoby, 1984, 2008; Jung, 1946/1985). Mūsų tyrimo duomenys empiriškai patvirtino tikslingų projekcijų reiškinių.

Panašu, kad projekcinės identifikacijos būdu psichoterapeutė bent iš dalies išpildė jai deleguotas projekcijas, ir klientai patyrė jiems reikalingą santykių modelį. Taigi tikslingos projekcijos į psichoterapeutę irgi nurodo tyrimo dalyvių – klientų galią veikti, nors ir nesąmoningai, psichoterapinį procesą.

Analizuodamos tyrimo duomenis neišskyrėme **pokyčius trikdančių veiksmių**, nes dalyviai jų nenurodė. Tai gali būti psichoterapeutės ir tyrėjos viename asmenyje trūkumas – klientai nelinkę dalintis neigiamu psichoterapijos patyrimu su psichoterapeute. Iš kitos pusės, ilgalaikės psichoterapijos kontekste metai yra neilgas laiko tarpas, per kurį formuojasi idealizuojantis perkėlimas. Psichoterapeutė patiriama kaip pozityvi figūra, o tai nesuderinama su jos keliamais trikdžiais. Bieliauskienės (2014a) tyrime, keistis trukdančių veiksmių, išskirtų tyrimo dalyvių po 18–22 psichoterapijos sesijų, irgi nėra daug (3), palyginus su palankių terapinių veiksmių kiekiu (13). Šiame tyrime tyrėja ir psichoterapeutės buvo atskirtos. Du iš užfiksuotų trikdančių veiksmių: „Nepateisinti lūkesčiai“ ir „Sunku, kai nėra aiškaus tikslo ir rezultato“ buvo iš dalies paminėti mūsų tyrimo dalyvių kaip trukdę psichoterapijos pradžioje, bet vėliau pasirodę palankūs pokyčiams (p. 113). Negavę aiškių reikalavimų ir nurodymų iš psichoterapeutės, dalyviai mini atradę palaikymo ir priėmimo terapiniame santykiuje svarbą.

4.5. Apibendrinimas: pagrindiniai tyrimo rezultatai ir jų naujumas psichoterapijos tyrimų kontekste

Pokyčius, nurodomus tyrimo dalyvių po psichoterapijos metų, palyginome su kitų psichoterapijos veiksmingumo tyrimų rezultatais. Bendrieji pokyčiai – tvirtesnis ir realistiškesnis savęs vertinimas, didesnis atvirumas ir emocinės būsenos pagerėjimas – randami ir kituose tyrimuose (Binder et al., 2010; Carey et al., 2007; Lozovska, 2014). Vidinio autoriteto patyrimo kategorijos pokyčius, subjektyviai reikšmingus mūsų tyrimo dalyviams – didesnę pasitikėjimą savimi, savęs priėmimą, savo susietumo patyrimą, tapatumo praplėtimą ir vertybinių nuostatų pasikeitimą – po vieną ar po kelis pastebi ir kiti tyrėjai (Binder et al., 2010; Carey et al., 2007; Gudaitė, 2014; Lozovska, 2014, 2014a).

Maištavimo prieš autoritetus – mūsų tyrime rastos išorinių santykių su autoritetais pokyčių temos – kiti psichoterapijos proceso ir efektyvumo tyrėjai nemini. Analitinėje teorinėje literatūroje maištavimas prieš autoritetais nurodomas kaip reikalingas asmenybės augimui (Edinger, 1992). Autoriai, studijuojantys socialinius – politinius procesus, pabrėžia nepaklusimo autoritetams

galimybės reikšmę konstruktyviam santykiui su jais (Morselli, & Passini, 2011; Westra, 2014). Šioje disertacijoje empiriškai patvirtinama, kad konfrontacija su autoritetais yra svarbus santykio su autoritetu dinamikos narcizmo psichoterapijoje motyvas, pakeičiantis bejėgiškumą ir pasyvią poziciją prieš autoritetus.

Atsiskyrimo, priklausomybę nuo autoritetų pakeitusios temos po psichoterapijos metų, nepavyko aptikti kituose psichoterapijos efektyvumo tyrimuose. Maištavimą ir atsiskyrimą nuo autoritetų – specifinius mūsų tyrimo dalyvių nurodytus psichoterapinius pokyčius – siejame su vidinio autoriteto stiprėjimu, o ypač su jo galios aspektu.

Šiame tyrime išreikštas pokytis – *asmeninės galios patyrimas* keliuose kokybiniuose tyrimuose minimas kaip terapinis veiksnys, bet ne kaip psichoterapijos rezultatas. Kalbama apie terapijos momentus, kai psichoterapeutas leido klientui perimti iniciatyvą, jį „įgalino“ (Bieliauskienė, 2014a; Timulak, 2007). Tuo tarpu mūsų tyrimo dalyvių įvardinamas asmeninės galios patyrimas skamba kaip svarbus pokytis, įvykęs po psichoterapijos metų. Savo galios patyrimas santykyje su psichoterapeutu ir galios projekcijų susigrąžinimas laikomas svarbia narcizmo psichoterapijos proceso dalimi psichodinaminėse teorijose (Jacoby, 2008; Kohut, 2009). Asmeninės galios atkūrimas akcentuojamas kalbant apie konfrontavimą su neigiamomis autoritarinio režimo pasekmėmis (Gudaitė, 2016; Sebek, 1996). Taigi asmeninės galios patyrimas, kurio reikšmė iki šiol plėtota daugiau teorinių prielaidų lygyje, šiame tyrime buvo empiriškai patvirtintas kaip santykio su autoritetu dinamikos psichoterapijoje motyvas.

Manome, kad *atsakomybės už savo problemas ir jų sprendimą prisiėmimas* bei *tikslingos projekcijos į psichoterapeutę* – saviti mūsų tyrime išskirti terapiniai veiksniai – irgi yra susiję su asmeninės galios pasireiškimu. Tyrimo dalyviai jaučia, kad gali veikti, arba pasąmoningai veikia psichoterapijos procesą ir įtakoja pokyčius.

Mūsų darbe išryškėjusi, bet kitų psichoterapijos veiksmingumo tyrimų nepatvirtinama, *asmeninės galios* tema gali būti aktuali būtent narcistinių sunkumų psichoterapijoje. Tačiau apžvelgtuose narcizmo psichoterapijos veiksmingumo tyrimuose, kurių kol kas labai nedaug, nurodomų asmeninės galios pokyčių neaptikome.

Kita kylanti prielaida – galbūt pajėgumo, galėjimo patyrimo prikėlimas svarbus tik mūsų kultūrai būdingų narcistinių sunkumų įveikai. Lyginamieji tarpkultūriniai tyrimai padėtų tai išsiaiškinti. Galbūt judėjimas nuo pasyvaus paklusimo autoritetams prie pasipriešinimo jiems ir autoriteto projekcijų su-

sigražinimo bei vidinio autoriteto stiprinimo, nuo bejėgystės prie asmeninės galios integravimo – tai santykio su autoritetu dinamika, reikalinga totalitarinio režimo sužeistos žmogaus vertės gijimui. Galbūt dideli pokyčiai prasideda nuo užgimusio jausmo, „*kad aš galiu...*“.

4.6. Tyrimo ribotumai ir tolesnių tyrimų galimybės

Mūsų darbe tyrėja ir psichoterapeutė buvo vienas asmuo. Ilgą laiką psichoterapijos tyrimuose siekta atskirti psichoterapinės pagalbos teikėją nuo tyrėjo, norint užtikrinti duomenų objektyvumą ir išvengti galimo psichoterapinio santykio įtakos tyrimo dalyvių pateikiamiems atsakymams. Šiuo metu vis daugiau kalbama apie kliūtis psichoterapijos tyrimams, susijusias su psichoterapeutų atsisakymu ar vengimu siūlyti savo klientams dalyvauti tyrimuose (Roesler, 2018; Taubner et al., 2016). Susidūrusios su problema surinkti tyrimo dalyvių grupę, nusprendėme derinti psichoterapeutės ir tyrėjos vaidmenis. Atsižvelgėme į panašias tendencijas šiuolaikiniuose psichoterapijos tyrimuose (Castonguay et al., 2010; Cooper, 2008; Lebow, & Jenkins, 2018). Reflektavome tokio pasirinkimo trūkumus ir privalumus, kuriuos aptarėme 2.3. skyriuje. Šis tyrimo ribotumas kartu tapo įgalinančiu veiksnium: pavyko surinkti tinkamai motyvuotą tyrimo dalyvių grupę, interviu duomenys pasitarnavo tiek moksliniams, tiek psichoterapiniams tikslams. Gali būti, kad tyrimo dalyviai nenurodė pokyčiams trukdžiusių veiksnių, nes interviu atliko jų psichoterapeutė. Ar tyrėjos ir psichoterapeutės vaidmenų derinimas, ar visgi pirmiesiems psichoterapijos metams būdingas idealizacijos procesas turėjo tokią įtaką, padėtų išsiaiškinti panašūs tyrimai, kuriuos atliktų nepriklausomi tyrėjai.

Kviečiamų dalyvauti tyrime psichoterapijos klientų narcistiniai sunkumai buvo vertinti atsižvelgiant į kriterijus, numatytus pačių tyrėjų, remiantis psichodinamine narcizmo samprata ir DSM-V III skyriaus Alternatyviame asmenybės sutrikimų modelyje išvardintais narcizmo požymiais. Nenaudojome standartizuoto narcizmo vertinimo klausimyno, nes tokio instrumento, kuris apimtų tiek grandiozinę, tiek pažeidžiamą narcizmo raišką, būtų patikimas ir validus, šiuo metu nėra. Ši problema išsamiai aptarta 1.5.1 skyriuje.

Antrajame tyrimo etape dalyvavo 7 iš 12 pirmajame etape dalyvavusių žmonių. Tyrimo dalyvių skaičius sumažėjo dėl to, kad ne visi dalyviai tęsė psichoterapiją vienerius metus, kai kurie nereguliariai lankė susitikimus. Toks klientų „nubyrėjimas“ yra natūralus ir neišvengiamas, atitinkantis realias psichoterapijos praktikos ir tyrimų sąlygas. Tyrimais patvirtinta, kad vidutiniškai 50 procentų klientų nutraukia psichoterapiją anksčiau numatyto pradžioje lai-

ko (Cooper, 2008). Tyrimo tikslumo prasme tai yra ribotumas, nes kalbėdamos apie santykio su autoritetu dinamiką lyginame apibendrintus 12 tyrimo dalyvių duomenis psichoterapijos pradžioje su apibendrintais 7 dalyvių duomenimis po psichoterapijos metų.

Antrasis tyrimo interviu vyko praėjus metams nuo psichoterapijos pradžios. Tai nedidelis laiko tarpas ilgalaikės psichoterapijos kontekste. Būtų įdomu ir svarbu tęsti tokį tyrimą, sekant, kaip santykis su autoritetu vystosi toliau. Kokia tolesnė asmeninės galios dinamika? Kiek ilgai tyrimo dalyviai, lankantys psichoterapiją, maištauja prieš autoritetus? Ar maištą keičia konstruktyvesnės santykio su autoritetu formos? Ilgiau trunkantis tyrimas galbūt užfiksuotų ir santykio su viršasmeniniu autoritetu dinamiką – jos nepavyko aptikti po psichoterapijos metų.

Analizuodamos tyrimo dalyvių patiriamus narcistinius sunkumus ir santykio su autoritetu ypatumus bei dinamiką pastebėjome tam tikras tendencijas, būdingas vyrams, bet ne moterims. Psichoterapijos pradžioje vyrai jautėsi silpnesni už jų gyvenimo partneres moteris, jas suvokdami kaip autoritetus sau ir kitiems. Tyrime dalyvavusių moterų grupėje toks nelygių jėgų santykis su gyvenimo partneriais nebuvo išreikštas. Po psichoterapijos metų vyrams būdinga tėviško autoriteto paieška. Moterys tuo nepasižymėjo. Didesnė tyrimo dalyvių imtis su pakankamai abiejų lyčių atstovų galėtų išryškinti arba paneigti šias tendencijas ir lyties veiksnio reikšmę santykio su autoritetu patyrimui bei vykstantiems pokyčiams psichoterapijos metu.

Galimybė palyginti šio tyrimo duomenis su panašiais tyrimais kitose šalyse patvirtintų arba pakoreguotų mūsų keliamą prielaidą, kad išryškėjusi asmeninės galios tema santykyje su autoritetu specifiškai svarbi Lietuvos žmonėms, turintiems narcistinių sunkumų.

IŠVADOS

1. Tyrimo duomenų analizė atskleidė tarpasmeninių santykių su autoritetais patyrimo dinamiką, vykusią nuo psichoterapijos pradžios iki 45-tos psichoterapijos sesijos:
 - a. Psichoterapijos pradžioje tyrimo dalyviai patyrė autoritetus kaip vertinančius ir galinčius piktnaudžiauti jėga. Išsiskyrė bejėgiškumo jausmas ir pasyvumas santykyje su autoritetu. Reiškėsi priklausomybė nuo autoritetų ir sunkumas atsiskirti. Išryškėjo autoriteto įvairiapusiškumo integracijos sunkumai ir tobulumo reikalavimai autoritetui.
 - b. Psichoterapijos pradžioje tyrimo dalyviams būdingas priimančio ir lygiaverčio santykio su autoritetu kaip patikimu vedliu poreikis ir noras laisvai rinktis autoritetą.
 - c. Pokyčiai išoriniuose santykiuose su autoritetais po psichoterapijos metų – maištavimas ir pirmieji atsiskyrimo nuo autoritetų žingsniai – rodo vykstantį tyrimo dalyvių asmeninės galios susigrąžinimo procesą.
2. Per psichoterapijos metus stiprėjo tyrimo dalyvių vidinio autoriteto patyrimas:
 - a. Psichoterapijos pradžioje silpnas tyrimo dalyvių vidinis autoritetas reiškėsi nepasitikėjimu savimi, nepakankamos galios jausmu, tapatumo raiškos sunkumais ir menku vertybių integravimu. Vidinis autoritetas buvo patiriamas kaip reiklus ir kritiškas vidinis balsas.
 - b. Po psichoterapijos metų sustiprėjęs vidinis autoritetas reiškiasi savo susietumo patyrimu, aiškesniu tapatumo jausmu, savęs priėmimu, didesniu pasitikėjimu savimi, asmeninės galios integravimu ir autentiškų vertybių paieška.
3. Vidinio autoriteto dinamika susijusi su narcistinių sunkumų įveika:
 - a. Psichoterapijos pradžioje tyrimo dalyviams būdingas narcistinis pažeidžiamumas ir su juo susiję sunkumai: jautrumas vertinimui, asmeninės galios stoka, prisitaikymas prie kitų, gynybinių strategijų naudojimas, nesaugumo išgyvenimas ir vienišumas.
 - b. Vidinio autoriteto stiprėjimas per psichoterapijos metus susijęs su narcistinių sunkumų – vertinimo baimės, asmeninės galios stokos, vienišumo jausmo ir prisitaikymo prie kitų – mažėjimu.

4. Santykyje su viršasmeniniu autoritetu išgyvenamas priėmimas, bendrytė ir gelbstinčios galios patyrimas gali palengvinti narcistinius sunkumus: vertinimo baimę, nesaugumo ir vienišumo jausmus, polinkį prisitaikyti prie kitų bei asmeninės galios stoką.
5. Subjektyviai patiriami psichoterapiniai pokyčiai susiję su tyrimo dalyvių nurodytais palankiais terapiniais veiksniais, kurie gali būti priskirti santykio su psichoterapeute, psichoterapijos procesų ir kliento indėlio veiksmų grupėms.

Atsakomybės už savo problemas ir jų sprendimą prisiėmimas bei tikslingos projekcijos į psichoterapeutę mūsų tyrime išsiskyrė kaip specifiniai terapiniai veiksniai, susiję su tyrimo dalyvių asmeninės galios raiška.

LITERATŪRA

- Adams, M. M., & Adams, R. M. (Eds.). (1990). *The Problem of Evil (Oxford Readings in Philosophy)*. Oxford University Press.
- Akhtar, S. (2000). The Shy Narcissist. In P. Fonagy, R. Michels, & J. Sandler (Eds.) *Changing Ideas in a Changing World – The Revolution in Psychoanalysis. Essays in Honour of Arnold Cooper* (pp. 111-121). Karnac Books.
- American Psychological Association. Presidential task force on evidence-based practice. (2006). Evidence-based practice in psychology. *American Psychologist*, 61, 271–285.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, 5th edition (DSM-5)*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing Inc.
- Asper, K. (1993). *The Abandoned Child Within. On Losing and Regaining Self-Worth*. Fromm International Publishing Corporation.
- Bager-Charleson, S. (2014). *Doing Practice – Based Research in Therapy: A Reflexive Approach*. London: SAGE.
- Barsaglini, A., Sartori, G., Benetti, S., Pettersson – Yeo W., & Mechelli, A. (2014). The effects of psychotherapy on brain function: A systematic and critical review. *Progress in Neurobiology*, 114, 1-14.
- Bateman, A. W. (2002). Thick- and Thin- skinned organizations and enactment in borderline and narcissistic disorders. In P. Williams (Ed.), *Key Papers on Borderline Disorders – With IJP Internet Discussion Reviews* (pp. 11-31). KARNAC.
- Baumrind, D. (2015) When subjects become objects: The lies behind the Milgram legend. *Theory & Psychology*, 25(5), 690–696.
- Besser, A. (Ed.). (2014). *Handbook of the Psychology of Narcissism: Diverse Perspectives*. New York: Nova Science Publishers.
- Bieliauskienė, I. (2014). Lyties veiksnio psichoterapijoje tyrimo kryptys. Iš G. Gudaitė (Sud.), *Psichoterapijos veiksmingumas: terapiniai veiksniai ir subjektyviai išgyvenami pokyčiai* (p. 81-105). Vilniaus universiteto leidykla.
- Bieliauskienė, I. (2014a). *Psichoterapijos veiksmingumo kokybinė analizė: vyrų ir moterų terapinių veiksmų refleksija* (Daktaro disertacija). Vilniaus universitetas. Paimta iš <https://epublications.vu.lt/object/elaba:2121035/2121035.pdf>
- Bieliauskienė, I. ir Gudaitė, G. (2016). Lyties veiksnys asmens santykiuose su autoritetais: kokybinė subjektyvaus patyrimo analizė. *Psichologija*, 53, 101-113.

- Binder, P., Holgersen, H., & Nielsen, G. H. (2010). What is a “good outcome” in psychotherapy? A qualitative exploration of former patients’ point of view. *Psychotherapy Research*, 20, 285-294.
- Bochenski, J. M. (2004). *Kas yra autoritetas? Įvadas į autoriteto logiką*. Vilnius: Mintis.
- Boyatzis, R. E. (1998). *Transforming Qualitative Information: Thematic Analysis and Code Development*. London: SAGE.
- Brabant, G. (1994). *Psichoanalizė*. Vilnius: Pradai.
- Braun, V., & Clarke, V. (2013). *Successful qualitative research: a practical guide for beginners*. SAGE Publications.
- Brookes, J. (2015) The effect of overt and covert narcissism on self-esteem and self-efficacy beyond self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 85, 172-175.
- Caiazza, J. C. (2017) Stanley Milgram’s Famous Experiments and the Awful Authority of Social Science. In J. C. Caiazza (Ed.), *The Disunity of American Culture: Science, Religion, Technology and the Secular State*.
- Caligor E., Levy K. N., & Yeomans F. E. (2015). Narcissistic Personality Disorder: Diagnostic and Clinical Challenges. *The American Journal of Psychiatry*, 172 (5), 415-422.
- Campbell, W. K., & Miller, J. D. (2011). Introduction. In W. K. Campbell, J. D. Miller (Eds.), *The handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder: Theoretical Approaches, Empirical Findings, and Treatments*. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Campbell W. K., & Miller J. D. (Eds.). (2011a). *The handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder: Theoretical Approaches, Empirical Findings, and Treatments*. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Carey T. A., Carey M., Stalker K., Mullan R. J., Murray L., K., & Spratt M. B. (2007). Psychological change from the inside looking out: a qualitative investigation. *Counselling and Psychotherapy Research*, 7, 178-187.
- Castonguay L.G., Nelson D. L., Damer D. D., Morford M., Spayd C., Boutsels M. A., ... Borkovec T. D. (2010). Psychotherapists, Researchers, or Both? A Qualitative Analysis of Psychotherapists’ Experiences in a Practice Research Network. *Psychotherapy Theory, Research, Practice, Training*, 47 (3), 345-354.
- Cooper, A. M. (1986). Narcissism. In A. P. Morisson (Ed.), *Essential Papers on Narcissism* (pp. 112-144). New York: New York University Press.
- Cooper, M. (2008). *Essential Research Findings in Counselling and Psychotherapy*. London: SAGE.

- Corsini, R. (2002). *The Dictionary of Psychology*. New York: Brunner-Routledge:
- Diamond, D., & Meehan, K. B. (2013). Attachment and Object Relations in Patients with Narcissistic Personality Disorder: Implications for Therapeutic Process and Outcome. *Journal of Clinical Psychology*, 69 (11), 1148-1159.
- Diamond, D., Yeomans, & Levy, K. N. (2011). Psychodynamic Psychotherapy for Narcissistic Personality. In W. K. Campbell, J. D. Miller (Eds.), *The handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder: Theoretical Approaches, Empirical Findings, and Treatments* (pp. 423 – 434). Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Diamond, D., Levy, K. N., Clarkin, J., Fischer – Kern, M., Cain, N., Doehring, S., ... Buchheim, A. (2014). Attachment and mentalization in patients with co-morbid narcissistic and borderline personality disorder. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 5(4), 428-433.
- Dieckmann, H. (1977). Some Aspects of the Development of Authority. *Journal of Analytical Psychology*, 22 (3), 230-242.
- Diskienė, D., Marčinskas, A., Stankevičienė, A. (2010). Leadership Attitudes in Lithuanian Business Organizations: Evidence and Perspectives. *International Journal of Leadership Studies*, 5 (3), 283-304. Paimta iš https://www.regent.edu/acad/global/publications/ijls/new/vol5iss3/Diskiene_3.pdf
- Doehring, C., Clarke, A., Pargament, K. I., Hayes, A., Hammer, D., Nickolas, M., & Hughes, P. (2009). Perceiving sacredness in life: Correlates and predictors. *Archive for the Psychology of Religion*, 31, 55–73.
- Durkheim, E. (2002). *Savižudybė: sociologinis etiudas*. Vilnius: Pradai.
- Edinger, F. E. (1992). *Ego and Archetype: Individuation and the Religious Function of the Psyche*. Boston and London: Shambala.
- Ellenberger, H. (1981). *The Discovery of the Unconscious. The History and Evolution of Dynamic Psychiatry*. N. Y.: Basic Books.
- Elliot, R., Fischer, C. T. & Rennie, D. L. (1999). Evolving guidelines for the publication of qualitative research studies in psychology and related fields. *British Journal of Clinical Psychology*, 38, 215-229.
- Ellison, W. D., Kenneth, N. L., Cain, N. M., Ansell, E. B., & Pincus, A. L. (2013). The Impact of Pathological Narcissism on Psychotherapy Utilization, Initial Symptom Severity, and Early-Treatment Symptom Change: A Naturalistic Investigation. *Journal of Personality Assessment*, 95(3), 291-300.
- Fiscalini, J. (2004). *Coparticipant Psychoanalysis. Toward a New Theory of Clinical Inquiry*. Columbia University Press.

- Fuchs, T. (2004). Neurobiology and psychotherapy: an emerging dialogue. *Current Opinion in Psychiatry*, 17, 479–485.
- Furnham, A., Hughes D. J., & Marshall E. (2013). Creativity, OCD, Narcissism and the Big Five. *Thinking Skills and Creativity*, 10, 91-98. doi: 10.1016/j.tsc.2013.05.003
- Gailienė, D. (2015). Trauma ir kultūra. Iš D. Gailienė (Sud.), *Gyvenimas po lūžio: kultūrinių traumų psichologiniai padariniai* (p.9-24). Vilnius: Eugrimas.
- Gailienė, D. (Sud.). (2015a). *Gyvenimas po lūžio: kultūrinių traumų psichologiniai padariniai*. Vilnius: Eugrimas.
- Gailienė, D. (2008). *Ką jie mums padarė. Lietuvos gyvenimas traumos psichologijos žvilgsniu*. Vilnius: Tyto alba.
- Gailienė, D., Kazlauskas, E. (2004). Po penkiasdešimties metų: sovietinių represijų Lietuvoje psichologiniai padariniai ir įveikos būdai. Iš D. Gailienė (Sud.), *Sunkių traumų psichologija: politinių represijų padariniai* (p. 78-127). Vilnius: Lietuvos gyventojų genocido ir rezistencijos tyrimų centras.
- Goncalo, J. A., Flynn F. J., & Kim S. H. (2010). Are two narcissists better than one? The link between narcissism, perceived creativity, and creative performance. *Personality & social psychology bulletin*, 36 (11), 1484-1495.
- Greenberg, J. (1999) Analytic Authority and Analytic Restraint. *Contemporary Psychoanalysis*, 35 (1), 25-41. doi: 10.1080/00107530.1999.10746379
- Grigienė, D., Skruibis, P., Dadašev, S., Klimaitė, V., Geležėlytė, O. ir Biliauskaitė, R. (2015). Vyrų suicidiškumo prielaidos. Iš D. Gailienė (Sud.), *Gyvenimas po lūžio: kultūrinių traumų psichologiniai padariniai* (p. 234-248). Vilnius: Eugrimas.
- Grigutytė, N. ir Gudaitė, G. (2016). *Santykių su autoritetu vertinimo klausimyno kūrimas ir psichometriniai rodikliai*. Stendinis pranešimas Lietuvos Psichologų kongrese, vykusiame 2016 m. gegužės 6-7 d.
- Grigutytė, N. ir Rukšaitė, G. (2016). Lithuanian Historical Heritage: Relation with Authority and Psychological Well-being. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences*, eISSN: 2357-1330: 274-284. Paimta iš: <http://dx.doi.org/10.15405/epsbs.2016.07.02.27>
- Gudaitė, G. (2016). *Santykis su autoritetu ir asmeninės galios pajauta*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla.
- Gudaitė, G. (2014) Sovietinio palikimo atspindžiai individo gyvenime: refleksijos ir psichoterapijos procesas. G. Gudaitė (Sud.), *Psichoterapijos veiksmingumas: terapiniai veiksniai ir subjektyviai išgyvenami pokyčiai* (p. 250-270). Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla.

- Gudaitė, G. (Sud.). (2014a). *Psichoterapijos veiksmingumas: terapiniai veiksniai ir subjektyviai išgyvenami pokyčiai*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla.
- Gudaitė, G. (2014b). Restoration of Continuity: Desperation or Hope in Facing the Consequences of Cultural Trauma. In G. Gudaitė, & M. Stein (Eds.), *Confronting Cultural Trauma: Jungian Approaches to Understanding and Healing* (pp. 227-342). New Orleans, Louisiana: Spring Journal Books.
- Gudaitė, G. (2013). The Dynamic of Authority Images in the Context of Consequences of Collective Trauma. In E. Kiehl (Ed.), *Copenhagen 2013 – 100 Years On: Origins, Innovations and Controversies. Proceedings of the 19th Congress of International Association for Analytical Psychology* (pp. 345-350). Einsiedeln: Daimon Verlag.
- Gudaitė, G. (Sud.). (2008). *Santykis ir pokytis: tarpasmeninių ryšių gelminės prielaidos ir psichoterapija*. Vilnius: Vilniaus universiteto biblioteka.
- Gudaitė, G. (2007). *Klinikinis psichologinis vertinimas: užduotys ir taikymo principai*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla.
- Gudaitė, G. (2004). Siovietinės traumos politiniai padariniai ir analitinis procesas. Iš D. Gailienė (Sud.), *Sunkių traumų psichologija: politinių represijų padariniai* (p. 127-150). Vilnius: Lietuvos gyventojų genocido ir rezistencijos tyrimų centras.
- Haslam, S. A., Reicher, S. D., & Birney, M. E. (2014). Nothing by Mere Authority: Evidence that in an Experimental Analogue of the Milgram Paradigm Participants are Motivated not by Orders but by Appeals to Science. *Journal of Social Issues*, 70 (3), 473 – 488.
- Herman, J. L. (2006). *Trauma ir išgijimas: prievartos pasekmės – nuo buitinio smurto iki politinio teroro*. Vilnius: VAGA.
- Horvath, A. O. (2018). Research on the alliance: Knowledge in search of a theory. *Psychotherapy Research*, 28 (3,4), 499-516.
- Horvath, S. & Morf, C. C. (2010). To be grandiose or not to be worthless: Different routes to self-enhancement for narcissism and self-esteem. *Journal of Research in Personality*, 44, 582-592.
- Jacoby, M. (2008). *Individuation and Narcissism. The Psychology of the Self in Jung and Kohut*. New York: Routledge.
- Jacoby, M. (1984). *The Analytic Encounter: Transference and Human Relationship*. Inner City Books.
- Jung, C. G. (1973). *Answer to Job*. (1958). The Bollingen Series. Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1977). *A Review of the Complex Theory*. C.W.8. USA: Princeton University Press.

- Jung, C. G. (1978). *Aion: Researches into the Phenomenology of the Self*. C.W.9, II. USA: Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1985). *The Psychology of the Transference*. C.W.16. (1946). USA: Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1998). *Psichologija ir religija*. Vilnius: Aidai.
- Jung, C. G. (2010). *Atsiminimai, vizijos, apmąstymai*. (1961). Vilnius: Margi Raštai.
- Jung, C. G. (2012). Apie pašamonės psichologiją (1918). Iš C. G. Jung, *Du traktatai apie pašamonės psichologiją* (p. 6-153). Vilnius: Margi raštai.
- Jung, C. G. (2013). *Psichologiniai tipai*. (1921). Margi Raštai.
- Kalinenko, V., Slutskaya, M. (2014). “Father of the People” versus “Enemies of the People”: a Split-Father Complex as the Foundation for Collective Trauma in Russia. In G. Gudaitė, & M. Stein (Eds.), *Confronting Cultural Trauma: Jungian Approaches to Understanding and Healing* (pp. 95-113). New Orleans, Louisiana: Spring Journal Books.
- Kast, V. (2002). *Atsisveikinimas su aukos vaidmeniu. Gyventi savo gyvenimą*. Vilnius: Dialogo kultūros institutas.
- Kast, V. (1980). *The Association Experiment in Therapeutical Practice. Excerpts in English from “Das Assoziationsexperiment in der Therapeutischen Praxis.”* Bonz Verlag, Fellbach-Oeffingen.
- Kausel, E. E., Culbertson, S. S., Leiva, P. I., Slaughter, J. E., Jackson, A. T. (2015). Too arrogant for their own good? Why and when narcissists dismiss advice. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 131, 33-50. doi: 10.1016/j.obhdp.2015.07.006
- Kegan, R. (1994). *In over our heads: The mental demands of modern life*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Kegan, R. (1982). *The Evolving Self: problem and process in human development*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Kernberg, O. F. (2004). Pathological narcissism and narcissistic personality disorder: Theoretical background and diagnostic classification. In O. F. Kernberg, *Aggressivity, narcissism, and self-destructiveness in the therapeutic relationship* (pp. 44-59). New Haven, CT: Yale University Press.
- Kernberg, O. F. (1986a). Factors in the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personalities. In A. P. Morisson (Ed.), *Essential Papers on Narcissism* (pp. 213-245). New York University Press.
- Kernberg, O. F. (1986b). Further Contributions to the Treatment of Narcissistic Personalities. In A. P. Morisson (Ed.), *Essential Papers on Narcissism* (pp. 245-293). New York University Press.

- Kohut, H. (2009). *The Restoration of the Self*. (1977). Chicago: University of Chicago Press.
- Kohut, H. (2009a). *The Analysis of the Self. A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders*. (1971). Chicago: University of Chicago Press.
- Kohut, H. (1968). The Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders – Outline of a Systematic Approach. *Psychoanalytic Study of the Child*, 23, 86-113.
- Kohut, H. (1966). Forms and Transformations of Narcissism. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 14, 243-272.
- Konrath, S., & Bonadonna, J. P. (2014). Physiological and Health – Related Correlates of the Narcissistic Personality. In A. Besser (Ed.), *Handbook of the Psychology of Narcissism: Diverse Perspectives* (pp. 175-226). New York: Nova Science Publishers.
- Krusemark, E. A. (2011). Neurophysiological Correlates of Narcissism and Psychopathy. In W. K. Campbell, & J. D. Miller (Eds.), *The handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder: Theoretical Approaches, Empirical Findings, and Treatments* (pp. 221-237). Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Kuodytė, V. (2005). Traumatizing History. In D. Gailienė (Ed.), *The Psychology of Extreme Traumatization. The Aftermath of Political Repression* (pp. 13– 25). Vilnius: Akreta.
- Lasch, C. (1991). *The Culture of Narcissism: American Life in an Age of Diminishing Expectations*. New York: W.W. Norton & Company.
- Laurinaitis, E. (2013a). Trumpalaikė psichodinaminė psichoterapija. Iš L. Andrikienė, E. Laurinaitis ir R. Milašiūnas (Sud.), *Psichoanalitinė psichoterapija* (p. 413-421). Vilnius: Vaistų žinios.
- Laurinaitis, E. (2013b). Moksliniai psichoanalitinės psichoterapijos tyrimai. Iš L. Andrikienė, E. Laurinaitis ir R. Milašiūnas (Sud.), *Psichoanalitinė psichoterapija* (p. 587-601). Vilnius: Vaistų žinios.
- Lebow, J. (2006). *Research for the Psychotherapist: From Science to Practice*. London: Routledge.
- Lebow, J. L., & Jenkins, P. H. (2018). *Research for the Psychotherapist: From Science to Practice*. London: Routledge.
- Lozovska, J. (2014). *Psichoterapinių pokyčių refleksijos: terapiniai veiksniai ir pykčio raiškos kaita*. (Daktaro disertacija). Vilniaus universitetas. Paimta iš <https://epublications.vu.lt/object/elaba:2121093/2121093.pdf>

- Lozovska, J. (2014a). Subjektyviai reikšmingi psichoterapiniai pokyčiai ir veiksniai. Iš G. Gudaitė (Sud.), *Psichoterapijos veiksmingumas: terapiniai veiksniai ir subjektyviai išgyvenami pokyčiai* (p.42-58). Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla.
- Mahler, M., Pine, F., & Bergman A. (1975). *The Psychological Birth of the Human Infant: Symbiosis and Individuation*. New York: Basic Books.
- Matzuo, A., & DeSouza, E. R. (2016). The Effects of Anticipated Negative Feedback on Psychological States Among Narcissists. *SAGE Open*, 2, 1–7. doi: 10.1177/2158244016650921
- McLeod, J. (2015). *Qualitative research in counseling and psychotherapy*. London: Sage publications.
- McWilliams, N. (2014). *Psichoanalitinė diagnostika. Asmenybės struktūros samprata klinikiniame procese*. Vilnius: Vaistų žinios.
- Milašiūnas, R. (2014). *Psichoanalizė: Intersubjektyvusis požiūris*. Vilnius: Vaistų žinios.
- Milgram, S. (1974). *Obedience to Authority: an Experimental View*. London: Tavistock Publications.
- Milgram, S. (1965). Some Conditions of Obedience and Disobedience to Authority. *Human Relations*, 18 (57), 57-76.
- Milgram, S. (1963). Behavioral Study of Obedience. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 67 (4), 371-378.
- Miller, A. (1986). Depression and Grandiosity as Related Forms of Narcissistic Disturbances. In A. P. Morisson (Ed.), *Essential Papers on Narcissism*. New York: New York University Press.
- Miller, A. (2011). *Gabaus vaiko drama ir tikrosios savasties paieška*. Vilnius: VAGA.
- Miller, J. D., Lynam, D. R., & Campbell, W. K. (2016). Measures of Narcissism and Their Relation to DSM-5 Pathological Traits: A Critical Reappraisal. *Assessment*, 23 (1), 3-9.
- Miller, J. D., Widiger, T. A., & Campbell, W. K. (2010). Narcissistic Personality Disorder and the DSM-V. *Journal of Abnormal Psychology*, 119(4), 640-649.
- Mitchell, S. A. (1986). The Wings of Icarus: - Illusion and the Problem of Narcissism. *Contemporary Psychoanalysis*, 22, 107-132.
- Morselli, D., & Passini, S. (2011). New Perspectives on the Study of the Authority Relationship: Integrating Individual and Societal Level Research. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 41(3), 291-307.

- Mullin, A. S. J., Hilsenroth M. J., Gold, J., & Farber, B. A. (2018). Facets of Object Representation: Process and Outcome Over the Course of Psychodynamic Psychotherapy. *Journal of Personality Assessment*, 100 (2), 145-155.
- Nenadic, I., Gülmar, D., Dietrek, M., Langbein, K., Steinke, J., & Gaser, C. (2014). Brain structure in narcissistic personality disorder: A VBM and DTI pilot study. *Psychiatry Research: Neuroimaging*. Paimta iš <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychresns.2014.11.001>
- Neumann, E. (1974). *The Great Mother. An Analysis of the Archetype*. Princeton University Press.
- Neumann, E. (2002). *The Child: Structure and Dynamics of the Nascent Personality*. (1973). Karnac Books.
- Nicholls, E., & Stukas, A. A. (2011). Narcissism and the Self-Evaluation Maintenance Model: Effects of Social Comparison Threats on Relationship Closeness. *The Journal of Social Psychology*, 151(2), 201-212. doi: 10.1080/00224540903510852
- Norcross, J. C., & Lambert, M. J. (2014). Relationship science and practice in psychotherapy: Closing commentary. *Psychotherapy*, 51(3), 398-403.
- Peterson M. L. (Ed.). (2016). *The Problem of Evil: Selected Readings, Second Edition*. Notre Dame, Indiana: University of Notre Dame Press.
- Peterson, U., & Luik, M. (2014). Expressions of Transgenerational Trauma in the Estonian Context. In G. Gudaitė, M. Stein (Eds.), *Confronting Cultural Trauma: Jungian Approaches to Understanding and Healing* (pp. 193-211). New Orleans, Louisiana: Spring Journal Books.
- Petronytė-Kvedarauskienė, D. ir Gudaitė, G. (2016). Relationship with Authority in Narcissism. *International Journal of Psychology: Biopsychosocial Approach*, 19, 71-88.
- Pincus, A. L., Ansell, E. B., Pimentel, C. A., Cain, N. M., Wright, A., & Levy, K. N. (2009). Initial Construction and Validation of the Pathological Narcissism Inventory. *Psychological Assessment*, 21, 365-379.
- Pincus, A. L., Cain, N. M., & Wright A. G. C. (2014). Narcissistic Grandiosity and Narcissistic Vulnerability in Psychotherapy. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 5(4), 439-443.
- Pincus, A. L. & Lukowitsky, M. R. (2010). Pathological narcissism and narcissistic personality disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 421-446.
- Psichologijos žodynas* (1993). Vilnius: Mokslo ir enciklopedijų leidykla.

- Pulcini, E. (2012). *The Individual Without Passions: Modern Individualism and the Loss of the Social Bond*. Plymouth, UK: Lexington Books.
- Raskin, R. N., & Terry, H. (1988). A Principal-Components Analysis of the Narcissistic Personality Inventory and Further Evidence of Its Construct Validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(5), 890-902.
- Ratković – Njegovan, B., Vukadinović, M., Grubić Nešić, L. (2011). Characteristics and Types of Authority: the Attitudes of Young People. A Case Study. *Sociológia*, 43 (6), 657-673.
- Reber, A. S. (1987). *The Penguin Dictionary of Psychology*. London: Penguin Books.
- Riordan, R. W. (2012) The Management of Narcissistic Vulnerability: Three Case Studies Guided by Stephen Mitchell's Integrated Treatment Model. *Pragmatic Case Studies in Psychotherapy*, 8(3), 150-203. Paimta iš <http://pcsp.libraries.rutgers.edu>
- Roesler, C. (2018). The effectiveness of Jungian psychotherapy: state of the art. In C. Roesler (Ed.), *Research in Analytical Psychology* (pp. 173-187). London: Routledge.
- Ronningstam, E. (2016). Pathological Narcissism and Narcissistic Personality Disorder: Recent Research and Clinical Implications. *Current Behavioral Neuroscience Reports*, 3, 34 – 42.
- Ronningstam, E. (2011). Narcissistic personality disorder in DSM V – In support of retaining a significant diagnosis. *Journal of Personality Disorders*, 25(2), 248 – 259.
- Ronningstam, E. F. (2005). *Identifying and Understanding the Narcissistic Personality*. Oxford University Press.
- Rubinstein, G. (2014). Narcissism in the Third Millennium: Personality Disorder or Cultural Phenomenon? In A. Besser (Ed.), *Handbook of the Psychology of Narcissism: Diverse Perspectives* (pp. 105 – 125). New York: Nova Science Publishers.
- Rukšaitė, G. (2008). Santykio su tėvu svarba moters individuacijai. Iš G. Gudaitė (Sud.), *Santykis ir pokytis: tarpasmeninių ryšių gelminės prielaidos ir psichoterapija* (p.134-156). Vilniaus universiteto leidykla.
- Samuels, A. (1985). Introduction. In A. Samuels (Ed.), *The Father: Contemporary Jungian Perspectives*. London: Free Association Books.
- Samuels, A., Shorter, B., & Plaut, F. (1987). *A Critical Dictionary of Jungian Analysis*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Schwarz-Salant, N. (1982). *Narcissism and Character Transformation. The Psychology of Narcissistic Character Disorders*. Toronto: Inner City Books.

- Seligman, A. B. (2003). *Modernity's Wager: Authority, the Self, and Transcendence*. Princeton and Oxford: Princeton University Press.
- Schulze, L., Dziobek, I., Vater, A., Heekeren, H. R., Bajbouj, M., Renneberg, B., ... Roepke, S. Gray matter abnormalities in patients with narcissistic personality disorder. *Journal of Psychiatric Research*, 47 (10), 1363-1369.
- Sebek, M. (1996). The Fate of the Totalitarian Object. *International Forum of Psychoanalysis*, 5, 289-294.
- Sebek, M. (1999). A Letter from the Czech Republic. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 47(3), 983-988.
- Smith, M. M., Sherry S. B., Chen S., Saklofske D. H., Flett G. L., Hewitt P. L. (2016). Perfectionism and narcissism: A meta-analytic review. *Journal of Research in Personality*, 64, 90-101.
- Solstad, S. M., Castonguay L. G., & Moltu, C. (2017). Patients' experiences with routine outcome monitoring and clinical feedback systems: A systematic review and synthesis of qualitative empirical literature. *Psychotherapy research*. Paimta iš <https://doi.org/10.1080/10503307.2017.1326645>
- Southard, A. C. Noser, A., Zeigler – Hill, V. (2014). Do narcissists really love themselves as much as it seems? The psychodynamic Mask model of narcissistic self-worth. In A. Besser (Ed.), *Handbook of the Psychology of Narcissism: Diverse Perspectives* (p. 3-22). New York: Nova Science Publishers.
- Target, M. (2018). 20/20 Hindsight: A 25-year programme at the Anna Freud Centre of efficacy and effectiveness research on child psychoanalytic psychotherapy. *Psychotherapy Research*, 28 (1-2), 30-46.
- Taubner, S., Klasen, J., Munder, T. (2016). Why do psychotherapists participate in psychotherapy research and why not? Results of the Attitudes to Psychotherapy Research Questionnaire with sample of experienced German psychotherapists. *Psychotherapy Research*, 26(3), 318-331.
- Tijūnėlienė O. (2001). Veiklumas - mokytojo dorybė ir autoriteto raiška. *Acta Paedagogica Vilnensia*, 8, 110-116.
- Tijūnėlienė, O. (2006). Mokytojo autoriteto kaip pozityvaus ugdomojo veiksnio problema: teorija ir empirika. *Mokytojų ugdymas*, 6, 45-59.
- Timulak, L. (2007). Identifying core categories of client-identified impact of helpful events in psychotherapy: a qualitative meta-analysis. *Psychotherapy Research*, 17, 305 – 314.
- TLK – 10 psichikos ir elgesio sutrikimai: klinika ir diagnostika (1997). Pasaulinė sveikatos organizacija. Kauunas: Medicina.

- Tyrer, P., Crawford, M., Sanatinia, R., Tyrer, H., Cooper, S., Muller-Pollard, C., . . . Weich, S. (2014). Preliminary studies of the ICD-11 classification of personality disorder in practice. *Personality and Mental Health*, 8(4), 254-263.
- Wampold, B. E., & Imel, Z. E. *The great psychotherapy debate: The evidence for what makes psychotherapy work*. Routledge, 2015.
- Wertz, K. (2013). *Inner Authority and Jung's Model of Individuation*. BAJA. Paimta iš <http://jungiantrainingboulder.org/365>
- Westra, L. (2014). Revolt against Authority. In D. Fasenfest (Series Ed.), *Studies in critical social sciences*, 65. Leiden/Boston: BRILL.
- Wilke, H. J. (1977). The Authority Complex and the Authoritarian Personality. *Journal of Analytical Psychology*, 22 (3), 243-249.
- Winnicott, D. W. (1990). Ego Distortion in terms of True and False Self. In D. W. Winnicott (Ed.), *The Maturation Processes and the Facilitating Environment*. London: Karnac Books.
- Wirtz U. (2014). *Trauma and Beyond: The Mystery of Transformation*. Spring Journal.
- Zeigler-Hill, V., Clark, C. B., & Pickard, J. D. (2008). Narcissistic Subtypes and Contingent Self-Esteem: Do All Narcissists Base Their Self-Esteem on the Same Domains? *Journal of Personality*, 76:4, 753-774.
- Zondag, H. J., & Uden, M. H. F. van (2011). Still Knockin' on Heaven's Door: Narcissism and Prayer. *Journal of Empirical Theology*, 24, 19–35.
- Zondag, H. J., & Uden, M. H. F. van (2014). 'My special prayer': On Self, God, and Prayer. *European Journal of Mental Health*, 9, 3–19. doi: 10.5708/EJMH.9.2014.1.1
- Young-Eisendrath, P., & Wiedemann, F. L. (1987). *Female Authority: Empowering Women through Psychotherapy*. New York: The Guilford Press.

1 PRIEDAS

Interviu transkripcijose ir cituojant naudoti ženklai ir jų reikšmės:

- (5) Skliausteliuose pažymėtas skaičius nurodo sekundėmis trunkančią pauzę.
- (...) Tušti skliausteliai su tritaškiu viduje nurodo, kad transkribuotoja negalėjo išgirsti
ar suprasti, ką sako tyrimo dalyvis ar tyrėjas.
- Žod- Žodžio gale padėtas brūkšnylis reiškia, kad nebaigus žodžio tyri-
mo dalyvis jį
nutraukė ar jo nebesigirdi.
- _____ Pabraukimas reiškia, kad vienas ar keli žodžiai labai akcentuojami.
- /.../ Pasviri skliaustai su tritaškiu viduje nurodo, kad dalis tyrimo dalyvio žodžių
cituojant juos rezultatų pristatyme praleidžiama.
- [žodis] Laužtiniuose skliaustuose cituojant nurodomas žodis, kuris reikalingas prasmei
suprasti, bet kurį tyrimo dalyvis pavartojo anksčiau ar vėliau.
- [VARDAS] Laužtiniuose skliaustuose vietoje pavadinimų rašoma VARDAS,
MIESTAS ir kt., kad pagal tikrinius daiktavardžius nebūtų galima identifikuoti tyrimo dalyvio.M

Pirminio kodavimo pavyzdys

Antrojo interviu fragmento transkribuoto teksto segmentai ir pradiniai kodai.

T – tyrėjas; **M** – tyrimo dalyvis, Mantas.

<p>T. /.../ kokios pagalbos tikėjotės /.../? M. Na, aš kiek atsimenu, aš nebuvau labai nusiteikęs iš pradžių optimistiškai ir manyje gyvavo vidinis skeptikas. Gal tai buvo suformuota populiariosios kultūros, piešiama psichoanalitiko ir jo kliento (2) ee toks santykių įvaizdis, kad tai yra (2) turtingų vakarų pasaulio šalių didmiesčių gyventojų pramoga iš nuobodulio, mados reikalas, panašūs dalykai, o ir ir kad kas gi tau gali padėti iš tikrųjų, jeigu ne (2) tu pats sau. (2) Bet po to gal tas mano skepticizmas po truputį ištirpo</p>	<p>Pradžioje buvo skeptiškai nusiteikęs psichoterapijos atžvilgiu. Nuvertino psichoterapiją bendrąja prasme. Neigė galimą psichoterapeuto pagalbos efektyvumą. Galvojo, kad tik pats sau gali padėti. Psichoterapijos metu skeptiškas požiūris į psichoterapiją po truputį išnyko.</p>
<p>Ir pamačiau, kad iš tikrųjų galima išspręsti įvairius dalykus.</p>	<p>Psichoterapijoje pamatė, kad galima išspręsti įvairius dalykus. <i>Atsirado pasitikėjimas psichoterapija.</i> <i>Atsirado galėjimo jausmas.</i></p>
<p>T. <i>Ar pastebit kokių nors pokyčių, kuriuos galėtumėt sieti su psichoterapija?</i> M. Na, aš manau, kad esminis pokytis yra (2) eee (2) nuolatinis atsiradęs savistabos toks budrumas, kurio aš tikrai anksčiau neturėjau ir bekylančią kažkokių mintį man nuvydavo kita ir žodžiu nesisekdavo man išlaikyti koncentracijos galvojant apie savo jausmus ir dažnai tai buvo tokia tema, kuri man vienam pačiam, su savim, save analizuoti atrodė per daug (2) eee kažkaip neprasminga, savanaudiška. Kažkaip yra daug, eilė reikalų, kuriuos reikia padaryti tą dieną ir žodžiu, kam čia gaišti laiką, o dabar aš tikrai daug daug skiriu laiko apmąstyti pojūčius, kodėl aš supykau, kodėl aš nuliūdau, kodėl man kažkoks nervas ima. Visą laiką turiu tokią dabar nuolatinį tokį vidinį eem (2) <u>auditorių, jausmų auditorių.</u></p>	<p>Psichoterapijoje atsirado savirefleksija. Psichoterapijoje išmoko susikoncentruoti ties savo jausmais. Pamatė savistabos vertę, prasmę. Anksčiau savianalizė atrodė neprasminga, savanaudiška. Dabar skiria laiko savirefleksijai: jausmams, pojūčiams stebėti ir suprasti. Darymas versus savirefleksija. Atsiradęs nuolatinis vidinis „jausmų auditorius“.</p>
<p>M. Na ir o šita savybę manau atsiradusi, jinai įtakoja kitas, tai jeigu tu (giliai įkvepia) dabar galvoji, kodėl tu supykai, tai gali pabandyti užkirsti tam kelią, arba kodėl tu nuliūdai irgi gali užkirsti, tai tuo pačiu tu tampi ir išoriškai kitoks. Pavyzdžiui, neini ten savęs gailėti ir pagulėti (nusijuokia) ar ten atsikimšti gėrimo kokio, (2) tai tikrai manau gali pakeisti tavo net fizinę elgseną.</p>	<p>Atsiradęs kontrolės jausmas jausmų supratimo dėka. Aktyvus versus pasyvus elgesys valdant blogą būseną.</p>
<p>Taip, nes aš tikrai galiu palyginti, jeigu aš anksčiau nesuprasdavau, kas vyksta mano viduje, kažkoks, aš jausdavausi blogai, aš tiesiog eee mechaniškai kažką imdavau daryti arba ten valgyti ką nors, nes tai sukelia malonumą arba gerti gėrimus, nes jie irgi sukelia malonumą arba nežinau, žiūrėti kažką, skaityti ir ir nukreipti dėmesį, o dabar tų, aš vis tiek valgau ir geriu (nusijuokia) ir žiūriu, bet dėl kitų priežasčių.</p>	<p>Dėmesio nukreipimas nuo blogos būsenos versus sąmoningumas. Malonumo ieškojimas versus sąmoningumas valdant blogą būseną.</p>

<p>T. <i>./.../ kas psichoterapijoje padėjo, kad tokie pokyčiai atsirastų?</i></p> <p>M. Tai, aš manau, akivaizdžiausias elementas yra psichoterapeutė, nes kaip kad žmogus, kuriam tu viską išpasakoji, nes tikrai, ne tik kad šeimos nariai nežino visko, ką tu sakai psichoterapeutei, bet net ir artimi draugai ar ar kažkokie romantiški partneriai, todėl man atrodo, kad kai tu turi vieną žmogų, su kuriuo labai atvirauji ir tai darai reguliariai, įmanomas kažkoks tai tampa eee (2) kelias, kurį tu gali stebėti, kaip, ar kažkas vyksta, ar gerėja situacija ar ji sprendžiasi,</p>	<p>Pokyčius psichoterapijoje skatinantis veiksnys – psichoterapeutė.</p> <p>Pokyčius psichoterapijoje skatinantis veiksnys – atvirumas santykiuose su psichoterapeute.</p> <p>Su psichoterapeute atviresnis nei su kitais žmonėmis.</p> <p>Pokyčius psichoterapijoje skatinantis veiksnys – pastovus santykis su žmogumi (psichoterapeute).</p> <p>Darbo nuoseklumas, reguliarumas – pokyčius psichoterapijoje skatinantis veiksnys.</p>
<p>nes tarkim psicho- psichoterapijos kabineto alternatyva tai būtų tarkim tu susitinki su draugais kažkur ten kubile ten, išgeri ten, pasikalbi. Vat tikrai poveikis gali būti labai panašus kaip išėjus iš kabineto, bet nėra nuoseklumo, kada tu su jais susitiksi po pusės metų ir jie tikrai nesidomės, kas įvyko, kaip tu ten išsprendei kokią problemą (2) praeitą savaitę. Tai svarbiausias ir labiausiai padėjęs veiksnys yra tas pats žmogus, su kuriuo tu kalbi ir reguliarumas.</p>	<p>Nuoseklumas, tęstinumas - pokyčius psichoterapijoje skatinantis veiksnys.</p> <p>Pastovus žmogus (psichoterapeutė) - pokyčius psichoterapijoje skatinantis veiksnys.</p> <p>Pastovumas ir reguliarumas - pokyčius psichoterapijoje skatinantis veiksnys.</p>

2 PRIEDAS

Analitinės psichologijos sąvokos, naudojamos disertacijoje

Kompleksas – nuslopintos intensyvios emocinės patirties, dažniausiai susijusios su tarpasmeniniais santykiais, branduolys, apie kurį grupuojasi asociacijų (minčių, jausmų, elgesio, vaizdinių) rinkinys.

Ego – asmens sąmonės centras.

Archetipas – universalūs žmogiškos patirties vaizdiniai ir modeliai, kylantys iš kolektyvinės sąmonės.

Savastis analitinėje psichologijoje suprantama dvejopai: 1) kaip asmenybės visuma, apimanti sąmonę ir pasąmonę, asmeninės ir kolektyvinės (viršasmeninės) psichikos dalis; 2) kaip asmenybės centras ir organizuojanti jėga, nukreipianti žmogaus psichikos vystymąsi.

Ego-savasties ašis – ryšys tarp šių dviejų psichikos struktūrų, užtikrinantis pilną ir gilų žmogaus funkcionavimą, įvairiapusių asmeninių ir viršasmeninių duotybių realizavimą.

Infiacija – ego susitapatinimo su savastimi būseną, pasireiškianti nerealistškai išdidintu arba sumenkintu savęs suvokimu. Infiacijoje ego neatskiria savęs nuo pasąmoninių turinių.

Individuacija – tai asmeninio savitumo įsisąmoninimas ir jo realizavimas, neatsiejamas nuo santykių su kitais žmonėmis.

Šešėlis – tai asmeninės sąmonės dalis, kurią ego linkęs atmesti ar ignoruoti dėl neatitikimo sąmoningam savęs vaizdui.

Tikslingos projekcijos – tai projekcijos, turinčios prasmę ir tikslą. Į psichoterapeutą projektuojama tai, ką žmogui reikia įsisąmoninti ir įsisavinti. Tikslingos projekcijos iš dalies yra priešingos priežastinėms projekcijoms, kurios susijusios su vaikystėje patirtų emociškai reikšmingų santykių perkėlimu į psichoterapeutą.

3 PRIEDAS

Mokslinės publikacijos disertacijos tema

Petronytė-Kvedaruskienė, D. ir Gudaitė, G. (2018). Narcisistinių asmenybių santykio su autoritetu patyrimas: kokybinė analizė. *Sveikatos mokslai*, 28 (1), 40-46. doi: <http://dx.doi.org/10.7220/2345-024X.19.4>

Petronytė-Kvedaruskienė, D., & Gudaitė, G. (2016). Relationship with Authority in Narcissism. *International Journal of Psychology: Biopsychosocial Approach*, 19, 71-88. doi: <https://doi.org/10.5200/sm-hs.2018.007>

Mokslinėse konferencijose skaityti pranešimai disertacijos tema

Petronytė-Kvedaruskienė, D., & Gudaitė, G. „*Narcissistic difficulties and development of relationship with authority in psychotherapy: qualitative analysis of subjective experience*”. International Conference on Psychotherapy Research “Psychotherapy practice and research: Finding the common ground”. Oxford, UK, 20-22 September, 2017.

Petronytė-Kvedaruskienė, D. „*Relationship with authority in narcissism: psychotherapy case study*“. International conference „Relationship with Authority: Challenges and Opportunities“, organized by Vilnius University and Research Council of Lithuania. Vilnius, 21st of October, 2016.

Petronytė-Kvedaruskienė, D. „*Psichoterapijų pradėjusių žmonių narcisistiniai sunkumai ir santykio su autoritetu ypatumai*“. XIII-oji Jaunųjų mokslininkų psichologų konferencijoje, Vilnius, 2016 04 22.

Petronytė-Kvedaruskienė, D., & Gudaitė, G. „*Development of inner authority in confronting consequences of experience of violence*“. International conference „The evil of violence in post-modernity: psychopathology of violent behaviours“, organized by International Association for Analytical Psychology and Italian Association for Research on Analytical Psychology. Rome, Italy, 3-6 March, 2016.

PADEKA

Pirmiausia noriu padėkoti prof. dr. Gražinai Gudaitei, šio darbo mokslinei vadovei, už skvarbų žvilgsnį, taiklias pastabas, idėjas ir paramą rašant disertaciją. Ačiū už ilgametį santykį, už pasitikėjimą ir vedimą. Gražinos Gudaitės profesinės ir gyvenimiškos pamokos atvedė mane į analitinę psichologiją, kur jaučiuosi esanti savo vietoje.

Esu dėkinga kolegoms – VU Klinikinės psichologijos katedros nariams – už draugišką dalijimąsi moksline kompetencija, žiniomis ir patirtimi.

Už svarbų indėlį į disertaciją, atliekant eksperčių vaidmenį duomenų analizėje, už naudingas įžvalgas ir mintis dėkoju dr. Julianai Lozovskai ir Rasai Šilalytei.

Labai tikėtina, kad ateidama į akademinę bendruomenę sekiau savo tėvų ir sesers pėdomis. Ačiū jiems, kad mokslininkės ir dėstytojos vaidmuo man pasirodė artimas. Tėčiui esu dėkinga už buvimą rūpestingu, išmintingu ir labai žmogišku autoritetu. A. a. Mamai dėkoju už ambicingumo, užsispyrimo irėjimo pirmyn, nepaisant kliūčių, pavyzdį.

Redaguojant disertacijos tekstą, svarbi buvo mano vyro Juliaus pagalba. Dukra Milda prisidėjo prie maketavimo darbų. Be to, abiem jiems noriu padėkoti už kantrybę, toleruojant mano ilgas valandas prie kompiuterio ekrano.

Draugėms ir kolegėms Rasai Šilalytei ir Linai Gudaitienei esu dėkinga už ryšį, už buvimą šalia disertacijos rašymo metu. Joms teko palaikyti, atlaikyti, kartais išverti mano emocijas nelengvame kūrybiniame procese. Ačiū už domėjimąsi tuo, ką darau, ir už vertingus profesinius pastebėjimus, padėjusius įveikti ne vieną aklavietę.

Disertacijos nebūtų be tyrimo dalyvių. Ačiū, kad pasitikėjote manimi ir mano darbu, kad dalijotės savo patirtimi. Jūsų žodžiai, kuriais reiškėte savo išgyvenimus, sunkumus, lūkesčius ir pokyčius, daro šį darbą tikrą, žmogišką ir prasmingą.

Vilniaus universiteto leidykla
Universiteto g. 1, LT-01513 Vilnius
El. p. info@leidykla.vu.lt,
www.leidykla.vu.lt
Tiražas 20 egz.