

VILNIAUS UNIVERSITETAS

GRAŽINA GUDAITĖ

## **Asmenybės pokyčiai: sąlygos, procesai ir vertinimas**

Habilitacijos procedūrai teikiamų mokslinių darbų apžvalga

Socialiniai mokslai, Psichologija (06 S)

Vilnius 2009

ISBN 978-9955-33-428-6

## TURINYS

Ižanga.....	4
Vidiniai veiksniai ir asmenybės transformacija .....	6
Išorinės intervencijos ir vidinė asmenybės dinamika .....	11
Santykis ir pokytis psichoterapijoje .....	15
Atvejo analizė ir asmenybės pokyčių vertinimo problemos.....	22
Pabaigos žodis.....	26
Literatūra.....	27

## Ižanga

Habilitacijos procedūrai teikiami moksliniai darbai, kurie buvo paskelbti Lietuvoje ir užsienyje nuo 1993 iki 2009 metų.

Teminiu požiūriu visus habilitacijai teikiamus darbus jungia pagrindinė problematika, apimanti asmenybės pokyčių vertinimą klinikinės psichologijos perspektyvoje. Teorinis analizuojamų problemų pagrindimas remiasi integratyviaja paradigma, - kur derinamos įvairios psichodinaminės asmenybės teorijos, ypatingą vietą skiriančios gelminių asmenybės struktūrų ir dinamikos aiškinimui bei humanistinės psichologijos teorijos, kurios akcentuoja subjektyvių išgyvenimų svarbą asmens pasaulėjautai. Psichologinių teorijų tarpe ypatingą vietą užima analitinė C.G. Jungo teorija, integruojanti savyje ir pakankamai diferencijuotą pašamonės sampratą, ir asmens santykio su pašamone analizę, ir gelminės transformacijos procesų prielaidas.

Asmenybės pokyčių analizė yra ypač aktuali šiam laikmečiui, kai keičiantis socialinėms ekonominėms struktūroms, santykiams ir atsiveriant kitų kultūrų poveikiui, globalių permainų integravimas kelia naujus iššūkius individui. Ar visuomeninės permaitos atveria naujas asmens augimo galimybes, ar kuria žmogui nepakeliamas frustracijos ir griauna psichologinį gerbūvį – atsakymas į šį klausimą daugeliu atveju priklauso ne tik nuo susiklosčiusių sąlygų, bet ir nuo individo psichologinių ypatumų bei jo paties vidinių pokyčių.

Analizuojant asmenybės pokyčius psichologijoje atskiriame du svarbius procesus: asmens raidą ir asmenybės transformaciją. Raida reiškia natūralius asmens augimo ir brandos procesus, transformacija (perėjimas iš vienos formos į kitą) – jau turimų psichinių darinių performavimą, perkeitimą, kurie yra svarbūs suaugusio žmogaus gyvenime.

Metodologiniu požiūriu visus habilitacijai teikiamus darbus vienija bendra užduotis – asmenybės procesų tyrimai, kurie nušviečiami postmodernizmo dvasioje. Tad neatsitiktinai pagrindinis visų tyrimų metodas yra atvejo analizė, talpinanti savyje sistemingą ir ilgalaikę tam tikro reiškio ir jo dinamikos analizę. Vertinant asmenybės pokyčius, ypač psichoterapinio poveikio perspektyvoje, yra svarbu ne tik objektyvus tam tikrų faktų konstatavimas, bet ir subjektyvus jų išgyvenimas, tad mūsų gautų rezultatų analizė grindžiama derinant kiekybinio ir kokybinio tyrimo principus.

Visus pateiktus darbus galėtume suskirstyti į keturias grupes pagal vyraujančią problematiką:

- Pirmoje grupėje analizuojami vidiniai veiksniai, nulemiantys asmenybės pokyčius. Pirmiausia tai darbai, kuriuose tiriama patologinių veiksnių įtaka asmenybės dinamikai.

Vėliau šių veiksmų analizė buvo plėtojama, atskleidžiant vidinių asmenybės darinių (kompleksų) prielaidas ir jų sąsajas su asmenybės pokyčiais.

- Antrajai darbų grupei taip pat būdinga gelminių prielaidų analizė, bet kartu siekiama įvertinti išorinių intervencijų (daugeliu atvejų psichoterapijos) poveikį.
- Trečioji grupė darbų analizuoja santykio svarbą psichologinio poveikio galimybei. Ši problema natūraliai iškilė tyrinėjant psichoterapijos procesą ir psichoterapijos veiksmingumo klausimus.
- Ketvirtoji darbų grupė apima ne konkrečių klinikinių psichologinių reiškinių tyrimus, bet yra nukreipta į kai kurių metodologinių klausimų nagrinėjimą. Atvejo analizės taikymas moksliniuose tyrimuose, kiekybinių ir kokybinių tyrimų derinimas klinikinėje psichologijoje – šie klausimai yra pakankamai nauji Lietuvoje, tad jų naudojimo galimybių aptarimas taip pat svarbus.

## Vidiniai veiksniai ir asmenybės transformacija

### *A. Psichinės ligos poveikis vidinei asmenybės organizacijai*

Pirmasis mokslinis darbas, kuriame tyrėme vidinių asmenybės darinių dinamiką, buvo daktaro disertacija „Sergančiųjų šizofrenija savęs vaizdo kitimas“, apginta 1993 metais. Jau šiame longitudinaliniame tyrime siekėme analizuoti asmenybės pokyčius ir juos lemiančius veiksnius. Rezultatai parodė, kad sergančiųjų šizofrenija savęs vaizdas susijęs su tapatumo krize, kad ligai progresuojant savęs vaizdas tampa labiau vienpusiškas, fragmentiškas ir nestabilus, kėlėme prielaidas apie Ego naudojamų vidinių mechanizmų projekcijos, susiliejimo, retrofleksijos svarbą, remdamiesi katamnestiniais duomenimis rekomendavome organizuojant pagalbą, integruoti psichosocialinės pagalbos priemones, kurios svarbios, kad sergantysis siektų atsitapatinti nuo ligoonio vaidmens, tuo būdu pats užkirsdamas kelią tolesnei regresijai.

Atlikto tyrimo išvados atspindėjo svarbius teorinius modelius, kurie buvo plėtojami ir kituose darbuose.

Patologinių veiksmų poveikis asmenybės dinamikai buvo tiriamas ir vėlesniuose darbuose, kuri analizuojama vidinių struktūrų ir jų sąveikų raiška, esant afekciniams sutrikimams (4). Ego stiprumas ir Ego naudojamų strategijų vertinimas yra aptariamas publikacijoje „Elgesio sutrikimus turinčių paauglių Ego funkcijos ir jų ryšys su įveikos strategijomis.“ Lyginant elgesio sutrikimus turinčių paauglių ir sveikų tiriamųjų Ego funkcijas paaiškėjo, kad Ego funkcijų susietumas gali būti reikšmingas diagnostikos veiksnys – atsižvelgiant į jį galime kelti prielaidas apie psichinio sutrikimo išreikštumą; kita vertus, Ego funkcijų vystymas ir jų derinimas gali būti svarbi psichoterapijos užduotis bei sėkmingo prisitaikymo sąlyga (6).

Patologinių veiksmų ir sąsajų su asmenybės funkcionavimu tyrinėjimas nėra tiesiogiai susijęs su asmenybės transformacija, kurią suprantame kaip asmenybės keitimąsi brandos prasme. Dalis šių tyrimų rezultatų atspindi asmenybės dinamiką regresijos linkme. Deja, tai irgi yra asmenybės pokytis, kurio analizė natūraliai kelia klausimą, kokios sąlygos yra svarbios, kad vykstantys pokyčiai vestų link asmenybės integralumo ir subjektyvaus gyvenimo kokybės jausmo.

### *B. Vidiniai struktūriniai dariniai ir jų dinamika*

Vidinių sąlygų, kurios nulemia asmenybės pokyčius, analizė buvo plėtojama ne tik tyrinėjant tam tikrų sutrikimų (kaip vidinių veiksmų) įtaką, bet taip pat ir atskleidžiant vidinius

struktūrinius asmenybės darinius, kurie iš esmės nulemia asmenybės dinamiką. Jeigu pirmieji darbai daugiau rėmėsi bendrąja psychopatologija, tai pastarieji tyrimai yra daugiau grindžiami teorinės paradigmos analize. Diferencijuojant vidinius struktūrinius darinius, daugiausia rėmėmės psychodinamine, o ypač analitine C.G. Jungo teorine paradigma. Toks žingsnis dera su bendrąja psychodinamine klinikinės psychologijos koncepcija, integruojančia ne tik psychikos sutrikimų dinamiką, bet taip ir procesus, kur vidinių pokyčių sąlygos yra ne tik liga, bet ir gelminės prielaidos apie vidinius darinius, jų dinamiką.

Teorinė kai kurių asmenybės vidinių darinių, jų dinamikos bei raiškos psychoterapiniame procese analizė yra daugiausia plėtojama dviejose publikacijose: knygoje „Įvadas į analitinę psychologiją“ ir monografijoje „Asmenybės transformacija, sapnuose, pasakose, mituose“. Pirmojoje analizavau analitinės psychologijos pateikiamą psychikos struktūrą ir dinamikos prielaidas ( ir klasikinėje, ir šiuolaikinėje analitinėje psychologijoje) (3, p.27-52). Antrojoje siečiau atskleisti ne tik C.G. Jungo ir jo pasekėjų išskirtas asmenybės vidinių darinių ir jų dinamikos archetipines prielaidas, bet taip pat analizavau Ego raidos dėsninumus ir Ego sąveikų plėtros archetipinį pagrindą (2, p.242- 262); Ego sąveikas su asmenine ir kolektyvine pasauline, Ego ir Šešėlio sąveikų atspindį simbolinėse raiškos formose (2, p.262- 276). Išskirtinę vietą minėtoje monografijoje užima moters ir vyro individuacijos procesų analizė, kur siekiama atskleisti gelmines lytinio tapatumo ir Ego santykio su lyties apspręstais vaidmenimis prielaidas. Yra atskirai analizuojami moters (2, p.276- 307) ir vyro (2, p.307- 332) individuacijos procesai ir pokyčių specifika. Minėtų vidinių darinių dinamika bei sąsajos su asmenybės transformacijos procesais buvo atskleisti remiantis analitinės psychologijos paradigma, kultūrinių šaltinių (kurių tarpe nemažą vietą užima ir lietuvių pasakų, dainų ir kitų šaltinių) analizė. Analizuojant konkrečią tam tikro archetipo ar komplekso raišką bei jų sąsajas su asmenybės pokyčiais rėmiausi savo psychoterapinių atvejų analize, kuri, viena vertus, iliustruoja minėtos teorijos pritaikomumą, o kita vertus, atskleidžia psychoterapinio pokyčio galimybes žymiai platesniame asmenybės ir istorijos kontekste.

Pats žodis „transformacija“ pažodžiui reiškia formos keitimosi procesą. C.G.Jungas transformaciją vadina „gelmių pasikeitimu“ (Jung,1928). Šiuolaikiniai autoriai pavyzdžiui M.Stein šį procesą vadina „judėjimu link visybiškumo“, „reikšminga pasaulinės struktūrų modifikacija“ (Stein, 2006). E. Whitmont akcentuoja adekvačių santykių tarp Ego ir pasaulinės užmezgimą, jų pozicijų reliatyvumo išsąmoninimą, besitęsiančius sąmonės pasaulinės bendradarbiavimo santykius (Whitmont, 1978).

Tyrinėdama transformacijos procesą, siečiau atskleisti gelmines šio proceso prielaidas, o taip pat ir subjektyvius transformacijos išgyvenimo momentus (2, p. 21- 57). Analizuojant

pastarąjį transformacijos aspektą be jau minėtos analitinės psichologijos, rėmiausi ir humanistinės psichologijos paradigmos autorių darbais.

Vienas iš svarbių transformacijos etapų (kurį galime vertinti ir kaip svarbią transformacijos sąlygą) yra *transformacijos pasirinkimas*. Humanistinėje paradigmoje yra ypatingai akcentuojama asmens sąmoningo pasirinkimo svarba. Sąmoningas pokyčių kelio pasirinkimas yra svarbus asmenybės integruotumui, brandai ir subjektyviam laisvės išgyvenimui. Asmens gebėjimas priimti save ir gyvenimą, kaip nesibaigiantį procesą; gebėjimas surasti palaikymo šaltinius savyje, keliant vis mažesnius reikalavimus aplinkiniams; gebėjimas rinktis pasikeitimų kelią (tuo pačiu nežinomybę ir riziką) ir vertinti pačią patirtį (o ne rezultatus), atrodo yra svarbios sąlygos subjektyviam laisvės išgyvenimui. Tačiau ir atskirų individų, ir visuomeninių procesų analizė rodo, kad šis pokyčių kelias nėra toks sėkmingas, kaip norėtume ir atrodo, kad vien sąmoningo pasirinkimo nepakanka.

Mėgindama giliau suprasti asmenybės pokyčių galimybę monografijoje siekiau atskleisti šio sudėtingo proceso *struktūrą ir turinį*.

Lyginant šiuolaikinių autorių studijas ir senųjų iniciacijos ritualų aprašymus, aiškėja, kad aprašomų procesų struktūra ir išskiriamos fazės yra panašios, tačiau skiriasi aprašomo proceso turinys ir kalba.

Analitinio proceso metu transformacija vyksta per archetipinių struktūrų konsteliaciją ir jų dinamiką, kai yra atitinkamas laukas tarp analitiko ir analizuojamojo. Toks buvimas kartu, kai pradeda skleisti pasąmoninės gėlmės ir jos yra adekvačiai priimamos, dar vadinamas ”įgalinančios erdvės sukūrimu,“ kurioje gali aktualizuotis naujos galimybės, buvusios pasąmonėje, svarbios individo Savasties realizacijai ir visam individuacijos procesui. Vaizdiniai ir idėjos, išskylantys iš pasąmonės klodų, meta iššūkį Ego ir senųjų kompleksų struktūroms. Būtent šioje būsenoje yra didžiausia transformacijos galimybė. Kompensuojantys archetipiniai vaizdiniai ir energijos įeina į sąmonės lauką ir pradeda kurti naujas struktūras, pakeičiančias senuosius patyrimo būdus.

Pats senųjų struktūrų ištirpimas gali būti gąsdinantis ir dezorientuojantis dalykas. Sėkminga asmenybės transformacija gali vykti tik tada, kai yra tokie analizuojamojo ir analitiko santykiai, kurie leidžia saugiai patirti naujus santykius su savimi, su aplinka, su pasąmonės struktūromis, iš kurių ryškiausias yra Savasties archetipas.

Kita analitinio proceso dalis, kurioje vyksta ”gėlių pasikeitimai“ ir yra transformacijos esmė - tai naujų psichinių struktūrų iškilimas ir jų pritaikymas išoriniam gyvenimui. C.G.Jungas tai aprašo kaip psichinės energijos regresą į pasąmonę ir dėl to tam tikrą išorinio gyvenimo apmirimą. Po energijos regresio turėtų sekti progresas arba vėl sugrįžimas į juslėmis



apčiuopiamą gyvenimą. Tai naujo vidinio patyrimo sintezė. Psichinės energijos transformaciją rodo sapnai, pakitę santykiai, pakitęs elgesys, požiūris, patyrimas.

Taigi, analitinėje psichologijoje transformacija reiškia ryšio su kolektyvine sąmone užmezgimą. Tie ryšiai gali būti ir priimančio, ir konfrontacinio pobūdžio. Ir vienu, ir kitu atveju tai didėjančio asmens sąmoningumo ir išsilaisvinimo iš kolektyvinės sąmonės autonomiškos galios galimybė.

Taigi, Ego ir Savasties ryšių atkūrimas yra pagrindinis ir transformacijos, o taip pat ir psichoanalizės tikslas. Savasties sąvoka yra dažnai naudojama šiuolaikinėje psichologijoje, priskiriant šiai sąvokai žymingą asmenybės branduolio ar psichinio funkcionavimo centro funkciją (Kohut, 1976; Jacoby, 1995; McWilliams, 2003). Kadangi Savasties samprata ir taikymas klinikinėje praktikoje gana miglotas tai vienoje iš savo studijų "Savasties fenomenologijos prielaidos ir sąsajos su emocine savireguliacija" siekėme atskleisti įvairių autorių prielaidas apie Savasties fenomenologiją, Savasties ir Ego ryšius bei ieškoti sąsajų su afektinės integracijos sunkumais (5).

**Publikacijos :**

1. Gudaitė G. Asmenybės transformacija sapnuose, pasakose, mituose. Monografija. Vilnius: Tyto Alba, 2001.
2. Gudaitė G. Psichikos struktūra ir dinamika. *„Įvadas į analitinę psichologiją“* Vilniaus universiteto leidykla, 2002, p.24-52.
3. Bakanaitė V., Gudaitė G. Sergančiųjų depresija skyrybų išgyvenimo ir įveikimo ypatumai. *Mokslo darbai. Socialinis darbas*, 2003
4. Gudaitė G. Butkus G. Savasties fenomenologijos prielaidos ir sąsajos su emocine savireguliacija. *Sveikatos mokslai*, 2006, Nr.1-2
5. Kalpokienė V., Gudaitė G. Elgesio sutrikimus turinčių paauglių Ego funkcijos ir jų ryšys su įveikos strategijomis. *Psichologija. Mokslo darbai*. 2007 Nr.35 p.42- 54.

## Išorinės intervencijos ir vidinė asmenybės dinamika

Išorinių intervencijų poveikio vertinimas yra dažna klinikinio psichologinio tyrimo užduotis, kuri ypač aktuali dabar, kai plėtojamas psichosocialinių pagalbos būdų taikymas. Taikomų priemonių veiksmingumo vertinimas tampa pagrindiniu kriterijumi, į kurį atsižvelgiama planuojant įvairaus lygio pagalbos sistemas. Intervencijų veiksmingumo vertinimas svarbus ne tik sprendžiant praktines užduotis, bet ir plėtojant teorines asmenybės pokyčių prielaidas. Pastaruoju metu analizuojant intervencijų poveikį kreipiamas dėmesys ne tik į gydymo rezultata (nors jis irgi svarbus), bet ir į išgijimo procesą. Nors kartais tyrimais ir siekiama parodyti vienos ar kitos psichoterapinės krypties pranašumą kitos atžvilgiu, tačiau pastaraisiais dešimtmečiais yra akivaizdžios psichoterapinio poveikio integracijos tendencijos (O'Brien, Houston, 2000); (1).

Habilitacijos procedūrai yra pateikti mūsų tyrimai, kuriuose analizuojame traumos išgijimo procesus. Lietuvos mokslininkai skiria daug dėmesio traumos psichologijai, kurią sudaro ir traumos diagnozavimo klausimai, jos sukeltų padarinių analizė ir psichoterapija (Gailienė, 2008). Šis dėmesys neatsitiktinis, nes traumos padariniai neretai reiškiasi įvairiomis destrukcijos formomis: suicidiniu elgesiu, nekontroliuojama agresija ar smurtu, sutrikusia adaptacija ir kita. Šiame kontekste mūsų tyrimai pasižymi tuo, kad jais siekiame atskleisti gelmines trauminės patirties prielaidas. Vienas iš sunkiausių traumos įveikos aplinkybių yra tai, kad trauminis patyrimas (o kartu ir destruktivus elgesys) turi tendenciją kartotis. Savo tyrimais siekėme geriau suprasti gelmines asmenybės struktūras ir jų poveikį elgesio motyvacijai, tuo būdu ir mažinant traumos poveikio autonomiškumą.

Savo darbuose remdamiesi C.G. Jungo analitine psichologija, toliau plėtojame jo iškeltas teorines pašąoningųjų struktūrų kompleksų prielaidas. Nors pats C.G.Jungas santykinai ne daug dėmesio skyrė traumų psichologijai, tačiau jo idėjos apie pašąonėje inkapsuliuotą emocinę patirtį yra pritaikomos trauminių išgyvenimų supratimui (Kalsched,1996). Vidinis traumos vaizdas, pasireiškimo įvairovė ir dinamiškumas kelia daug klausimų apie traumos sukeltų padarinių įveiką. Publikacijose yra aptariamos atskirų kompleksų sąsajos su trauminiais išgyvenimais.

Analizuojant paauglių, patyrusių seksualines traumas, gelmines trauminių padarinių prielaidas, paaiškėjo, kad daugumai tiriamųjų būdingas vadinamasis neigiamas motinos kompleksas, kuris reiškia ne tik sudėtingus ankstyvuosius santykius su motina, bet taip pat ir sudėtingus, dažnai prastai diferencijuotus vidinius santykius, o tuo pačiu ir siauras trauminių padarinių įveikos galimybes (4).

Minėtoje publikacijoje, buvo daugiau analizuojama kompleksai ir traumos susiję su asmenine patirtimi. Konceptualizuojant trauminę patirtį analitiniu požiūriu yra keliamos prielaidos ir apie kultūrinius kompleksus bei traumas, susijusias su visuomeniniais (dažnai politiniais) įvykiais. Šios problemos ypač aktualios vadinamiesiems postsovietiniams kraštams, kur chroniškas traumavimas reiškėsi ne tik individualiu, bet grupiniu ar kultūriniu lygmeniu ( Gailienė, 2008),(2,3).

Nežiūrint trauminio patyrimo kilmės, vienas iš esminių klausimų yra trauminių padarinių įveika. Sutariama, kad psichoterapija ir psichologinio poveikio priemonės yra svarbios traumos padariniams įveikti - praktikoje tai dažnai ir daroma. Tačiau mokslinių studijų, kur būtų analizuojamas ilgalaikis trauminių padarinių terapinis procesas, o tuo pačiu ir atitinkamų asmenybės pokyčių fenomenologija, turime nedaug.

Kokios yra ilgalaikės psichoterapijos galimybės, įveikiant ilgalaikius politinių traumų padarinius?

Šie klausimai buvo tyrinėjami pasitelkus ilgalaikės psichoterapijos atvejų analizę. Duomenys pateikiami straipsnyje “Ilgalaikiai politinių traumų padariniai ir analitinis procesas”. Analizavome tris ilgalaikės analitinės psichoterapijos atvejus, kurių trukmė daugiau nei tris metai. Atvejo analizei buvo naudojama psichoterapinių sesijų įrašai, klientų istorinė medžiaga, taip pat daug dėmesio skirta sapnų serijoms ir atitinkamų asociacijų analizei (2,3).

Tyrimai parodė, kad nors pradiniam psichoterapijos etape pirminiai klientų skundai nebuvo siejami su politinių traumų padariniiais, tačiau ilgalaikės analizės procese ryškėjo faktai, kurie liudijo apie gyvenime patirtas politinio pobūdžio traumuojančias sąlygas. Jų pasirodymas buvo akivaizdžiai nuspalvintas intensyviais ir besikartojančiais emociniais išgyvenimais, kurie vis grįždavo sapnuose, prisiminimuose, asociacijose. Išaiškėjo, kad klientų gyvenimas buvo susijęs su politinėmis represijomis, kurios buvo vykdomos Baltijos šalyse po Antrojo pasaulinio karo. Reflektuojant minėtus faktus, atkreipė dėmesį tai, kad apie juos klientai žinojo miglotai, o emociniai išgyvenimai buvo menkai diferencijuoti. Atrodo, kad apie traumuojančius politinius įvykius šeimoje vengta kalbėtis, nekalbant jau apie išgyvenimų pasaulį. Matyt, tai buvo susiję su išgyvenimo strategija, kurios esmė slėpti savo tikrąsias reakcijas ir įsitikinimus tam, kad pats /pati netaptum auka.

Plėtojantis psichoterapiniam procesui bei atidžiai analizuojant simbolinę medžiagą, palaipsniui pavyko atkurti traumuojančias sąlygas ir subjektyvius jų išgyvenimus. Besikartojantys sapnų epizodai ir asociacijų analizė vedė į tokius išgyvenimus, kurie buvo susiję su mirties grėsme, su įkalinimo situacijomis, su nekontroliuojama agresija ir skausmo baime. Šiuos sapnus vertiname kaip traumos sapnus, nes jų manifestuojančiame turinyje matėme

prievartos grėsmę, pačią prievartą arba prievartos padarinius (visi šie požymiai būdingi traumos išgyvenimo fenomenologijai). Asociacijos leido kelti hipotezes, kad tam tikra nuslopinta (inkapsuliuota) patirtis buvo susijusi ne tik su asmeninių poreikių frustracija, bet ir su šeimos ar krašto istorija. Auka buvo ne tik sapno ego, bet ir kažkas kitas – vaikas, talentingas menininkas, motina ir t.t.

Analizuojant Ego, aukos ir agresoriaus sąveikas išryškėjo, kad psichoterapijos pradžioje, Ego, sąveikaudamas su agresoriumi naudoja daugiau gynybinius būdus, kuriems būdinga susitikimo išvengimas, slėpimasis ar prisitaikymas prie grupės. Šioms strategijoms bendra tai, kad asmuo užima išoriškai pasyvią poziciją (būti nematomu), kuri gali būti tinkama, kai yra reali grėsmė ir kai asmeniui pats svarbiausias yra išlikimo poreikis. Šie būdai tampa nebeadaptyvūs, jeigu situacija yra palanki kitų poreikių (pavyzdžiui, saviraiškos ar saviaktualizacijos) įgyvendinimui.

Vėlesniuose psichoterapijos etapuose iškilo sapnai ir vaizdiniai epizodai, kur Ego tapatumas buvo siejamas su aktyvesne pozicija, kur sąveikos su agresoriumi buvo orientuotos į susitikimą, kartais konfrontaciją, kartais pačio agresoriaus transformaciją. Atrodo, kad psichoterapija buvo svarbus veiksnys trauminės patirties integravimo procese. Gebėjimas konfrontuoti, savo asmeninės agresijos integravimas, geresnis identiškumo jausmas bei asmeninės galios pajautimas – tai tik dalis tų asmenybės pokyčių, kurie išryškėjo mūsų tyrime. Analizuojant ir objektyvius faktus, ir subjektyvias refleksijas, aiškėjo, kad pasaulis (ir išorinis, ir vidinis) tapo aiškesnis ir mažiau grėsmingas, kad radosi daugiau galimybės santykių plėtojimui.

Santykių plėtotės svarba ir kiti psichoterapijos veiksmingumo kriterijai aptariami kituose darbuose, kur pagrindinis dėmesio objektas yra santykio psichologija.

## Publikacijos:

1. Gudaitė G. Geštaltinė terapija ir C.G.Jungo analitinė psichologija grupinėje praktikoje. *Grupinė psichoterapija Lietuvoje: teoriniai modeliai ir jų taikymas*. Sudarė R. Kočiūnas, Vilnius: Via Recta, 1999, p.73-91 .
2. Gudaitė G., Sovietinių traumų padariniai ir analitinis procesas. *Sunkių traumų psichologija: politinių represijų padariniai*. Sudarė D.Gailienė. Vilnius, Lietuvos gyventojų genocido ir rezistencijos tyrimo centras, 2004, p.127-150.
3. Gudaitė G. Psychological Aftereffects of the Soviet Trauma and the Analytical Process. *The Psychology of Extreme Traumatization: The Aftermath of Political Repression*.(ed).D. Gailienė. Vilnius: Akreta, 2005. p.67-108.
4. Grigutytė N., Gudaitė G. Seksualinės prievartos traumos padariniai ir jų sąsajos su traumos įveikos strategijomis paauglystėje. *Visuomenės sveikata*, 2009/1/44 p.56-69.

## **Santykis ir pokytis psichoterapijoje**

### *A. Santykio veiksmingumas psichoterapijoje*

Nepriklausomai nuo laikmečio ir psichoterapinės krypties, psichoterapeuto ir kliento santykiai visada yra traktuojami kaip pagrindinis terapinis veiksnys, o tarpasmeninių santykių sutrikimai yra viena svarbiausių priežasčių aiškinant psichologinių sunkumų kilmę. Nors ilgą laiką moksliniuose tyrimuose buvo siekiama surasti ir pagrįsti vienų ar kitų psichoterapinių metodų veiksmingumą, pastaruoju metu vis daugiau akcentuojama psichoterapinio santykio tyrinėjimo svarba. Diskutuojama, kas svarbiau - psichoterapijos metodas ar psichoterapinis santykis- ir dažnai pripažįstama, kad žmogų gydo ne geri metodai, bet geras santykis.

Šiuolaikinėje klinikinėje psichologijoje jau keletas dešimtmečių plėtojami psichoterapijos tyrimai, kurių viena iš pagrindinių užduočių yra įvertinti psichoterapijos efektyvumą ir jį lemiančius veiksnius (Gelso, Hayes 1998; O' Brien, Houston 2000; Norcross 2002, Lambert, Archer 2006; Kazdin, 2006). Analizuojamos psichoterapeutų savybės ir gebėjimai, kurie turi reikšmės efektyvaus santykio formavimuisi. Nurodoma, kad psichoterapinio santykio susidarymui svarbiausi yra tokie psichoterapeuto gebėjimai: empatija, besąlygiškas priėmimas, gebėjimas būti objektu perkėlimo reakcijoms, gebėjimas konkretinti situaciją, tinkamas metodų taikymas, nuoširdumas, šiluma ir kita.

Šie gebėjimai yra svarbūs, kaip santykio kūrimo sąlyga, bet jų analizė yra tik dalis šio sudėtingo reiškinių. Mes savo darbuose siekėme visybiškai analizuoti psichoterapinių santykių visumą, išskiriant santykio formavimosi sąlygas, procesą ir terapinį poveikį lemiančius mechanizmus. Habilitacijai procedūrai pateiktose publikacijose ieškome atsakymų į šiuos klausimus.

Kokia yra psichoterapinių santykių samprata ir specifika? Koks yra psichoterapeuto vaidmuo kuriant šiuos santykius?

Ką ir kaip turėtume tirti, planuojant psichoterapinių santykių mokslinius tyrimus? Kaip operacionalizuoti konkrečias tyrimo užduotis ir kokius tyrimo metodus taikyti, kad atskleistume ir įvertintume šio nepaprastai svarbaus veiksnio įtaką? (1,2,3)

### *B. Psichoterapinių santykių samprata ir specifika*

Psichoterapinių santykių samprata ir jų dinamikos aiškinimas paprastai priklauso nuo teorinės paradigmos, kurios kontekste jie analizuojami. Nežiūrinti interpretavimo įvairovės, dauguma autorių sutinka, kad psichoterapiniai santykiai - tai unikalų individų įsitraukimas į psichoterapijos procesą, kurio tikslas yra kliento psichologinio gerbūvio siekimas. Šis tikslas

gali apsiriboti simptomų įveika, bet gali apimti platesnius ir gilesnius psichinius pokyčius: elgesio būdų modifikavimą ir jų motyvacijos išsąmoninimą, emocinės savireguliacijos atkūrimą ir emocinės saviraiškos plėtrą, geresnį savęs pažinimą ir savasties atskleidimą ir kita. Psichoterapijos tikslai, o ir psichoterapinių santykių turinys labai priklauso nuo kliento (taip pat ir nuo psichoterapeuto) ankstesnės tarpasmeninių santykių patirties ir jų vidinių reprezentacijų, priklauso nuo dalyvių individualių skirtumų, nuo konkrečios problemos, dėl kurios klientas kreipėsi pagalbos; nuo psichoterapeuto sistemingo santykių dinamikos stebėjimo, jų mechanizmų supratimo ir gebėjimo šį supratimą panaudoti santykių plėtrai, kliento išgijimo ir brandos procesams (1).

Moksliniuose tyrimuose, analizuojant psichoterapinius santykius, siekiama diferencijuoti psichologines kategorijas, kurias naudojant apibrėžiami santykiai ir numatomos tyrimo užduotys. Literatūros šaltiniuose dažnai minimas Gelso ir Carters operacinis apibrėžimas, kuriame psichoterapiniai santykiai yra jausmai ir požiūriai, kuriuos išgyvena ir išreiškia vienas kitam terapeutas ir klientas (Gelso, Hayes 1998, Norcross, 2002). Šiame apibūdinime nurodomos trys pagrindinės psichologinės kategorijos, kurios gali būti tyrimo objektu: jausmai, požiūriai ir jų išraiška. Planuojant tyrimus ar analizuojant psichoterapinę praktiką, svarbu suprasti, kad santykių išraiška yra įvairialypė, ji apima ne tik žodžius, bet ir įvairias nežodines išraiškos formas, metaforas, simbolius.

Psichoterapiniai santykiai nėra įprasti tarpasmeniniai santykiai. Skiriasi šių santykių tikslas, turinys ir organizacija, bei dalyvujančių santykyje atsakomybės.

Pirma, psichoterapiniai santykiai yra terapinė priemonė, skirta asmeni, kuris kreipėsi psichoterapinės pagalbos, išgijimui ar brendimo procesams skatinti.

Antra, šiame santykyje psichoterapeutas, atsižvelgdamas į kliento reikmes, naudoja tinkamas psichologinio vertinimo ir poveikio formas, kurios modeliuoja santykio struktūrą ir padeda pasiekti anksčiau minėtus tikslus.

Trečia, psichoterapeutas asmeniškai dalyvauja santykyje, tačiau šis dalyvavimas iš esmės nukreiptas kliento poreikių. Tam, kad psichoterapeutas tinkamai įvaldytų santykio fenomenologiją ir kad galėtų ją naudoti kaip terapinę priemonę, jis turi mokytis atitinkamų įgūdžių, žinių ir terapinio išitraukimo būdų (2).

### *C. Psichoterapinių santykių vertinimo problema*

Ką ir kaip turėtume vertinti, kad atskleistume santykio terapiškumą? Terapiniai santykiai yra sudėtingas ir daugialypis reiškinys, kuriame labai svarbu ne tik objektyvūs faktoriai, bet subjektyvių išgyvenimų svarba, tad operacionalizuojant tyrimo užduotis, svarbu



geras teorinių žinių integravimas, o parenkant metodus ir analizuojant rezultatus, ypač svarbu kokybinė jų analizė (Straus, Corbin 1998; Copley, 2002). Išskyrėme, kad psichoterapinių santykių vertinimas apima tokias sritis:

#### 1. Psichoterapinių santykių formavimosi sąlygos.

Apibendrinus literatūros ir ilgalaikės psichoterapijos atvejų analizę nustatėme, kad santykių kūrimo sąlygoms galima priskirti ne tik konkrečias fizines organizacines santykio formavimo aplinkybes (praktinis lygmuo), bet ir psichologines abiejų dalyvių savybes (stabilių charakteristikų lygmuo, dar gali būti vadinamas tipologiniu lygmeniu) bei struktūrinius dinaminis asmenybės ypatumus (psichodinaminis lygmuo).

Klinikinių ir psichologinių asmenybės parametrų įvertinimas yra svarbus psichoterapinių santykių formavimui ir paprastai atliekamas, remiantis tradiciniais klinikinio psichologinio vertinimo metodais: stebėjimu, interviu, skalėmis, klausimynais. Tačiau šie vertinimai atskleidžia tik svarbias besiformuojančio santykio sąlygas, tačiau pačių santykių, deja, neatspindi. Patirtis rodo, kad ir tiksliai nustačius diagnozę, ir įvertinus asmenybės tipą ir sąrangos ypatumus, psichoterapinis santykis vystosi toli gražu ne pagal numatytą schemą. Todėl analizuojant psichoterapinių santykių psichologiją, yra labai svarbu vertinti ne tik sąlygas, bet santykio struktūrą bei procesus (jų mechanizmus ir turinį), kuriuose paprastai yra įtraukti abu dalyviai - ir klientas, ir psichoterapeutas (2, 4, 5).

#### 2. Psichoterapinių santykių struktūra.

Vienas iš būdų analizuoti santykio struktūrą yra psichoterapinių santykių lygių diferenciacija, kuri yra grindžiama skirtingu santykių įvykių prasmės aiškinimu. Yra skiriamas *realusis* santykių lygmuo – čia santykių įvykiai interpretuojami tiesiogiai, remiantis akivaizdžiais faktais. Ir vadinamasis *perkėlimo* lygmuo, kur santykių įvykiai aiškinami, siekiant atskleisti pasąmonėje glūdinčias jų reikšmes (2).

Perkėlimas - tai kliento iškreiptas terapeuto suvokimas, įtakotas kliento vidinių struktūrų ir praeities, apimantis jausmų, požiūrių ir elgesio būdų perkėlimą iš praeities reikšmingų santykių į psichoterapeutą (Gelso, Hayes 1998). Tai reiškia, kad dalis elgesio, minties ar vaizdinio prasmų nėra aiškios, nes jų prasmės yra paslėptos praeities patyrimo, kurio atkūrimas ir modifikavimas terapiniame santykiuje ir suteikia gydantį poveikį. Šią prielaidą pirmiausia kėlė psichoanalizės atstovai ir nors dėl interpretacijų šališkumo sulaukė daug kritikos, tačiau pati santykio turinio daugiaprasmiškumo idėja yra pripažįstama ir šiuolaikinių mokslininkų, ir praktikų. Savo publikacijoje mes pateikiame apibendrintą perkėlimo reiškinio analizę, kurioje siekėme atskleisti kriterijus, kurie padeda atskirti šiuos du santykių lygmenis. Suvokimo

iškreiptumas, vengiantis elgesys, emocinių reakcijų netinkamumas – tie ir kiti kriterijai gali būti naudojami siekiant diferencijuoti realųjį ir perkėlimo santykių lygmenį.

Realusis santykio lygmuo kai kuriose psichoterapijos kryptyse buvo vertinamas kaip svarbiausias terapinis veiksnys (Pavyzdžiui, Aš- Tu santykio išgyvenimas geštaltinėje psichoterapijoje). Šis lygmuo yra reabilituojamas ir šiuolaikinėje psichodinaminėje psichoterapijoje, o taip pat tampa ir mokslinių tyrimų objektu. Skirtingai nei analizuojant pasąmoninguosius reiškinius, realiajame lygmenyje psichoterapeutas yra pakankamai aktyvus dalyvis, suteikiantis ir tinkamą grįžtamąjį ryšį, ir palaikantis pokalbio iniciatyvą, ir, jei reikia, pasakantis savo nuomonę. Realusis santykių lygmuo dažniausiai yra apibūdinamas tokiomis psichologinėmis kategorijomis: suvokimo ir reakcijų realistiškumas, nuoširdumas, kuris anot Gelso ir Carter yra “gebėjimas ir noras būti tuo kuo iš tikrųjų esi santykiyje”, autentiškumas, atvirumas, sąžiningumas.

Realaus ir perkėlimo santykio lygmens atskyrimas yra svarbus, siekiant suprasti santykių turinį ir psichoterapeuto funkcijas jame. Kai analizuojame perkėlimo lygmenį, psichoterapeutui priskiriamas objekto, projekcijų nešėjo vaidmuo, tad santykių procesų turinys iš esmės yra nulemtas paciento patirties (Jacoby, 1989). Tuo tarpu, kai kalbame apie realųjį santykių lygmenį, psichoterapeutas nebėra tik objektas ar priemonė, atliekanti pacientui svarbias funkcijas, bet taip pat santykių turinyje gali pasireikšti ir psichoterapeuto asmeninė patirtis.

Psichoterapinių santykių struktūros ir turinio tyrimai yra sudėtingi, nes terapinis santykis yra dviejų asmenų susitikimas, kurio supratimas yra subjektyvus. Tyrimai rodo, kad santykio esmę klientas ir terapeutas gali suvokti skirtingai (O’ Brien, Houston, 2000), tad organizuojant terapinių santykių tyrimus reikia išmanyti ir tinkamai taikyti kokybinių tyrimų metodologiją. Psichoterapijos tyrimų analizė rodo, kad psichoterapijos santykiai dažniausiai yra analizuojami retrospektyviai, pasitelkiant atvejo analizę, pusiau struktūruotą interviu, o taip pat daug dėmesio skiriant netiesioginėms santykio išraiškos formoms: nežodiniam elgesiui, metaforoms, simboliams.

#### *D. Santykių pokyčių vertinimas ir psichoterapijos veiksmingumas*

Asmenybės santykių kokybės vertinimas yra svarbus asmenybės sutrikimų diagnostikai, o jų pokyčiai yra vienas lemiamų veiksmingos psichoterapijos veiksnių. Tai ypač pasakytina apie ilgalaikę psichoterapiją, kur santykių pokyčiai gali būti vertinami kaip veiksmingos psichoterapijos kriterijus.

Analizuojant asmenybės santykius psichoterapijoje, atskiriami asmens išoriniai santykiai (jų raiška apima ryšius su išoriniu pasauliu) ir vidiniai santykiai, kurie atspindi

struktūrinę psichinio pasaulio organizaciją. Pastarieji sunkiai prieinami objektyviam vertinimui, yra prielaidų lygmens, skirtingai traktuojami priklausomai nuo teorinės paradigmos. Kokie bebūtų skirtumai aiškinant vidinių santykių mechanizmus, visų psichoterapijos krypčių autoriai vieningai pripažįsta, kad asmens vidinių santykių įsisąmoninimas yra svarbi sąlyga, įgalinanti santykių (vidinių ir išorinių) keitimąsi ir išgijimo procesą. Tačiau vėlgi kyla ir kaip turėtume tirti, kad atskleistume šio sudėtingo reiškimo esmę?

Vienas iš svarbiausių veiksnių, nuo kurio priklauso santykio kokybė, yra dalyvaujančių santykyje tapatumo klausimas.

Bendrojoje psichologijoje ir psichoterapijoje asmens tapatumas dažniausiai apibūdinamas kaip tam tikro vaidmens sau priskyrimas. Analitinėje psichologijoje neatmetama socialinio vaidmens svarba, tačiau taip pat keliamos gelminio tapatumo prielaidos. Gelminis tapatumas reiškia ne tik išorinio vaidmens sau priskyrimą, bet ir tapatinimosi su sąsąmonėje esančiais dariniais (kompleksais ir archetipais) išgyvenimą (Jung, 1954, Kast, 1992).

Analizuojant literatūrą, vis dėlto susidaro įspūdis, kad nors ir daug kalbama apie gelminio tapatumo svarbą, tapatinimo - atsitapatinimo santykių analizei psichoterapijoje skiriama mažai dėmesio. Kaip išgyvenamas gelminis tapatumas, ir kaip jis keičiasi psichoterapijos procese – šie klausimai nėra pakankamai analizuoti.

Atlikome tyrimus, kur analizuodami ilgalaikės psichoterapijos atvejus siekėme atsakyti į klausimus:

Kaip gelminio tapatumo išgyvenimas susijęs su santykiais (vidiniais ir išoriniais)?

Kaip keičiasi gelminis tapatumas ir asmenybės santykiai ilgalaikėje psichoterapijoje?

Mūsų tyrimai parodė, kad parodė, kad analizuojant gelminio tapatumo sąsajas su santykiais yra svarbu ne tik tai, kokias psichologines savybes asmuo sau priskiria, bet ir tai, kaip jas subjektyviai išgyvena (6). Pavyzdžiui, jei asmuo ir įsisąmonina, savojo bejėgiškumo jausmą, to nepakanka, kad galėtų nuo jo atsitapatinti. Psichoterapijoje ieškoma formų šiai patirčiai talpinti. Mūsų psichoterapinė patirtis parodė, kad vaizdiniai gali būti šiomis formomis. Jie yra ne tik svarbi priemonė santykiams suprasti, bet ir jiems transformuoti. Vaizdinio suradimas, formos tam tikrai savo psichinei energijai suteikimas, konkretaus vardo suradimas yra labai svarbūs, nes sudaro galimybę užmegzti santykį, kuris tikėtina gali keisti turinį.

Gelminis tapatumas yra susijęs su klausimu, koks yra santykis su duotybe, su ankstyvąja patirtimi, kurie nepriklauso nuo individo valios, bet neabejotinai veikia individo gyvenimą. Atvejo analizė parodė, kad psichoterapiniame procese daug vietos užėmė šių santykių plėtotė - viena vertus, buvo labai svarbu įsisąmoninti ir surasti tam tikras formas nepalankiems stygiaus ar traumos išgyvenimams, kita vertus paraleliai taip pat svarbu siekti atskleisti tas pozityvias

duotybes, kurios egzistuoja istorijoje, kultūroje ar religijoje. Vaizdinių iškilimas leidžia konkretizuoti šią patirtį ir atitinkamai formuoti su ja santykį (3).

Ir šios, ir ankstesnių publikacijų tyrimai parodė, kad psichoterapijos metu keičiasi asmens gelminis tapatumas ir santykių sistema. Žymiai išsiplečia išorinių santykių pasaulis, pačiam individui tampa aiškesni ir labiau diferencijuoti vidiniai santykiai. Psichoterapijos metu atsikleidžia daugiau gelminio tapatumo formų, plečiasi tapatinimosi ir atsitapatinimo įgūdžiai, kurie reiškia ir stipresnį Ego bei aiškesnį realybės matymą, didesnį lankstumą ir kūrybiškumą bei didesnę pasirinkimo laisvę. Jeigu terapijos pradžioje dominavo tokie santykių mechanizmai, kurie vedė link izoliacijos jausmo, terapijos pabaigoje radosi daugiau santykių būdų, kurie stiprino įsitraukimo ir dalyvavimo gyvenime jausmą.

Šie tyrimai gali išplėsti psichoterapijos veiksmingumo kriterijų spektrą. Psichoterapijos veiksmingumas gali būti apibūdinamas ne tik vertinat galutinį šio procesą rezultatą, bet ir dinamiškąsias psichoterapijos proceso charakteristikas. Santykių pokyčiai, geresnė jų diferenciacija, gebėjimas įsitraukti ir atsiskleisti, savojo tapatumo susiejimas su modeliuojamu santykiu, šios ir kitos psichologinės kategorijos gali būti ir tyrimų objektu, ir veiksmingos psichoterapijos kriterijumi.

## Publikacijos:

1. Gudaitė G. Psichoterapinių santykių specifika ir jų sklaida. *Santykis ir pokytis: gelminės psichoterapinių ryšių prielaidos*. Kolektyvinė monografija, sudarė G.Gudaitė. Vilniaus universiteto leidykla, 2008 p. 38-75.
2. Gudaitė G. Psichoterapinių santykių samprata ir vertinimas. *Santykis ir pokytis: gelminės psichoterapinių ryšių prielaidos*. Kolektyvinė monografija, sudarė G. Gudaitė. Vilniaus universiteto leidykla, 2008 p.17-38.
3. Rukšaitė G., Gudaitė G. Asmenybės santykiai ir gelminio tapatumo pokyčiai ilgalaikėje psichoterapijoje. *Santykis ir pokytis: gelminės psichoterapinių ryšių prielaidos*. Kolektyvinė monografija, sudarė G. Gudaitė. Vilniaus universiteto leidykla, 2008 p.75- 101.
4. Gudaitė G. Tyrimo problema ir užduoties formulavimas. *Klinikinis psichologinis vertinimas: užduotys ir taikymo principai*. Vilniaus universiteto leidykla, 2007 p.39-51.
5. Gudaitė G. Metodų parinkimas ir klinikinio psichologinio vertinimo specifika *Klinikinis psichologinis vertinimas: užduotys ir taikymo principai*. Vilniaus universiteto leidykla, 2007 p. 53- 79.

## Atvejo analizė ir asmenybės pokyčių vertinimo problemos

Metodologiniu požiūriu habilitacijos procedūrai pateiktus darbus vienija atvejo analizės naudojimas.

Atvejo analizė - tai vienas iš seniausių klinikinės psichodiagnostikos būdų, kuriuo naudojantis buvo atskleista daug asmenybės psichinio funkcionavimo prielaidų. XX amžiaus pradžioje sėkmingas atvejo analizės naudojimas leido pagrįsti svarbias psichoanalizės ir raidos psichologijos prielaidas (Ellenberger, 1970). Šiuolaikinėje klinikinėje psichologijoje atvejo analizė yra svarbiausias būdas psichoterapijos veiksmingumo ir kitų intervencijų poveikiui įvertinti (Haynes, 1993; Anderson, Kim 2005). Yra nuomonių, kad atvejo analizė klinikinėje praktikoje yra tyrimų branduolys. Patologija per daug įvairi, kad būtų galima surinkti tinkamą imtį, kuri galėtų reprezentuoti tą grupę. Būsenos keitimosi spektras, priklausomybė nuo gydytojo ir kitų santykių, daug nežinomų kintamųjų apsunkina validumo ir patikimumo klausimus, kurių pagrindimas pagal statistinį vidurkį tampa labai abejotinas.

Tačiau atvejo analizė, nors ir visuotinai pripažįstama, yra ir vienas iš problemiškesnių tyrimo būdų, dažnai kritikuojamas, nes neatitinka tradicinių reikalavimų, keliamų moksliniams tyrimams. Atvejo analizė kritikuojama dėl nepakankamo išvadų pagrįstumo ir dėl to, kad vertinant rezultatus yra per daug subjektyvumo, neaiškūs patikimumo ir validumo kriterijai. Ši kritika tampa ypač aštri, kai aptarinėjamos atvejo analizės, kuriose neaiški riba tarp paprasto reiškinių atpašakojimo ir mokslinės šio reiškinių analizės, kuriai reikia ir tinkamai teoriškai pasiruošti ir sugebėti operuoti įvairiais metodais bei tinkamai vertinti gautų duomenų įvairovę. Atvejo analizės metodologinė samprata taip pat varijuoja. Vieni ją priskiria tik taikomajai aprašomajai strategijai, kiti teigia, kad atvejo analizė, grindžiama vidiniu validumu, yra rimtas mokslinis metodas, sėkmingai taikomas klinikinėje praktikoje (Haynes, 1993; Yin, 2002 ir kiti).

Kokios įvairios bebūtų nuomonės, vis dėl to vieningai pripažįstama, kad metodas taikymas be visų kitų veiksnių priklauso ir nuo tyrimo užduoties. Šiuolaikinių autorių darbuose vieningai pripažįstama, kad individo pokyčių tyrimams atvejo analizė yra pati tinkamiausia.

Atvejo analizės naudojimo galimybes nagrinėjau to paties pavadinimo publikacijoje, kurią atspausdinau knygoje "Klinikinis psichologinis vertinimas: užduotys ir taikymo principai".

Publikacijoje aptariu klausimus, kada naudotina atvejo analizė, išskyrus pagrindines užduotis, kurias vienija tai, kad atvejo analizė nepakeičiama tais atvejais, kai reikia įvertinti pokyčius. Analizuojant šio metodo mokslinį mokslumą dariau išvadą, kad šio metodo (kaip ir daugelio kitų) kokybė priklauso nuo to, kaip planuojamas ir kaip atliekamas pats tyrimas. Klinikinėje praktikoje atvejo analizė dažnai yra taikoma, kai reikia aprašyti tam tikro sutrikimo dinamiką, ar įvertinti psichoterapeuto kompetenciją (tai bus taikomojo pobūdžio vertinimas).

Šiuo atveju yra sprendžiami svarbūs praktiniai uždaviniai ir tokie vertinimai atitinka daugiau taikomojo pobūdžio strategiją.

Atvejo analizės, kaip mokslinio metodo, galimybes siekiau atskleisti remdamasi vokiečių autoriaus Haynes ir ypač danų metodologo Yin darbais, o taip kai kurių kokybinių tyrinėtojų konceptais, bei savo patirtimi. Publikacijoje yra pateikta gana detalai aptarta atvejo analizės planavimo specifika, tyrimo atlikimo ir duomenų daugybiškumo klausimai; daug dėmesio skiriama duomenų analizei bei apibendrinimui. Atrodo, kad būtent rezultatų apibendrinimo principų įgyvendinimas yra labai svarbūs kokybiškam mokslinio tyrimo atlikimui. Šiam klausimui skyrėme ypatingą dėmesį.

Klinikiniuose psichologiniuose tyrimuose skiriami du rezultatų apibendrinimo būdai: analitinis, kurio pagrindas yra teorija, ir statistinis apibendrinimas- jo pagrindas yra kiekių skaičiavimas. Statistinio apibendrinimo išvados daromos remiantis empiriniais duomenimis apie imtį, kuri atstovauja populiacijai. Analitinio apibendrinimo tikslas yra plėtoti teoriją, kaip pagrindą atvejo analizės empiriniams rezultatams (Yin, 2002; Tellis,1997). Pirmu atveju kalbame apie normatyvinį apibendrinimą, antruoju - apie interpretacinę paradigmą. Akivaizdu, jeigu skiriasi apibendrinimo pagrindas, tai skiriasi ir duomenų integravimas bei daromos išvados. Atvejo analizėje gali būti naudojami abu rezultatų apibendrinimo būdai.

Klinikiniuose psichologiniuose tyrimuose interpretacinę paradigmą išlieka svarbi, tad publikacijoje analizavau būdus, kuriais realizuojamas analitinis apibendrinimas. Struktūrų derinimas, alternatyvių paaiškinimų, interpretacijų kūrimo ir pasikartojimo analizė – tai būdai, kurie sustiprina apibendrinamų teiginių vidinį validumą. Pavyzdžiui, pasikartojimo kriterijus psichoterapinio proceso tyrinėjimuose yra pakankamai universalus, skiriasi tik pats pasikartojimų turinys. Dinaminių paradigmų autoriai analizuoja besikartojančias perkėlimo reakcijas, taip pat besikartojančius simptomus, įvairias simbolines apraiškas. Analitinės paradigmos autoriai ypač vertina besikartojančius sapnus, kurie liudija apie tam tikro komplekso aktualumą ir išreikštumą, sapnų serijas, kurios nurodo vidinių struktūrų sąveikas ir pokyčius. Tiriant pasikartojimus, gali būti svarbu nustatyti jų dažnį ir sąlygas ar įvykius, kurie provokuoja pasikartojimą.

Šie metodai naudojami tradicinėse psichoterapinių atvejų analizėse, bet gali būti vertinami kaip mokslinio tyrimo kokybę gerinantys veiksniai. Struktūrų derinimas, priešybių lyginimas, teorinių paaiškinimų kūrimas, pasikartojančių struktūrų tyrimas - tai dalis būdų, kuriais yra realizuojama analitinė apibendrinimo strategija ir grindžiama mokslinė kokybė.

Taigi, kvalifikuota atvejo analizė yra gana sudėtingas dalykas. Atvejo analizė gali būti atliekama remiantis sistemingais kiekybiniais matavimais, gali būti grindžiama kokybiniais

tyrimais, o gali būti atliekama derinant ir kiekybinius, ir kokybinius vertinimus. Atitinkamai gali varijuoti ir teorinė paradigma, kuri svarbi tikslui išskirti ir rezultatams interpretuoti. Gali skirtis ir duomenų šaltiniai, ir rezultatų analizės bei integravimo principai. Vienoje iš savo publikacijų mes kaip tik ir analizuojame rezultatų interpretavimo ir integravimo klausimus, atitinkamai išskiriant etapus bei nurodant prielaidų pagrindimo galimybes: pagrindinės prielaidos pasirinkimas, prielaidos plėtojimas remiantis asmenybės teorija, reiškinių kilmės aiškinimas remiantis istorija ir raidos psichologijos atradimais (2). Šie etapai gali būti taikomi ir atvejo analizei.

Nepaisant atvejo analizės sudėtingumo ir problemiško, sampratų įvairovės, klinikiniam psichologiniam vertinimui šis tyrimo būdas dažnai naudojamas, o tam tikrais atvejais kol kas yra nepakeičiamas. Atvejo analizė ypač svarbi, kai reikia vertinti įvairaus lygio pokyčius, jų priežastis ir struktūrą, veiksnius, kurie apsunkina arba palengvina tų pokyčių atsiradimą ir tėkmę.



**Publikacijos :**

1. Gudaitė G. Atvejo analizė. *Klinikinis psichologinis vertinimas: užduotys ir taikymo principai*. Vilniaus universiteto leidykla, 2007 p. 183 - 211.
2. Gudaitė G. Rezultatų analizė, interpretavimas ir integravimas. *Klinikinis psichologinis vertinimas: užduotys ir taikymo principai*. Vilniaus universiteto leidykla, 2007 p. 81-105.

## **Pabaigos žodis**

Apžvalgoje pristatyti darbai buvo diskutuojami ir Lietuvoje, ir už jos ribų. Jų pagrindu daryti moksliniai pranešimai tarptautinėse konferencijose (pleneriniai pranešimai Europos psichoterapijos konferencijoje Vilniuje 2005, tarptautinėje traumų psichologijos konferencijoje Vilniuje 2004, mokslinėje analitinės psichologijos konferencijoje Ciuriche 2008, žodiniai pranešimai pasaulinėse analitinės psichologijos konferencijose Čikagoje 1992, Keiptaune 2007, Kembridže 2001 ir kt.). Šių studijų pagrindu yra paruošti podiplominio rengimo kursai, kurie skaitomi psichoterapijos mokymo programose Vilniuje, Rygoje, Taline; taip pat tarptautinėje analitikų rengimo programoje.

Asmenybės pokyčių analizė yra sudėtingas procesas. Mes savo darbuose palietėme tik dalį šio sudėtingo reiškinių aspektų. Ateities tyrimuose ketiname plėtoti psichoterapijos veiksmingumo tyrimus. Tokia kryptis atrodo šiuolaikiška ir perspektyvi. Pavyzdžiui, paskutiniai klinikinės psichologijos mokslinių tyrimų šaltiniai rodo, kad didžiausia užduočių grupė koncentruojasi būtent į psichologinio poveikio problematiką. Atrodo, kad būtų svarbu plėtoti darbų aptarime minėtą prielaidą apie santykių sistemos plėtrą, kaip veiksmingos psichoterapijos kriterijų. Savo darbuose rėmėmės ir plėtojome analitinės psichologijos klasikų išskirtas asmenybės vidinių darinių prielaidas. Plėtojant gelminių asmenybės struktūrų prielaidas ir siekiant suprasti mūsų istorinę patirtį, atrodo, kad ir vidiniame, ir išoriniame lygyje yra svarbi santykių su autoritetu analizė. Šis klausimas bendrai psichologijoje yra analizuojamas, tačiau nėra aišku, kaip, sprendžiant šio santykio problemas, galėtų prisidėti psichoterapija.

Metodologiniu požiūriu atrodo, kad būtų svarbu plėtoti kokybinių tyrimų taikymą. Esame atlikę kai kuriuos tyrimus, kur kokybinei interviu analizei naudojome grindžiamosios teorijos taikymą. Manome, kad ir toliau būtų svarbu plėtoti šią kryptį, integruojant kokybinius tyrimus į mokslinį atvejo analizės taikymą.

Analizuojant asmenybės pokyčius, tapatumo išgyvenimo klausimai yra bene svarbiausi. Manytume, kad analizuojant gelminį tapatumą yra labai svarbus ir kultūrinio tapatumo klausimas. Lietuvai, kaip ir kitoms mažoms šalims – šie klausimai yra labai svarbūs. Tad ateities planuose esame numatę ir psichologines kultūrinio tapatumo studijas.

## Literatūra:

**Anderson C., Kim Ch.** Evaluating Treatment Efficacy with Single- Case Designs. *Handbook of Research Methods in Clinical Psychology* (eds) Roberts and Ilardi. Oxford, Malden: Blackwell, 2005, p.73-92.

**Beutler L.E., Groth- Marhnat G.** Integrative Assessment of Adult Personality. New – York London: The Guilford Press, 2003.

**Cropley A.** Qualitative Research Methods. An Introduction for students of Psychology and Education. University of Latvia: Zinatne, 2002.

**Ellenberger H.** The Discovery of the Unconscious. The History and Evolution of Dynamic Psychiatry. N-Y: Basic Books, 1970.

**Gailienė D.** Ką jie mums padarė? Lietuvos gyvenimas traumų psichologijos žvilgsniu. Vilnius: Tyto Alba, 2008.

**Gelso Ch. J., Hayes J.** The Psychotherapy Relationship: Theory, Research and Practice. New York, Toronto: John Willey and Sons, 1998.

**Hartmann H.** Essays on Ego Psychology. New York: International Universities Press, 1965.

**Haynes S.C.** The Role of Individual Case in the Production and Consumption of Clinical Knowledge. In: *The Clinical Psychology HandBook* (Eds) M.Heisen, E.Kardin, S. Bellack. Pergamon General Psychology Series, 1993.

**Jacoby M.** Analytical Encounter: Transference and Human Relationship Toronto: Inner City Books, 1989.

**Jacoby M.** Individuation & Narcissism. The Psychology of Self in Jung & Kohut. London and New York: Routledge, 1995.

**Jung C.G.**(1928) The Effects of the Unconscious upon Consciousness. In: Two Essays of Analytical Psychology C. W. 7 USA: Princeton University Press, 1977.

**Jung C.G.** (1934/1954) The Archetypes and the Collective Unconscious C.W. Vol.9.part I . New York: Princeton Press,1990.

**Kalsched D.** The Inner World of Trauma. London: Routledge,1996.

**Kast V.** The Dynamics of Symbols. Fundamentals of Jungian Psychotherapy. New York: Fromm International Publishing Corporation, 1992.

**Kazdin A.** Assessment and Evaluation in Clinical Practice. In: *Evidence- Based Psychotherapy. Where Practice and Research Meet.*(eds) C.Goodheart, A. Kazdin, R. Sternberg. Washington, DC: American Psychological Association, 2006.

**Kohut H.** Restoration of the Self, New York: IUP, 1976.

- Lambert M.J., Archer A.** Research Findings on the Effects of Psychotherapy and Their Implications for Practice. In: *Evidence- Based Psychotherapy. Where Practice and Research Meet.*(eds) C.Goodheart, A.Kazdin, R.Sternberg. Washington, DC: American Psychological Association, 2006.
- McWilliams N.** Psychoanalytic Diagnosis: Understanding Personality Structure in the Clinical Process. London: The Guilford Press, 2003.
- Norcross J.C.**(ed) Psychotherapy Relationship that Work. Therapist Contributions and Responsiveness to Patients. Oxford University Press, 2002 .
- O'Brien, M., Houston G.** Integrative Therapy. A Practitioner's Guide. SAGE Publications, 2000.
- Roberts M., Ilardi S.** Handbook of Research Methods in Clinical Psychology. United Kingdom: Blackwell Publishing, 2005.
- Stein M.** The Principle of Individuation. Toward the Development of Human Consciousness. Wilmette, Illinois: Chiron publications, 2006.
- Straus A., Corbin J.** Basics of Qualitative Research. Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory. London: Sage publications, 1998.
- Yin R.** Case Study Research. Design and Methods. London: Sage publications, 2003.
- Tellis W.** Introduction to Case Study. *The Qualitative Report*, Vol 3, Number 2, 1997.
- Whitmont E.** Symbolic Quest. New Jersey: Princeton Press, 1978.