

## Self-disclosure

S pojmom self-disclosure ( prevedemo ga z besedo samorazkrivanje), ki se je pridružil psihoanalitični terminologiji v zadnjih letih, mislimo na zavestno posredovanje terapevta nekih svojih doživljanj in delov sebe pacientu v teku psihoterapije. To obnašanje terapevta je v nasprotju s tradicionalnim psihoanalitičnim setingom, kjer je terapevt dolžen obdržati držo nevtralnosti, abstinence in anonimata. Prav zaradi tega nasprotovanja tradicionalnemu psihoanalitičnemu pristopu je debata okrog samorazkrivanja terapevta in njegova uvrstitev v psihoanalitični seting in psihoanalitično tehniko še zelo odprta. Pojem samorazkrivanja se je pojavil v severno ameriški psihoanalizi v desetletju 1990-2000, ko zasledimo številne avtorje, ki so se posvetili tej tematiki. Ta pojav moramo uvrstiti v širši kontekst severno ameriške psihoanalize, ki se je v prejšnjih desetletjih razvila iz Psihologije Jaza (s pozitivistično usmeritvijo, kjer naj bi bil analitik nevtralen in »objektiven«) v drugačne paradigme, ki slonijo bolj na odnosu. Pri teh novih usmeritvah ima analitik v terapevtskem procesu precej močno interaktivno vlogo in da pomemben aktiven doprinos pacientu, ko ga spremlja na terapevtski poti.

V tem novem pojmovanju psihoanalitičnega pristopa terapevt ni več nevtralen kot »motno zrcalo«, ampak gradi, skupaj s pacientom, psihoterapevtski proces. V ZDA je ta razvoj nastal pod vplivom *Kohutove Psihologije selfa*, in pod vplivom interpersonalistov ter intersubjektivistov. V Evropi pa se je psihoanaliza razvila napram tradicionalni Freudovi strukturalni teoriji (gon-obramba) predvsem po zaslugi britanske »teorije objektivnih odnosov«, ki je vsekakor precej vplivala na številne severno ameriške analitike.

Ameriški psihoanalitiki, ki pripadajo struji intersubjektivistov, so mnenja, da je anonimati terapevta, kot se ga je pojmovalo v tradicionalni psihoanalizi, le mit, ki se ga težko zagovarja. Analitik se po njihovem mnenju vključi v psihoterapevtski proces vedno s svojo subjektivnostjo (Renik 1993, 1995). V najbolj nevtralnemu možni držo se na vsak način pokaže (self-revelation) s svojo držo, s svojim obnašanjem, oblačenjem, opremo ordinacije, načinom in stilom interpretacij. Na ta način se terapevt pokaže nehote in nezavestno. Pacient pa uspe preko teh elementov spoznati nekaj realnih značilnosti terapevtove osebe.

Zaradi pomanjkanja prostora ne uspem navesti razne ameriške avtorje, ki so se ukvarjali s to tematiko. V glavnem se mi zdi, da je določena skupina analitikov, ki so odločno proti samorazkrivanju (Hanly 1998) in branijo tradicionalni seting. Druga skupina analitikov pa zagovarja samorazkrivanje kot dodaten tehnični inštrument, ki ga lahko uporabimo zraven drugih že ustaljenih. Sem spada že omenjeni Renik. Potem srečamo še skupino zmernih analitikov, ki dopuščajo uporabo samorazkrivanja, ampak s previdnostjo in odgovornostjo. Analitiki iz prve skupine skrbijo predvsem zato, da bi z anonimatom terapevta ščitili terapevtski proces, ki naj bi vspodbujal projektivne transferne dinamike pacienta na terapevta. Če se terapevt s samorazkrivanjem preveč razgali v svoji realni dimenziji, bi lahko ta proces zaviral. Torej ti analitiki

branijo s tem specifičnost psihoanalitičnega terapevtskega procesa. Po mnenju teh avtorjev je samorazkrivanje lahko izraz neke terapevtove kontratransferne stiske ali pa celo potrebe po nekem svojem narcističnem raskazovanju.

Zagovorniki samorazkrivanja kritizirajo pretirano nevtralnost in anonimnost terapevta, ker naj bi tak pristop (ki ga pacienti pogosto občutijo kot rigidnega, hladnega in oddaljenega) pogosto zaviral terapevtski proces in blokiral proste asociacije. Kar se tiče samorazkrivanja samega, lahko vzamemo v poštev razne načine in razne vsebine samorazkrivanja. To se lahko nanaša na direktna vprašanja, ki jih postavlja pacient terapevtu, na spontano terapevtovo komunikacijo lastnih kontratransfernih doživljanj, na terapevtovo priznanje lastnih napak in pa na terapevtovo komunikacijo lastnih osebnih izkušenj, ki so na kak način v povezavi s pacientovo klinično situacijo. Zaželeno je, da bi terapevt, ko se odloči za samorazkrivanje, to storil v funkciji pacienta in v funkciji promocije terapevtskega procesa, in da bi s pomočjo avtoanalize obdržal pod kontrolo osebne potrebe pri samorazkrivanju. Z nekaterimi pacienti in v nekaterih fazah analize lahko samorazkrivanje terapevta pospeši terapevtski proces, kjer lahko terapevt deluje kot identifikacijski model, da lahko spodbudi pri pacientu večjo odprtost in večjo možnost komunikacije.

V Italiji so se s to tematiko ukvarjali nekateri avtorji (Meterangelis in Spiombi 2003, Turilazzi Manfredi in Ponsi 1999, Ponsi 1999). Turilazzi Manfredi in Ponsi se sprašujeta, če lahko subjektivna participacija terapevta terapevtskemu procesu pomeni kaj različnega napram *kontratransferu*. V določenem smislu se lahko ta dva pojma istovetita, lahko pa se tudi ne. Kontratransfer bi lahko imel s svojo oznako »kontra« vedno pomen neke reakcije na pacientov transfer, medtem ko bi lahko subjektivna participacija terapevta imela pomen neke širše, osebne angažiranosti analitika v terapevtskem procesu.

Po mojem mnenju samorazkrivanje pride v poštev predvsem pri težkih pacientih, ki so slabo strukturirani in imajo v sebi polno mero deficita mimo konfliktnih situacij. Taki pacienti potrebujejo pozitivno izkušnjo v odnosu s terapevtom, mimo negativne transferne reakcije, ki jo bodo projicirali vanj, in bo celo ta pozitivna izkušnja privedla do tega, da si bo lahko pacient v bolj varnem odnosu dovolil doživljati tudi bolj negativne transferne komponente. S temi pacienti je nujno, čeprav zelo težko, da nihamo med funkcijo novega konstruktivnega objekta in funkcijo transfernega objekta. Funkcija klasične drže analitika, ki je anonimen in nevtralen in s tem spodbuja transferne dinamike pacienta in jih obravnava z interpretacijami, je za bolj zahtevne paciente nezadostna. V teh primerih, ko terapevt skuša ustvariti neki pozitiven konstruktiven odnos s pacientom, postane samorazkrivanje smiselno.

### **Literatura:**

Hanly C.: Reflections on the analyst's self-disclosure.

Psychoanalytic Inquiry, 18, 1988.

Jacobs T.J.: On the question of self-disclosure by the analyst: Error or advance on technique

Psychoanal. Q. 68, 1999.

Meterangelis G., Spiombi G.: La soggettività dell'analista e il grado della sua partecipazione alla costruzione della relazione analitica: il problema della self-disclosure

Riv. Di Psicoanalisi, 3, 2003.

Ponsi M.: La partecipazione dell'analista: un tema emergente nella psicoanalisi nord-americana.

Riv. Di Psicoanalisi, 1, 1999

Renik O.: Analytic interaction: conceptualizing technique in the light of the analyst's irreducible subjectivity.

Psychoanal. Q. 62, 1993.

Renik O.: The ideal of the anonymous analyst and the problem of the self-disclosure.

Psychoanal. Q. 64, 1995.

Turilazzi Manfredi S., Ponsi M.: Transfert-controtransfert e intersoggettività. Contrapposizione o convergenza?

Riv. Di Psicoanalisi, 4, 1999.