

Apie narcizinį įniršį grupinėje psichoterapijoje

Birutė Švedaitė-Sakalauskė

LGAD metinė vasaros konferencija
2019-06-28 d.

Pranešimo turinys:

- 1) Narcizinio įniršio bruožai – kuo jis skiriasi nuo kitų agresijos formų?
- 2) Narcizinio įniršio kilmė: *Kohutas versus Kernbergas*
- 3) Psichoterapinio darbo su narciziškai sužeistais asmenimis tikslai ir specifika
- 4) Narcizinio įniršio pasireiškimas grupinėje terapijoje: asmeniniai patyrimai ir jų refleksija

Narcizinio įniršio bruožai: kaip jis atrodo?

Tai žmogaus agresijos forma, turinti labai įvairų pasireiškimo spektrą (įniršis gali būti silpnas ir labai stiprus, atviras ir paslėptas, trumpas blykstelėjimas, lyg ataka ar priepuolis ir chroniškas, niekaip nesibaigiantis....).

VISGI narcizinis įniršis nuo kitokios agresijos skiriasi dviem tik jam būdingais bruožais:

- 1) Keršto alkis, nenumaldomas siekis atstatyti neteisybę – nesvarbu, kokiomis priemonėmis ir kokia kaina,
- 2) Nėra jokios empatijos priešininkui – narcizinio sužeidimo kaltininkui.

“kaip jūs drįsot neišgaudyt visų tų vapsvų!!!”

Adomėlis (4 metai)

Išoriniam stebėtojui narciziškai įniršusio žmogaus reakcija dažnai gali pasirodyti visiškai neadekvati lyginant su patirta skriauda.

Tačiau empatiškas stebėtojas ar terapeutas žino, kad šiuo atveju veikia ne suaugęs asmuo, o mažas vaikas, kuris netikėtai patyrė skriaudą ir labai dėl to supyko.

Narcizinio įniršio kilmė pagal H. Kohutą:

- H. Kohutas pakeitė požiūrį į žmogaus narciziškumą – vertino jį pozityviai, laikė jį žmogaus psichologijos savimine duotybe, o ne psichologijos defektu, tikėjo, kad žmogaus narciziškumas bręsta kartu su žmogumi ir gali pasiekti brandžias, kultūriškai ir socialiai adaptuotas formas.
- Tuo tarpu narciziškai sutrikusi asmenybė yra “užstrigusi” savo primityvioje, infantiliško narciziškumo fazėje. Būtent ji – vaiko grandiozinė, onnipotentiška, ekshibicionistinė savastis yra toji “derlinga žemė”, kuri maitina nesibaigiantį narcizinį įniršį.
- “Užstrigimas” – tai dalies savasties atskėlimas nuo realaus “Aš”. (Kohutas skiria vertikalų ir horizontalų savasties atskėlimą).
- Įniršis ir gėda yra dvi pagrindinės pažeistos narcizinės pusiausvyros manifestacijos. Įniršiu žmogus ginasi nuo visaapimančio gėdos jausmo.
- Gilioji, nuožmioji gėda kyla iš įsitikinimo, kad neesi vertas meilės, taigi – iš laiku nesuteikto vaikui meilės atsako ir negauto pripažinimo.

Narcizinio įniršio kilmė pagal O. F. Kernbergą:

- Kernbergas daug kur sutinka su Kohutu, tačiau griežtai nepitaria, kad narcizinio įniršio priežastis yra paprasčiausias asmenybės dalies “užstrigimas” vaikiškame narciziškume.
- Kernbergas įsitikinęs, kad narciziškai sužeistam vaikui jau ankstyvoje vaikystėje ėmė formuotis patologiškas narciziškumas ir jis toliau vystėsi patologiška linkme kartu su bręstančia asmenybe.
- Patologinis narciziškumas – tai ankstyvas svarbių išorinių objektų ir jų vidinių reprezentantų nuvertinimas, ginantis nuo giliau esančių konfliktų, susijusių su pavydu ir oraliniu įniršiu. Todėl vaikas (ir vėliau suaugęs) griaua viską ir tuos, kas jam galėtų duoti meilę ir pasitenkinimą, nes taip išvengia galimų priežasčių nuožmiam savo pavydui ar projekciniam įniršiui.

Kuo tikiu – taip ir gydau 😊

Heincas Kohutas

Kohutui svarbiausia – empatiškas terapeutas, duodantis žmogui tai, ko jis savu metu negavo iš savo artimiausių asmenų arba gavo netinkamai ar netinkamu laiku.

Terapijos tikslas: kad archajiškas savasties grandioziškumas palaipsniui transformuotųsi į su realiais tikslais susietą savęs vertinimą ir į realistines ambicijas, o poreikis susiliesti su visagaliu savasties objektu – į vertybes ir nuostatas, paremtas prasmingais idealais.

Paprastai tariant: infantiliškas narciziškumas turi virsti brandžiu, socialiai ir kultūriškai adaptuotu narciziškumu.

Terapinis darbas vyksta pasitelkiant 2-jų rūšių perkėlimus:

- Idealizuojantis perkėlimas, kai aktyvuojamas idealizuotas pirminis tėvų vaizdinys;
- Veidrodinis perkėlimas, kai aktyvuojama archajiškoji grandiozinė savastis.

Ženklas, kad įvyko pokytis: asmuo tampa empatiškas savo esamiems ar tariamiems skriaudėjams, gali pamatyti nei vien neigiamas, bet ir teigiamas jų puses.

Kuo tikiu – taip ir gydau 😊

Otto Kernbergas

Kernbergas tiki, kad narciziškai sužeisto asmens struktūra iš pat vaikystės formuojasi kaip patologiška, todėl vien empatijos nepakanka – reikia perdirbti pačią patologinę grandiozinę savastį bei patologiškus vidinius objektus.

Taigi terapijoje dirbama ne vien su teigiamais perkėlimo aspektais, bet ir su neigiamais – destruktyviu pavydu, projekcine agresija, totaliu terapeuto ir terapijos nuvertinimu ir t.t.

Kai tik asmuo tampa kažkiek pajėgus leisti j priklausomybę nuo terapeuto, susikuria labai ambivaletiškas, baimę keliantis perkėlimas, nes asmuo išsigąsta savo destruktyvaus pavydo terapeuto atžvilgiu ir nėra tikras, ar jo poreikis meilei bus stipresnis už norą sunaikinti terapeutą...

Apibendrinimas:

- Interakcijos tarp grupės narių anksčiau ar vėliau praskleidžia narcizinę dinamiką, leidžia su ja dirbti ir padeda tiksliau diagnozuoti.
- Grupės tarpusavio santykiai ir įvykiai grupėje padeda atkurti vaikystės narcizinio sužeidimo patirtis šeimoje ar su bendraamžiais.
- Narcizinis perkėlimas vyksta ne tik į terapeutą, bet ir į grupės narius ar į grupę kaip visumą.
- Narcizinio įniršio pasireiškimas yra gerai 😊, o nepaklusnus elgesys grupėje gali byloti apie išlaisvėjusias gynybas.
- Empatija gelbsti visada 😊