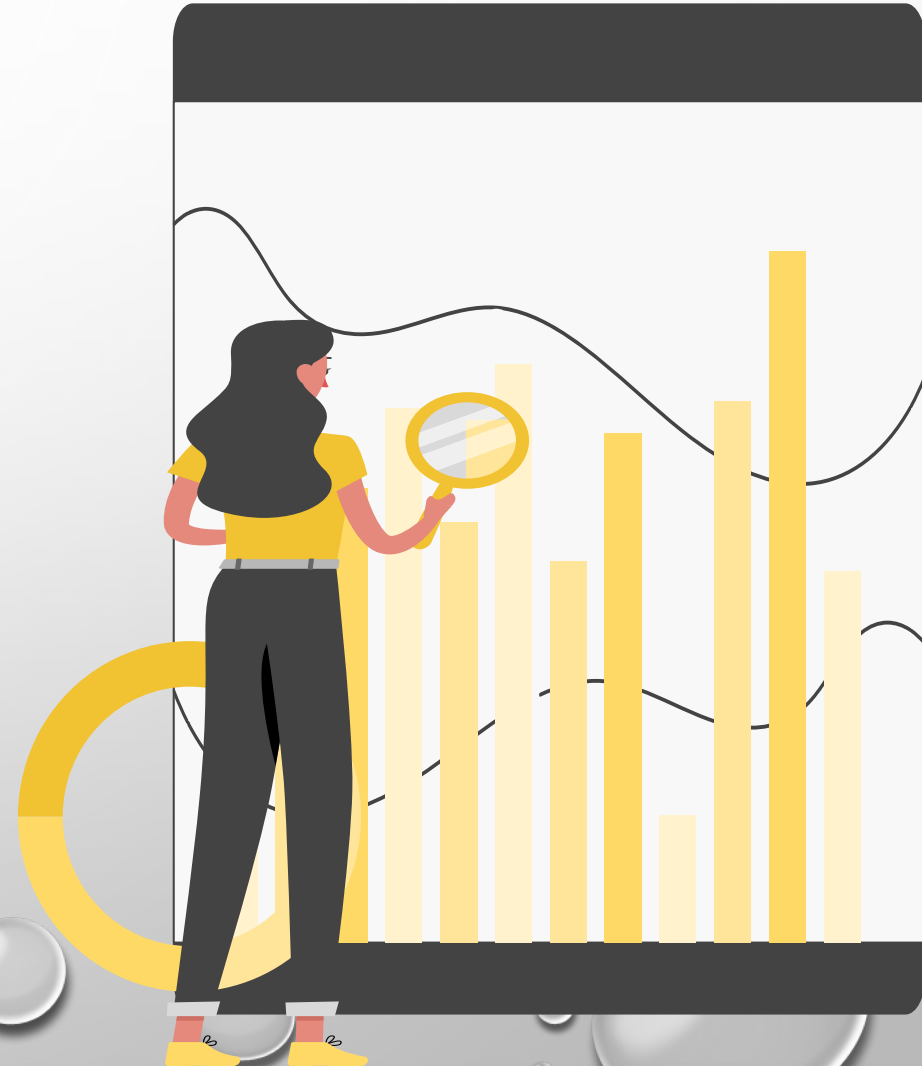


Stid u edukaciji za geštalt terapeute – perspektiva edukanata

Profesionalni doktorat iz geštalt psihoterapije

Kandidat: Snežana D. Opačić (EAPTI-SEB)

Odbrana doktorske disertacije 11. 01. 2024.



UVODNI DEO: TEORIJSKI I ISTRAŽIVAČKI KONTEKST



POIMANJE SELFA U GEŠTALT TERAPIJI

Self kao proces

Razvoj selfa

Kreativno adaptiranje

Nezavršeni poslovi i njihovo
fiksiranje



ULOGA STIDA U RAZVOJU SELFA

Podrška i stid – dinamični uslovi
polja

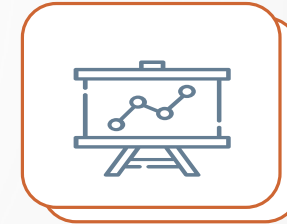
Iskustvo stida

Mehanizam internalizovanog stida

Reakcije na stid

Relaciona priroda stida

Povezanost internalizovanog stida
i drugih poremećaja



STID U EDUKACIJI BUDUĆIH PSIHOTERAPEUTA

Edukacija za profesiju psihoterapeuta

Motivacija za profesiju psihoterapeuta

Stid u edukaciji za geštalt i druge
psihoterapeute

Stid u superviziji

Tipični okidači stida u treningu za
psihoterapeute

Institucionalni kontekst istraživanja

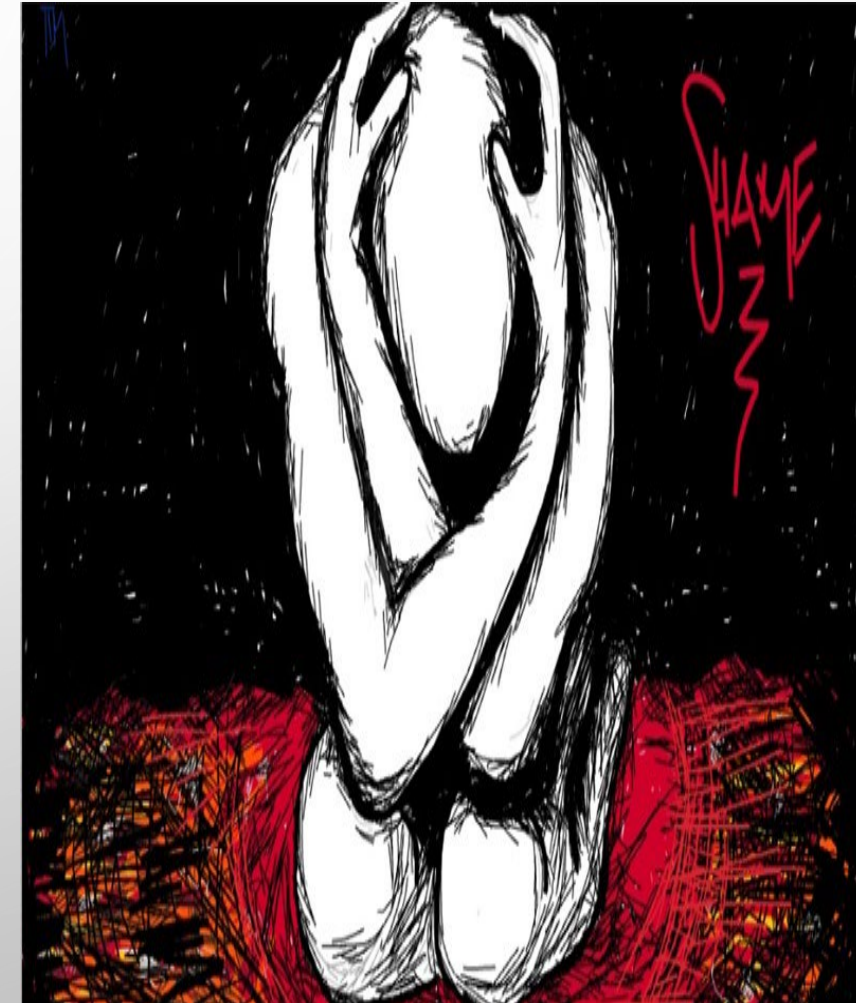
POIMANJE SELFA U GEŠTALT TERAPIJI

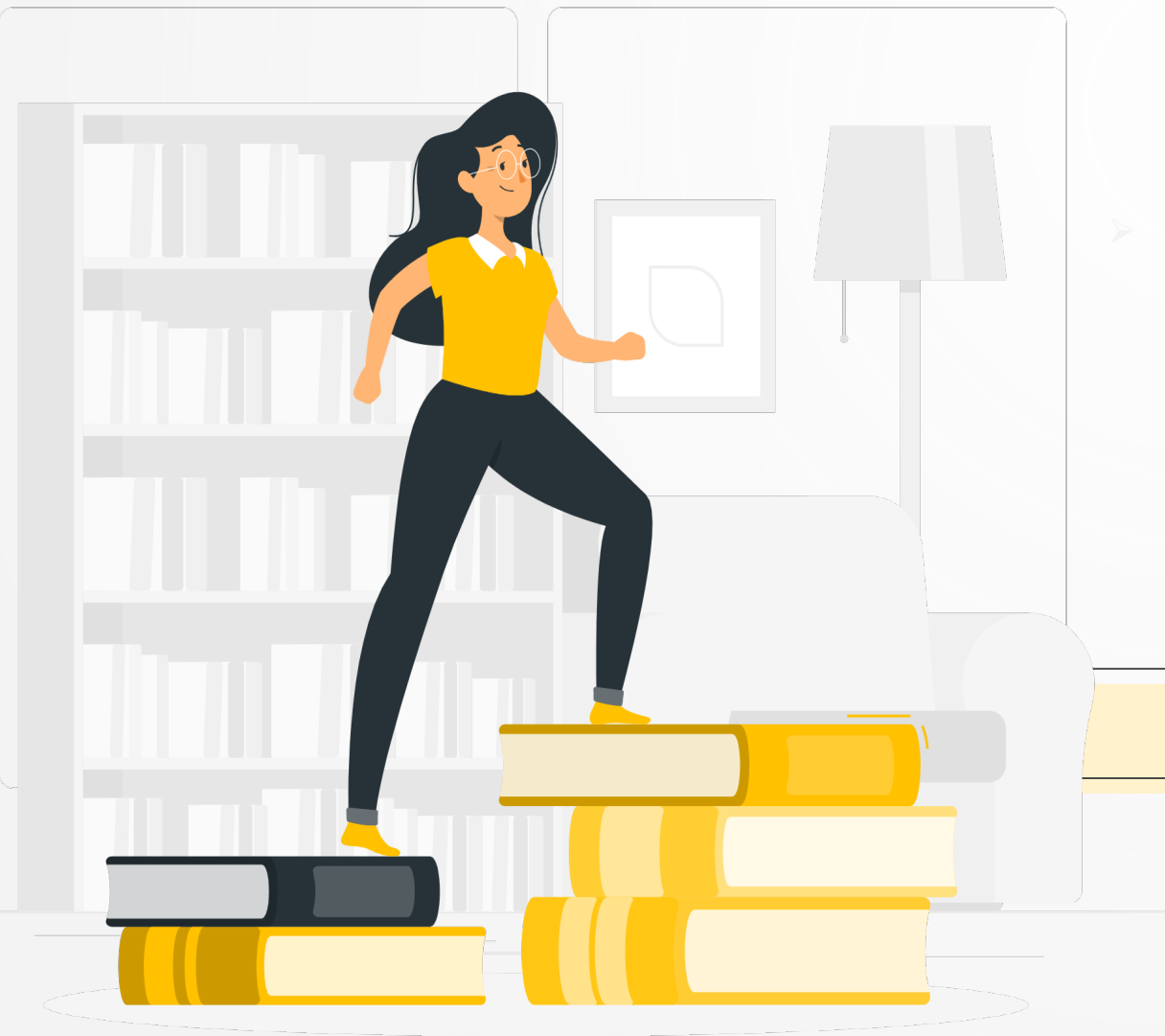
- **Self je sistem kontakata.** On je aktivan **proces smislene integracije celokupnog polja**, koji osmišljava iskustvo kao grund za narednu akciju (Perls et al., 1951).
- Rezultat ovog holističkog procesa je „**kreativno prilagođavanje**“ organizma.
- **Ljudska priroda je relacionala** i jedino u kontaktu osoba može da ima osećaj sebe i drugog (Lee, 1995, 2003; Perls et al., 1951; Wheller, 2000, 2003).
- Ako drugi nije prisutan ili je, čak, i uzrok nemogućnosti suočavanja sa situacijom, događaj u polju ostaje kao neasimilovano i neintegrisano iskustvo (**'nezavršeni posao'**), odvojeno od funkcije ličnosti selfa, kao fragmentirani, neintegrisani deo selfa (Francesetti, 2022).
- Naše kreativne adaptacije (na odsustvo drugog), koje su uvek u službi preživljavanja, mogu postati rigidne i ograničavajuće – **fiksirani geštalt** - dovodeći nas do toga da ponavljamo istu ili sličnu organizaciju polja (Wheeler, 2000).



ULOGA STIDA U RAZVOJU SELFA

- **Podrška i stid su dinamički recipročni uslovi polja za kontakt** (Lee, 1995, 2003; Wheeler, 2000, 2003).
- **Podrška** je ugledavanje i prihvatanje, neophodno prisustvo drugog - ključni deo naše konstrukcije i razumevanja sopstvenih kompleksnih potreba i stanja (ibid.).
- **Stid**, kao suprotni pol, zajedno sa podrškom, neprestano informiše self o mogućnostima kontakta u polju. Ako proceni da nema dovoljno podrške u polju, **inhibira self proces**, odbacujući neprihvatljivu potrebu, tj. delove sebe (Wheeler, 2000).
- Kad je nedostatak podrške ozbiljan i/ili preovlađujući, stvara se veza stida sa odbačenim delovima sebe – **stid se internalizuje (postaje fiksirani geštalt)** i integriše u osnovna uverenja o sebi i mogućnostima kontakata sa drugima, a osoba gubi pristup potrebama, “gubi njihov glas” (Kaufman, 1996; Lee, 1995, 2003).
- I zato Dejangova (Dejang, 2022) predlaže definiciju stida kao “**doživljaja pojedinca da mu se self dezintegriše u odnosu sa disregulišućim drugim**” (str. 51).





➤ **ZAŠTO SMO ISTRAŽIVALI BAŠ STID U
EDUKACIJI ZA PSIHOTERAPEUTE?**

➤ **EDUKACIJA ZA PSIHOTERAPEUTE JE
KLJUČNI FAKTOR U SAMORAZVOJU,
NE SAMO PROFESIONALNOM, VEĆ I
LIČNOSTI U CELINI.**

ROGERS, 1961

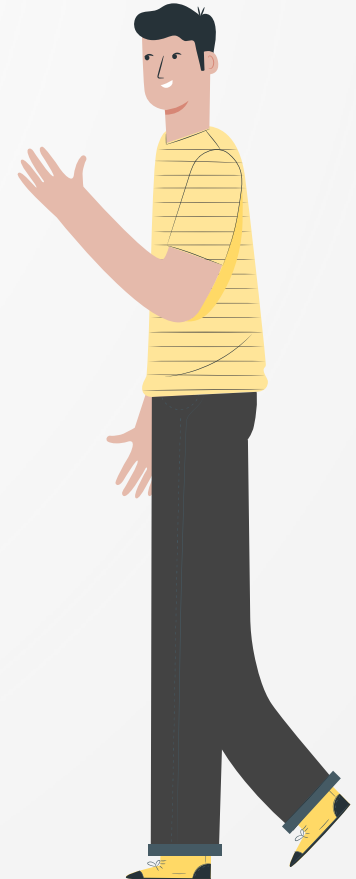
STID U EDUKACIJI BUDUĆIH PSIHOTERAPEUTA



- **Iskustveni način rada i učenja** u edukaciji za psihoterapeute, uz stalno izlaganje i eksperimentisanje, može biti neprijatan i postidjući, posebno za odrasle (Fuhr & Gremmler-fuhr, 1995; Gilbert & Evans, 2000; Kearns & Daintry, 2000), **što pokazuju i mnoga istraživanja** (npr. Allan et al., 2016; Opačić i Jovanović Milanović, 2022).
- Posebno **u superviziji**, s obzirom na neravnomernu raspodelu i dinamiku moći, te narcisoidne ranjivosti u procesu učenja i razvoja novog identiteta psihoterapeuta, neizbežno dolazi do javljanja stida.
- Mnoga **istraživanja** pokazuju da je stid destruktivan po supervizante i njihovu sposobnost da uče, remeti im procese razmišljanja, smanjuje empatiju, dovodi do prekida u supervizijskom odnosu, narušava poverenje i supervizanti se zatvaraju pred supervizorom (Alonso & Rutan, 1988; Bilodeau et al., 2012; Chorinsky, 2003; Doherty, 2005; Hahn, 2001; Harkins, 2020; Hess et al., 2008; Holloway, 2016; Ladani et al., 1996; Moran, 2017; Opačić i Bratina, 2020; Samec, 1995; Yourman & Faber, 1996; Yourman, 2003).

ZNAČAJ OVOG ISTRAŽIVANJA

- Pregled literature pokazao je da postoji **nedostatak empirijskih istraživanja** i podataka o uticaju procesa stida na rast i razvoj selfa.
- Literatura o stidu daje dvodimenzionalne opise mehanizma internalizovanog stida, te je bilo važno jasnije i preciznije, **empirijsko sagledavanje ovog složenog procesa**, njegovih elemenata, nastajanja, dinamike i upravljanja njime.
- **Zašto je važno da istražujemo stid u edukaciji?** Ako hoćemo da 'proizvodimo' terapeute koji poštuju subjektivnost i senzibilitet svojih klijenata - to **zahteva obuku osetljivu na stid**.
- Jer načini na koje su edukanti tretirani na celoj obuci, umnogome će uticati, ne samo na način kako će oni biti sa svojim klijentima i kako će ih tretirati, nego i na njihov celokupan život, rast i razvoj njihovog selfa (Yontef, 1997).



PREDMET I CILJEVI ISTRAŽIVANJA

ISTRAŽIVANJE SEKVANCIJALNOG TIPA - KVANTITATIVNA I KVALITATIVNA METODOLOGIJA

PREDMET:



S obzirom na važnost teme koja proizilazi iz teorijskog i istraživačkog konteksta, kao i nedostatak empirijskog istraživanja, predmet ovog istraživanja bio je stid u treningu za geštalt psihoterapeute.

CILJ:



Ispitati izraženost i dinamiku doživljaja stida u edukativno iskustvenim (EI) grupama u edukaciji za geštalt terapeuta.

I FAZA: KVANTITATIVNA METODOLOGIJA

CILJ 1: Ispitati izraženost doživljaja stida edukanata u EI grupi u odnosu na vanedukacijski kontekst.

- **H1.** *Očekuje se da će, zbog prirode edukacije, doživljaj stida kod edukanata u EI grupama, biti jednako, ako ne i više izražen u poređenju sa vanedukacijskim kontekstom.*

CILJ 2: Ispitati doprinos opšte sklonosti stidu, stepena podrške u EI grupi i stilova prevladavanja stida objašnjenju izraženosti doživljaja stida u EI grupi.

- **H2.1.** *Očekuje se da će varijabla opšte sklonosti stidu značajno doprineti objašnjenju izraženosti doživljaja stida u EI grupama.*
- **H2.2.** *Očekuje se da će varijabla stepen podrške u grupi značajno doprineti objašnjenju izraženosti doživljaja stida u EI grupama.*
- **H2.3.** *Očekuje se da će varijabla stilova prevladavanja stida značajno doprineti objašnjenju izraženosti stida u EI grupama.*

Metod prve faze istraživanja

- **Učesnici u istraživanju:**
- Uzorak istraživanja je bio prigodan i činilo ga je 148 edukanata (malo više od polovine (50,16%) od ukupnog broja edukanata u SEB-u), od čega su 128 (86,5%) bile žene. Starost učesnika istraživanja se kretala od 22 do 59 godina - prosečna starost bila 35,3 godine. Uzorak je bio balansiran s obzirom na godinu edukacije.
- *Struktura ispitanika prema godini edukacije i polu*

	Godina edukacije					
	1	2	3	4	5	Ukupno
Muškarci	6	4	3	3	4	20
Žene	26	24	22	26	30	128
Ukupno	32	28	25	29	34	148
Ukupno %	21,6	18,9	16,9	19,6	23,0	100%

Varijable istraživanja

1. Individualna sklonost ka stidu - numerička kontinuirana varijabla operacionalizovana skalom internalizovanog stida (ISS).

2. Sklonost stidu u El grupi – numerička kontinuirana varijabla operacionalizovana internalizovanom skalom stida (ISS), koja je prilagođena kontekstu El grupe.

3. Podrška članova grupe – numerička kontinuirana varijabla operacionalizovana skalom za procenu opaženog stepena podrške članova El grupe.

4. Podrška trenera grupe - numerička kontinuirana varijabla operacionalizovana skalom za procenu opaženog stepena podrške trenera El grupe.

5. Stil prevladavanja stida - operacionalizovan Kompas skalom stida (CoSS-5), daje četiri numeričke kontinuirane varijable koje ukazuju na izraženost svakog od četiri stila upravljanja stidom:

a) povlačenje, b) napad na sebe, c) izbegavanje, d) napad na druge.

Instrumenti istraživanja

1. **Sociodemografski upitnik** (pol, godine života, akademsko zvanje, godina geštalt edukacije; iskustvo rada na sebi pre edukacije i vreme trajanja rada na sebi pre edukacije za geštalt terapeuta).
2. **Skala internalizovanog stida** (Internalized Shame Scale - ISS) (Cook, 2001) - za procenu izraženosti opšte sklonosti stidu ($\alpha = 0,92$ – visoka pouzdanost).
3. **Kompas skala stida** (The Compass of Shame Scale – Version 5 - CoSS-5) (Elison et al., 2006) – za procenu zastupljenosti 4 različita stila prevladavanja stida, prilagođena kontekstu El grupe ($\alpha = 0,92$ - visoka pouzdanost).
4. **Upitnik o podršci članova grupe i trenera – konstruisan za ovo istraživanje** (iz podataka pilot istraživanja), za samoprocenu stepena podrške članova i trenera grupe (podrška članova El grupe: $\alpha = 0,90$; podrška trenera grupe: $\alpha = 0,91$ - visoka pouzdanost).

5. Skala internalizovanog stida (Internalized Shame Scale - ISS) (Cook, 2001) - za procenu izraženosti stida - prilagođena kontekstu El grupe ($\alpha = 0,94$ - visoka pouzdanost).

- Dobijene su dozvole autora za korišćenje skala, a urađeno je i dvostruko ili povratno prevođenje instrumentata da bi obezbedili validne i pouzdane podatke (Duffy, 2006).



Analiza rezultata

- Analiza rađena u **SPSS** programu.
- **Deskriptivna statistika** (mere centralne tendencije i mere varijacije);
- Za ispitivanje statistički značajnih razlika između doživljaja stida u El grupi i opšte sklonosti stidu, korišćen je **t-test za zavisne uzorke**.
- Za ispitivanje statističke značajnosti razlika aritmetičkih sredina doživljaja stida u El grupi i opšte sklonosti stidu između edukanata različitih godina edukacije, korišćena je **jednofaktorska analiza varijanse (ANOVA)**.
- Doprinos individualnih i relacionih činilaca objašnjenju izraženosti doživljaja stida istražen je primenom **multiple regresione analize**.

Rezultati prve faze istraživanja

Cilj 1: Izraženost doživljaja stida kod edukanata u EI grupi u odnosu na vanedukacijski kontekst.

- Deskriptivna statistika za stid i značajnost razlika aritmetičkih sredina stida u svakodnevnim situacijama i stida u EI grupama

Varijabla	N	Min	Max	M	SD	t	df	p	d
Stid u svakodnevnim situacijama	148	8	68	36,50	13,52	6,83	147	,000	0,56
Stid u EI grupama	148	4	70	31,11	14,39				

Stid je u svakodnevnim situacijama značajno izraženiji ($t(147) = 6,83$, $p < ,001$) nego stid unutar EI grupa, što je suprotno očekivanjima iz prve hipoteze. Veličina efekta ove razlike je srednja i iznosi $d = 0,56$.

- Nakon analiza na celom uzorku, rađene su analize, tj. upoređivana je izraženost doživljaja stida u vanedukacijskom i edukacijskom kontekstu, a u odnosu na subkategorije po polu, uzrastu, naučnoj oblasti prethodnog obrazovanja, godini edukacije, prethodnom iskustvu rada na sebi (preko t -testova za zavisne uzorke).
- Nisu dobijene statistički značajne razlike – u svim subkategorijama stid u vanedukacijskom kontekstu bio je značajno izraženiji nego u EI grupama.

Rezultati prve faze istraživanja

- **Cilj 2: Ispitati doprinos opšte sklonosti stidu, stepena podrške u El grupi i stilova prevladavanja stida objašnjenju izraženosti doživljaja stida u El grupi.**
- *Regresioni koeficijenti*

	Nestandardizovani regresioni koef.		Standardizovani regresioni koef.	T	p
	B	SEB	Beta		
Intercept	38,993	8,153		4,783	,000
Podrška članova El grupe	-,641	,126	-,307	-5,083	,000
Podrška trenera	-,179	,133	-,081	-1,346	,180
Stid u svakodnevnim situacijama	,537	,072	,504	7,460	,000
Prevladavanje stida izbegavanjem	-,155	,136	-,058	-1,137	,257
Prevladavanje stida napadom na sebe	,305	,125	,174	,436	,016
Prevladavanje stida napadom na drugog	,045	,115	,027	,395	,693
Prevladavanje stida povlačenjem	,054	,115	,026	,464	,643

U unetom setu prediktora najznačajniji su:
opšta sklonost stidu, tj. stid u svakodnevnim situacijama ($\beta = ,504, p < ,001$);
podrška vršnjaka u grupi ($\beta = -,307, p < ,001$)
i strategija prevladavanja stida napadom na sebe ($\beta = ,174, p < ,05$).

Diskusija rezultata prve faze istraživanja

- **H1. Očekuje se da će, zbog prirode edukacije, doživljaj stida kod edukanata u El grupama, biti jednako, ako ne i više izražen u poređenju sa vanedukacijskim kontekstom.**
- Iako smo očekivali veću izraženost stida u El grupama, zbog veće izloženosti osoba u grupi (rad na ličnim temama, rad u ulozi terapeuta...), kao i većih očekivanja za kvalitetom i izvrsnošću polaznika edukacije (Yontef, 1997), **ova hipoteza nije potvrđena.** U našem istraživanju dobili smo da je stid u svakodnevnim situacijama značajno veći nego stid u El grupama.
- Ovakvi nalazi kvantitativnog dela istraživanja sugerišu da se **u našim El grupama** (možda, baš zbog zahteva za, pre svega, iskustvenim radom na ličnim temama i otvaranju, pre bilo kakvog sticanja znanja i veština), **relativno brzo kreira atmosfera sigurnosti, poverljivosti i zaštićenosti, te je i doživljaj podrške veći.**
- Ovo intimno, intersubjektivno polje je ključna podrška i uslov za ponovno uspostavljanje kreativnijeg i adaptivnijeg self procesa, uslov za isceljenje stida (Wheeler, 2000).

- **H2.1. Očekuje se da će varijabla opšte sklonosti stidu značajno doprineti objašnjenju izraženosti doživljaja stida u El grupama**
 - Jedan od tri najznačajnija prediktora stida u El grupama je i stid u svakodnevnim situacijama, tj. opšta sklonost stidu i to kao pozitivan prediktor, tj. što je veća opšta sklonost stidu, veći je i stid u El grupama. Ona ima i najveću korelaciju sa stidom u El grupama, čak 0,77, **što je u skladu sa postavljenom hipotezom.**
 - **Proces stida** inhibira procese selfa i ponavljanjem iskustva nepodržanosti i poništavanja onoga što jesmo, on **postaje deo naše stabilne strukture ličnosti** (grounda) - **fiksirana persona** - koja u sličnim odnosima ili situacijama, može da organizuje naše tekuće iskustvo.
- **H2.2. Očekuje se da će varijabla stepen podrške u grupi značajno doprineti objašnjenju izraženosti doživljaja stida u El grupama**
 - Podrška članova grupe se pokazala kao jedan od tri najznačajnija prediktora i to kao negativan prediktor, tj. što je veća podrška članova grupe, manji je stid u El grupama, **što govori u prilog postavljenoj hipotezi.**
 - Dobijeni nalazi u ovom istraživanju govore o tome da su naši ispitanici, u velikoj meri, uspeli, u svojim El grupama, da kreiraju relaciju kulturu, tj. **dobru i podržavajuću međusobnu povezanost**, te da im je podrška vršnjaka izuzetno važna.

- **Podrška trenera grupe nije se pokazala kao značajan negativan prediktor stida u El grupama.**
- Verovatno zato što je vidljivija profesionalna ego funkcija trenera koji predlaže eksperimente i vežbe, interveniše, edukuje, procenjuje i evaluira (Yontef, 1997).
- Verovatno se treneri u El grupama manje izlažu u svojim ličnim ranjivostima, zbog povećane odgovornosti za lično i profesionalno napredovanje polaznika edukacije, te ih članovi grupe mogu doživljavati kao distancirane i manje podržavajuće, u odnosu na vršnjake iz grupe.
- ***H2.3. Očekuje se da će varijabla stilova prevladavanja stida značajno doprineti objašnjenju izraženosti stida u El grupama***
- Višestruka regresiona analiza pokazala je da se, u našem uzorku, od 4 strategije, strategija **napad na sebe** pokazala kao **značajan i pozitivan prediktor stida** u El grupi, tj. što je više zastupljen ovaj stil prevladavanja stida, veći je i stid u El grupama.
- Kod strategije prevladavanja stida **napadom na sebe** osoba doživljava iskustvo kao negativno, prepoznaje i prihvata poruke stida kao istinite (jer ih je od ranije internalizovala), te sebe doživljava kao neadekvatnu, pogrešnu, manjkavu, bezvrednu, nedostojnu. Emocije ljutnje, besa, prezira, gađenja, osoba okreće ka sebi u pokušaju da preuzme kontrolu nad stidom i obezbedi da ostane u odnosu i bude prihvaćena (tako što se umanjuje – što povećava stid) (Elison et al., 2006).
- Jer, gde god opazimo stid (bez obzira na odbrane), osoba se nada ponovnom povezivanju (Nathanson, 1992) – što se pokazalo posebno izraženo kod ove strategije prevladavanja stida, a **što je veliki potencijal za transormaciju stida.**

II FAZA: KVALITATIVNA METODOLOGIJA

- **Osnovno istraživačko pitanje:**

Kako kontekst EI grupe doprinosi pojavljivanju, dinamici i upravljanju doživljajem stida edukanata?

- **Specifična istraživačka pitanja:**

1. Kakav je subjektivni doživljaj stida u malim EI grupama?

2. Koji elementi relacija utiču na pojavu i dinamiku doživljaja stida u malim EI grupama?

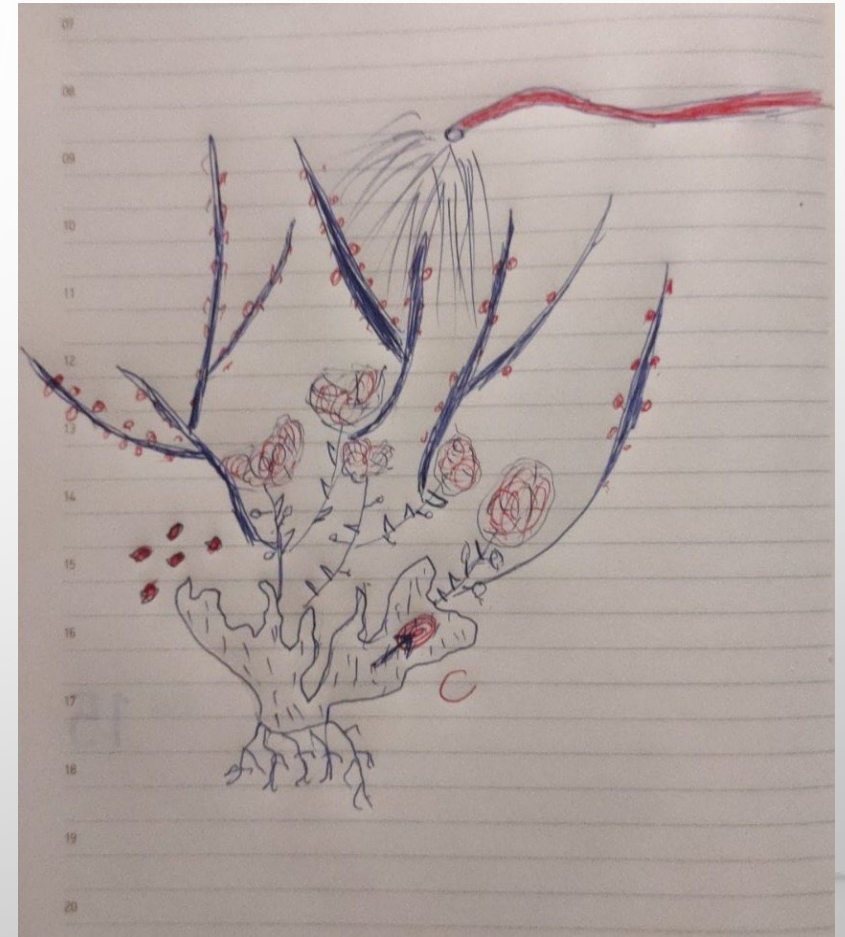
2a. Šta sve edukanti prepoznaju kao podršku i do čega ona dovodi kod njih?

3. Koje sve strategije edukanti koriste za rukovanje stidom?

4. Koju razliku edukanti vide između vanedukacijskog konteksta i konteksta EI grupe, a u vezi doživljavanja stida?

Metod druge faze istraživanja

- **Instrument istraživanja:**
 - Dubinski polustruktuisani intervju konstruisan za ovo istraživanje i podržan ekspresivnim tehnikama (crtež).
- **Način obrade podataka:**
 - Tematska (refleksivna) analiza- koja polazi iz interpretativne fenomenološke paradigme.
 - Dodatak u nazivu - “refleksivna” – označava je kao poseban pristup koji naglašava važnost istraživačeve subjektivnosti i njegovog refleksivnog angažovanja u podacima, interpretaciji i teoriji (Braun & Clarke, 2020).

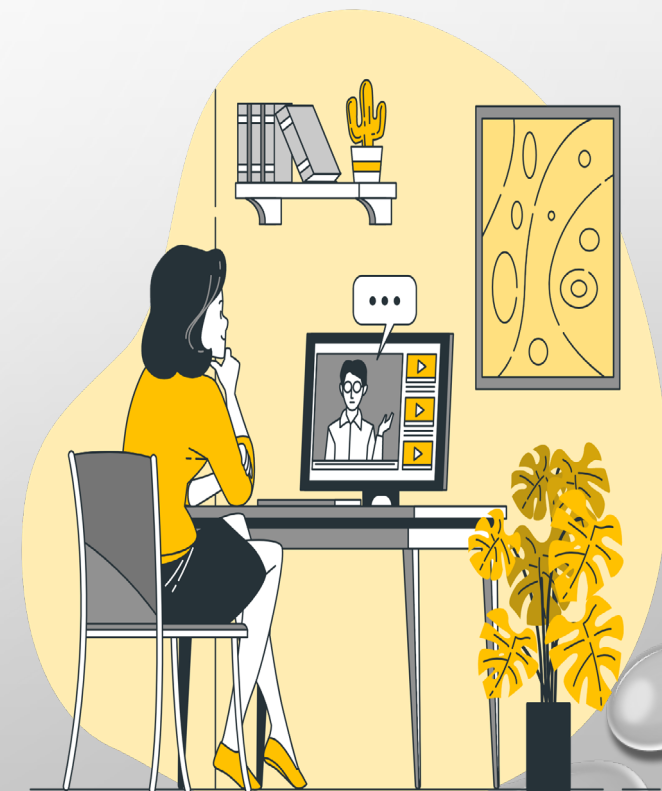


Procedura prikupljanja podataka i sagovornici:

Izbor sagovornika je bio nameran, prema generičkoj šifri, formiran po principu maksimalne varijacije.

Odabrani sagovornici za individualni intervju bili su učesnici kvantitativnog dela istraživanja, koji pokazuju značajno viši doživljaj stida u EI grupi u odnosu na vanedukacijski kontekst (troje) ili značajno niži doživljaj stida u EI grupi u odnosu na vanedukacijski kontekst (troje).

Izmišljeno ime za ispitanika	Pol	Uzrast	Godina edukacije	Skor na ISS u vanedukacijskom kontekstu (max. 96)	Skor na ISS u edukacijskom kontekstu (max. 96)
Marko	muški	27 godina	prva	44	13
Jelena	ženski	24 godine	druga	61	17
Dražen	muški	29 godina	četvrta	46	18
Sara	ženski	27 godina	druga	40	53
Valerija	ženski	33 godine	četvrta	54	68
Aleksandra	ženski	36 godina	peta	39	53



Analiza rezultata druge faze istraživanja - izdvojene teme

Tematskom analizom podataka izdvojile su se dve istaknute teme, imenovane u odnosu na ono što ,pričaju' ove teme, a u odnosu na osnovni istraživački cilj: Kako kontekst EI grupe doprinosi pojavljivanju, dinamici i upravljanju doživljajem stida edukanata?.

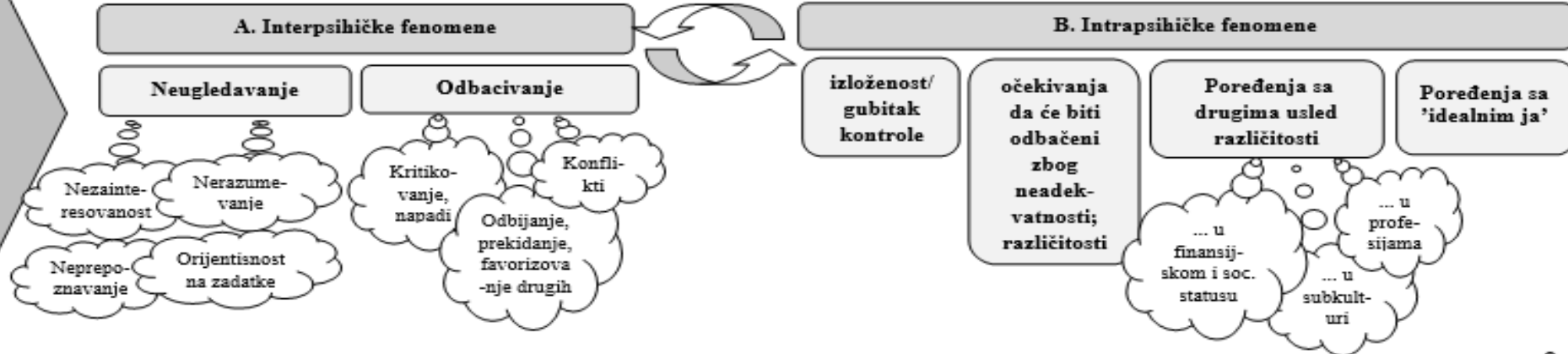
Te dve teme su:

- 1) Doživljavanje nepodržanosti u grupi – aktiviranje stida i urušavanje selfa i***
- 2) Doživljavanje podržanosti u grupi – deaktiviranje stida, reparacija i uceljivanje selfa.***



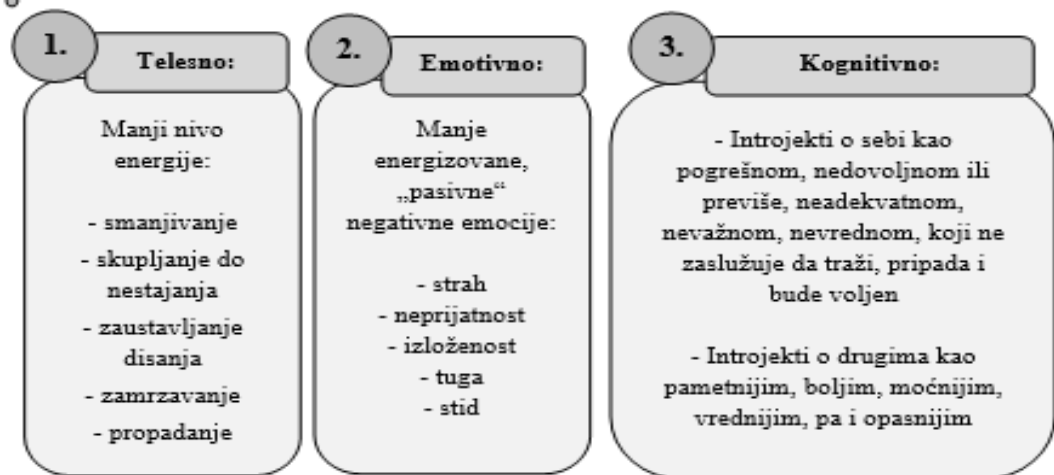
Tema 1:
DOŽIVLJAVANJE NEPODRŽANOSTI U GRUPI – AKTIVIRANJE STIDA I URUŠAVANJE SELFA

I DOŽIVLJAVANJE NEPODRŽANOSTI U GRUPI – KROZ...

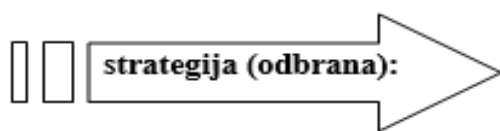
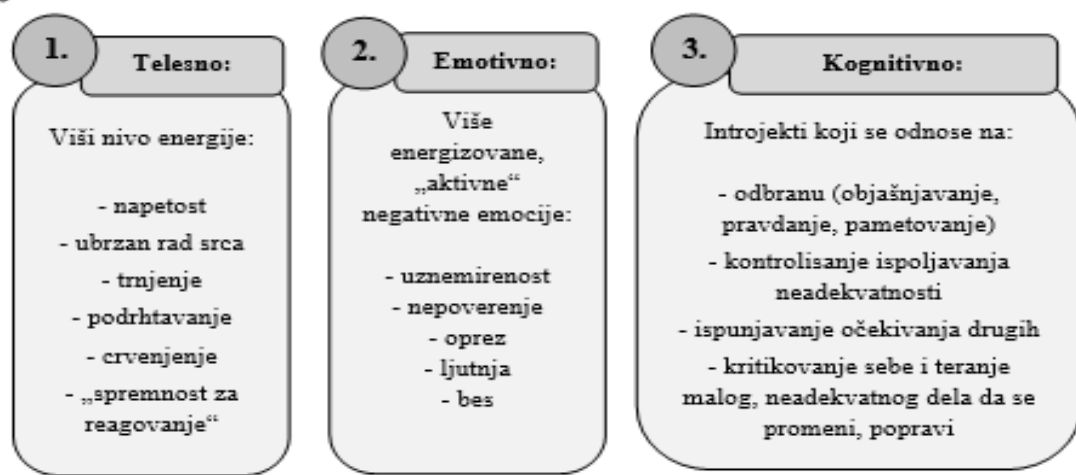


II AKTIVIRA SE STID – ZAUSTAVLJANJE UZBUĐENJA I CEPANJE SELFA NA...

A. MALI, BESPOMOĆNI, NEADEKVATNI DEO



B. VEĆI, ODBRAMBENI, KOREKTIVNI DEO



A. povlačenje

B. napad na sebe

napad na druge

izbegavanje

I DOŽIVLJAVANJE PODRŠKE U GRUPI – KROZ...

a) Ugledavanje, razumevanje, prihvatanje

- toplina, dobronamernost
- prihvatanje, uvažavanje
- trud drugih da razumeju
- poštovanje ličnih granica
- bez procene i osuđivanja
- iskrenost, spontanost

b) Otvorenost drugih i deljenje

- dobrodošlica
- otvoreno deljenje iskustava i emocija sa grupom (i treneri dele)
- iskreni, topli fidbek
- nuđenje pomoći

c) Zainteresovanost drugih

- zainteresovani pogledi, pitanja
- nežno i nenapadno uključivanje od strane grupe i trenera

d) Direktno potvrđivanje

- ... da su okej takvi kakvi jesu
- direktno ohrabrivanje trenera u novoj ulozi

e) Jasnoća/ znanje

- svesnost i znanje o tome šta se dešava u procesu

II DEAKTIVIRANJE MEHANIZMA STIDA I ASIMILACIJA ISKUSTAVA PODRŠKE

1. Drugačija osećanja

- Umirenost, nahranjenost
- Zadovoljstvo, ispunjenost, lakoća
- Važnost, vrednost, ponos
- Povezanost

2. Promene percepcije sebe, drugih i odnosa

- Ugledavanje drugih: njihove moći i odgovornosti
- Ugledavanje drugih: njihove podrške i nesavršenosti

3. Drugačija uverenja o sebi i drugima

- ... da su okej takvi kakvi jesu
- ... da mogu biti vidljivi celi i da mogu pripadati
- ... da drugi mogu biti okej i podržavajući
- ... povećanje poverenja u sebe, druge i svet

III KRAJNI ISHOD: REPARACIJA I UCELJIVANJE SELFA

Približavanje 2 „ja“ – autentičnog i adaptiranog

Veće ispoljavanje na granici kontakta

Doživljaj celovitosti i snage

Svesni, prisutni, živi na granici kontakta

Tema 2:
DOŽIVLJAVANJE PODRŠKE U GRUPI – DEAKTIVIRANJE STIDA, REPARACIJA I UCELJIVANJE SELFA

Diskusija rezultata druge faze istraživanja

- Iz analize odgovora ispitanika uočljivo je da je doživljaj stida, suštinski i bez ostatka, relacioni fenomen; da je njegovo pojavljivanje, upravljanje njime, kao i oporavljanje od njega, socijalni proces, duboko zavisan od odnosa sa drugima.
- Izdvojene teme nam puno govore o grupnim procesima, o tome kako grupa kao celina i njena uspostavljena kultura/atmosfera može biti i jeste moćna sila za dobro i loše; agens rasta, razvoja i isceljenja, kao i toksičan agens ometanja, pa i nazadovanja u rastu i razvoju (Cole & Reese, 2018).
- **1. tema: Doživljavanje nepodržanosti u grupi – aktiviranje stida i urušavanje selfa**, upravo nam govori o tome da u okviru interaktivnog grupnog procesa postoje mnoge prilike kada se pojedini članovi grupe osećaju previše različito, neugledano, odbačeno, jer grupa može snažno rekapitulirati rano porodično iskustvo (Shapiro & Powers, 2011), sa svim ranama, nezavršenim poslovima, čežnjama, te okinuti i pojačati fiksiranu adaptaciju – stid.
- U 'emotivnoj atmosferi' geštalt El grupe, u kojoj se od učesnika očekuje (eksplicitno ili implicitno) da se otvaraju, pokazuju celi sa svim svojim ranjivostima i odbranama, može se i očekivati povećana osetljivost na stid – za šta mi edukatori moramo biti osetljivi i budni.

2. tema: Doživljavanje podrške u grupi – deaktiviranje stida, reparacija i uceljivanje selfa

- Druga tema nam govori da doživljaj podržanosti za sve ono što osoba jeste, podržava i olakšava ostajanje osobe na granici kontakta (nepovlačenje – zahvaljujući ne aktiviranju doživljaja stida), što omogućava nastavak tekućeg, neprekinutog self procesa, tj. asimilaciju hranljivog iskustva, koja se prepoznaje i po drugačijim osećanjima: umirenosti, nahranjenosti, zadovoljstva, ispunjenosti, povezanosti, ali i doživljaju da smo potrebni, važni i vredni življenja i ljubavi.
- Otelovljeno prisustvo drugog na granici kontakta je centralni fenomen u procesu prepoznavanja, razumevanja i potvrđivanja druge osobe; ono što validira stvarnost i dostojanstvo njenog posebnog i jedinstvenog iskustva, istovremeno omogućavajući da doživljava da nije sama i da je povezana sa drugima i svetom (Francesetti, 2019).
- To je ono što zovemo dijaloški odnos ili otelovljeno iskustvo inkluzije (Hycner & Jacobs, 1995), a što je srce i suština filozofije i prakse geštalt terapije – ono najvažnije što je potrebno da obezbedimo i da naučimo naše edukante.

- **Ljudska relacionalna kompetencija zahteva sposobnost da se integrišu dve konstitutivne i elementarne potrebe: potrebe da osoba realizuje sebe (da bude svoja) i potrebe za pripadanjem (da "živi sa")**" (Salonia, 2007).
- **Potreba za pripadanjem/povezanošću je bazičnija, egzistencionalnija** i ukoliko je njeno realizovanje ugroženo (realno ili očekivano), osoba će žrtvovati svoju potrebu za različitošću/jedinstvenošću, da bi obezbedila opstanak.
- Ovo se **pokazalo istinitim i u ovom istraživanju** i za ove sagovornike: kada dožive da grupa ljudi kojoj žele da pripadaju ,poruči' (na razne načine) da ono što oni jesu nije prihvatljivo (nedostatak podrške), dolazi do aktiviranja stida i urušavanja selfa.
- Zarad bazičnije potrebe za povezanošću, ono što oni jesu mora biti suspregnuto (aktiviran stid), a u figuri ostaje ono što je prihvatljivo drugima (adaptacija/maska).
- Ukoliko dožive da u okruženju postoji podrška drugih za ono što oni jesu, stid se ne aktivira, self se uceljuje, tj. uspostavlja se integracija ove dve osnovne ljudske potrebe i osoba može i da pripada i da se oseća različitom/jedinstvenom.

ZAKLJUČAK

- Stida ima i u EI grupama, o čemu svedoče naši ispitanici.
- Edukanti dolaze na edukaciju sa svojim 'ugrađenim' internalizovanim stidom (fiksiranom personom) i važno je da smo mi, edukatori, svesni toga.
- Jer, kada edukator ne prepozna stid edukanata (pa i kroz razne odbrane od stida), stara uverenja se potvrđuju i stid 'okoštava'.
- Podrška vršnjaka je značajan negativan prediktor stida, te je od izuzetnog značaja intenzivno raditi, od početka života grupe, na uspostavljanju relacije kulture grupe (dijaloškog odnosa).
- Iz čitave studije i istraživanja vidi se kako edukacija i EI grupa ima veliki razvojni i transformativni potencijal za rast i razvoj selfa.



IMPLIKACIJE ZA PRAKSU - PREPORUKE

- Zbog svega toga, od izuzetne važnosti je da **edukatori grupe imaju svesnost i senzitivnost za proces stida u El grupi** i da od početka grupe snažno i predano rade na uspostavljanju relacije kulture grupe, kroz praktikovanje dijaloškog odnosa, kao i učenje edukanata tome.
- To zahteva i od edukatora **veće izlaganje** u svojim ranjivostima i pogrešivosti, kao i **stalni rad na 'rupturama' u odnosima**, kroz **preuzimanje odgovornosti za postidujuće relacije** i ponovo uspostavljanje doživljaja povezanosti.
- Takođe, važno je da treneri grupe i supervizori stalno prave **dobar balans između usmerenosti na dva osnovna cilja edukacije: na lični i na profesionalni razvoj** (jer veća orjentisanost na edukativne zadatke doprinosi pojavljivanju stida).
- Značajno je da u El grupama više pažnje posvetimo, upravo, onim edukantima u grupama koji se povlače, ćute, manje se izlažu, manje učestvuju ili su, pak, kritikujući i grubi prema drugima. Jer oni su **'senka' grupe** i, najčešće, nose za celu grupu ova neprijatna i bolna osećanja (stida, besa...).
- **Transformativno učenje** zahteva još direktnije podučavanje edukanta u razvoju konstruktivnog fidbeka i kritike, samosaosećanja prema onim delovima sebe i drugih koji pate, kao i podržavanje edukanta da neidentifikuju neka svoja iskustva i ponašanja sa celim svojim ili tuđim bićem.

Doprinos ovog rad geštalt terapiji:

- Jasnije i preciznije sagledavanje složenog procesa i dinamike internalizovanog stida, te ključnog uticaja drugih na nastanak i upravljanje ovim bolnim doživljajem, što doprinosi lakšem ugledavanju stida, sopstvenog i tuđeg, svim akterima edukacije, ali i psihoterapije i međuljudskih odnosa uopšte.
- Jasnije sagledavanje posledica po rast i razvoj selfa, što utiče na kvalitet obuke za psihoterapeute, ali i celokupnog obrazovnog procesa.
- Doprinos je i razvoj upitnika o podršci članova i trenera grupe, a može biti i snažan podsticaj razvoju istraživanja u geštalt terapiji.
- Empirijska provera geštalt teorijskih modela.

Ograničenja istraživanja:

- Zbog značaja koji kultura i atmosfera trening instituta ima na pojavu stida, jedno od ograničenja istraživanja je i što su svi ispitanici iz jednog trening instituta za geštalt terapiju.
- Ograničenja proističu i iz samih podataka koje su davali učesnici, jer su oni njihova retrospektivna sećanja i 'zapamćeni' doživljaji.
- Same procese koje smo istraživali nije lako 'uhvatiti' i zbog toga bi longitudinalno istraživanje, možda, bilo preciznije.

Literatura

- Allan, R. & Eatough, V. & Ungar, M. (2016). I had no idea this shame piece was in me: couple and family therapists' experience with learning an evidence-based practice. *Cogent Psychology*, 3, 1-16.
- Alonso, A. & Rutan, S. (1988). Shame And Guilt In Psychotherapy Supervision. *Psychotherapy*, 25(4), 576-581.
- Bilodeau, C., Savard, R. & Lecomte, C. (2012). Trainee Shame-proneness and the Supervisory Process. *The Journal of Counselor Preparation and Supervision*, 4(1), 37-49. <https://Repository.Wcsu.Edu/Jcps/Vol4/Iss1/3>
- Braun, V. & Clarke, V. (2020). One Size Fits All? What Counts As Quality Practice In (Reflexive) Thematic Analysis? *Qualitative Research In Psychology*, 17(4), 1-25. <https://doi.org/10.1080/14780887.2020.1769238>
- Chorinsky, B. (2010). *The Impact of Shame on Supervisee Openness In Psychotherapy Supervision*. Lap Lambert Academic Publishing.
- Cole, P. H. & Reese, D. (2018). *New Directions in Gestalt Group Therapy: Relational Ground, Authentic Self*. Routledge.
- Cook, D. R. (2001). *Internalized Shame Scale: Technical Manual*. Multi-health Systems.
- Dejang, P. (2022 (2015)). *Stid - Razumevanje i terapija hroničnog stida* (J. Đerić Počuča, prev.). Psihopolis Institut.
- Doherty, E. J. (2005). The Role of Internalized Shame in Clinical Supervision (Doctoral Dissertation, Fielding Graduate University), *Dissertation Abstracts International*, 67, 538.
- Duffy, M. E. (2006). Translating Instruments Into Other Languages. *Clinical Nurse Specialist*, 20(5), 225–226.
- Elison, J. (2006). Investigating the Compass of Shame: The Development of the Compass of Shame Scale. *Social Behavior and Personality*, 34(3), 221-238.
- Francesetti, G. (2019). The Field Perspective in Clinical Practice: Towards a Theory of Therapeutic Phronesis. In P. Brownell (Ed.). *Handbook for Theory, Research, and Practice in Gestalt Therapy* (2nd Ed.), 268-303. Cambridge Scholars Publishing.
- Francesetti, G. (2022). *Fundamentals of Phenomenological Gestalt Psychopathology*. L'exprimerie.
- Fuhr, R. & Gremmler-Fuhr, M. (1995). Shame in Teaching/Learning Settings: A Gestalt Approach. *British Gestalt Journal*, 4(2), 91-100.
- Gilbert, M. C. & Evans, K. (2000). *Psychotherapy Supervision*. Open University Press.
- Hahn, W. K. (2001). The Experience Of Shame In Psychotherapy Supervision. *Psychotherapy*, 38, 272–282. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.38.3.272>
- Harkins, M. R. (2020). *Shame in the Supervisory Hour: Do Supervisors Sense what is Hidden?* Doctoral Dissertation, Antioch University, New England. <https://aura.antioch.edu/etds/607>
- Hess, S. A., Knox, S., Schultz, J. M., Hill, C. E., Sloan, L., Brandt, S., Kelley, F. & Hoffman, M. A. (2008). Predoctoral Interns' Nondisclosure In Supervision. *Psychotherapy Research*, 18(4), 400–411. <https://doi.org/10.1080/10503300701697505>
- Holloway, K. (2016). *Exploring Shame within the Supervisory Relationship* (Master's Thesis, St. Catherine University From Sophia). https://sophia.stkate.edu/msw_papers/597
- Hycner, R. & Jacobs, L. (1995). *The Healing Relationship in Gestalt Therapy; A Dialogic/Self Psychology Approach*. The Gestalt Journal Press.

- Kaufman, G. (1996). *The Psychology of Shame: Theory and Treatment of Shame-based Syndromes* (2nd Ed.). Springer Publishing Company, Inc.
- Kearns, A. & Daintry, P. (2000). Shame in the supervisory relationship: Living with the enemy. *British Gestalt Journal*, 9(1), 28-38.
- Ladany, N., Hill, C. E., Corbett, M. M., & Nutt, E. A. (1996). Nature, extent, and importance of what psychotherapy trainees do not disclose to their supervisors. *Journal of Counseling Psychology*, 43(1), 10–23.
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.43.1.10>
- Lee, R. G. (1995). Gestalt and Shame: The Foundation for a Clearer Understanding of Field Dynamics. *The British Gestalt Journal*, 4(1), 14-22.
- Lee, R. G. (2003). Shame and the gestalt model. In R. G. Lee & G. Wheeler (eds.). *The Voice of Shame: Silence and Connection in Psychotherapy* (2nd ed.), 3-22. Gestalt Press.
- Moran, M. (2017). *The emergence of shame in counselling and clinical psychology supervision: A narrative analysis* (Doctoral Dissertation, University of East London). [Doi:10.15123/pub.6780](https://doi.org/10.15123/pub.6780)
- Nathanson, D. L. (1992). *Shame and pride: Affect, sex, and the birth of the self*. Norton.
- Opačić, S. i Bratina, S. (2020). Stid u treningu za geštalt terapeute – iskustvo edukatora. *Geštalt zbornik*, 7, 79-89.
- Opačić, S. i Jovanović Milanović, O. (2022). Ja, drugi i stid: doživljaj stida studenata u edukaciji za geštalt psihoterapeute. *Andragoške studije*, 1, 105-126.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Constable.
- Perls, F., Hefferline, R., & Goodman, P. (1951). *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*. Dell.
- Salonia, G. (2007). Social changes and psychological disorders. Panic attacks in postmodernity. In G. Franceseti (ed). *Panic attacks and postmodernity*, 46-63. Franco Angeli.
- Samec, J. R. Ma (1995). Shame, guilt, and trauma: Failing the psychotherapy candidate's clinical work. *The Clinical Supervisor*, 13(2), 1-17. http://dx.doi.org/10.1300/j001v13n02_01
- Shapiro, L. E. & Powers, A. T. (2011). Shame and the paradox of group therapy. In R. L. Dearing & J. P. Tangney (eds.). *Shame in the therapy hour*, 115-136. American Psychological Association.
- Wheeler, G. (2000). *Beyond individualism: Toward a new understanding of self, relationship & experience*. GIC Press.
- Wheeler, G. (2003). Self and shame: A new paradigm for psychotherapy. In R. G. Lee & G. Wheeler (eds.). *The Voice of Shame: Silence and connection in psychotherapy* (2nd ed.), 23-60. Gestalt Press.
- Yontef, G. (1997). Relationship and sense of self in gestalt therapy training. *The Gestalt Journal*, 20(1), 17-48.
- Yourman, D. B., & Farber, B. A. (1996). Nondisclosure and distortion in psychotherapy supervision. *Psychotherapy*, 33(4), 567–575.
<https://doi.org/10.1037/0033-3204.33.4.567>
- Yourman, D. B. (2003). Trainee disclosure in psychotherapy supervision: the impact of shame. *Journal of Clinical Psychology*, 59(5), 601–609. <https://doi.org/10.1002/jclp.10162>



HVALA NA PAŽNJI!