

**Oslobodený objekt
alebo
kde spočinie pohľad
Význam „pohľadu do očí“ ako východiskového bodu pre mentalizáciu a
symbolizáciu**

Anna Sieber-Ratti

Trojicu *imaginácia – identita – kreativita*, motto Medzinárodného kongresu 2014 v Bratislave, spojím v mojom príspevku so „skúškou pohľadu do očí,” ktorá je typickou intervenciou používanou v KIP, a to pomocou súvislostí s umením.

„I believe that art is the only form activity to which man as a man shows him self to be a true individual. Only in art is he capable of going beyond the animal state, because art is an outlet towards regions not ruled time and space.”

Marcel Duchamp

Úvod

V kontexte vzdelávania v KIP a pri čítaní publikácií som si všimla, že hoci sa často hovorí o „konfrontácii so symbolom,” predsa len som zriedka nachádzala zmienku o „skúške pohľadu do očí,” ktorú vo svojej učebnici predstavil Hanscarl Leuner:

*„V čom väzí, technicky vzaté, skúška pohľadu do očí? Pri objavení sa symbolického geštaltu, zvieratá, ľudskej bytosti, ponúkame pacientovi, aby obrátil svoju pozornosť na oči zmieneného geštaltu. Pacient si má nechať na seba emocionálne pôsobiť **psychický výraz očí**, lepšie povedané pohľadu.”* (Leuner, 1994, s. 65)

Vo svojom príspevku stručne opíšem odlišné možnosti využitia konfrontácie so symbolom a skúšky pohľadu do očí. Predovšetkým mi ide o integráciu „skúšky pohľadu do očí” do moderných úvah vzťahujúcich sa na techniku liečby.

Skúška pohľadu do očí môže poskytnúť dôležité zistenia vo vzťahu k chápaniu vzorca väzby a k dosiahnutému modusu mentalizácie, *čo môže mať v psychoterapeutickom procese veľký klinický význam.*

K pôvodu termínu mentalizácia

Pojem mentalizácia nevznikol tak, ako by sme sa mohli domnievať, v kontexte psychoterapie, ale už pred približne 100 rokmi na poli avantgardného umenia.

Bol to predovšetkým Marcel Duchamp so svojim „ready made umením”, ktorý ako prvý predpokladal, že umenie vzniká tak v hlave umelca, ako aj v hlave pozorovateľa. Posunul umenie z jeho pôvodne remeselnej roviny ku „konceptualizačnému správaniu,” pričom umelecké dielo označoval za „produkt môjho Self”. Tu Duchamp už pred 100 rokmi používa pojem z

oblasti mentalizácie „from the body to the mind”. Dôsledne stavia do centra vzťah medzi umelcom, pozorovateľom a umeleckým dielom, čím mení obvyklé chápanie umenia v jeho opak. **Mentálne procesy** pripisuje umeniu, hovorí o štvrtej dimenzii a už v roku 1915 v New Yorku zdôrazňuje:

„Musíme v umení dosiahnuť nové hodnoty – vedecké hodnoty, nielen sentimentálne.” (In: Stauffacher, 2012).

Koncom šesťdesiatych rokov sa termín mentalizácia prvýkrát použil v psychoanalytickom kontexte, a síce v súvislosti s autizmom a schizofróniou. V 90. rokoch nasledoval „boom” výskumu mentalizácie, čo trvá dodnes.

Oslobodený objekt

Termín **oslobodený objekt** som vytvorila v priebehu zaoberania sa Duchampovým „**objet trouvé**” (objavený objekt). Duchamp označil umelecké dielo za čisto „vnútorný produkt môjho self” (Duchamp, 1959).

Pod „vnútorným produktom” Duchamp rozumie vnútorné vyrovnanie sa medzi rôznymi reprezentáciami Self a objektu. Toto vyrovnanie sa Duchamp nachádza vo štvrtej dimenzii a predpokladá intenzívne hľadanie.

Oslobodený objekt sa vzťahuje na zrelé Ja, ktoré je schopné sa **hravo a kreatívne** pohybovať v moduse mentalizácie. Aby sa predmet mohol stať oslobodeným objektom, musí sa oslobodiť od svojej účelovosti.

Oslobodený objekt je vytúžený cieľ každej psychoterapie. Ide pritom o oslobodenie od neurotických alebo traumatických fixovaných vnútorných objektov (v KIP týmto myslíme vnútorné obrazy). Predpokladom na oslobodenie objektu je nájdenie „**objaveného**” objektu. Následne sa objekt stáva východiskovým bodom kreatívneho procesu. Tento proces sa výrazne podporuje v KIP, a to prostredníctvom zadania motívu a vytvorenia priestoru pre hru, v ktorom sa stretne klient a terapeut. Novozískané zážitky a spôsoby správania, ktoré vznikajú v rámci vzťahu prenosu a protiprenosu, sa vyskúšajú prepracúvajú v terapeutickom vzťahu tu a teraz.

Od predmetu ku konceptu

V metafore oslobodeného objektu je zahrnutá predstava, že relatívne zrelé Ja treba „len” oslobodiť od prekážok, aby mohlo nachádzať vždy novo získanú funkčnosť. Toto je možné chápať ako **metamorfózu** alebo ako skúsenosť s objektom zmeny. Dnes na základe výskumu väzby vieme, že k dispozícii musia byť aj stabilné väzby a spôsoby mentalizácie. Osobitá situácia je pri „predmete”, ktorý sa má stať „konceptom”. „Predmet” je metaforou vzťahujúcou sa na implicitný modus raných zážitkov (Dieter, 2012), keď nie je k dispozícii symbolická reč a narácia. Túto skutočnosť môžeme pozorovať u malých detí, ktoré sa pohybujú medzi rozličnými nezrelými spôsobmi mentalizácie a neustále získavajú nové zručnosti.

Predmet

- modus ekvivalencie alebo ako-keby (Fonagy a i., 2004),
- konkretistický,

-žiadna symbolická reč, žiadna narácia.

Koncept

-dosiahnutá schopnosť symbolizácie,
-nadobudnutá syntéza (Zeki, 2010),
-scénické pochopenie (Lorenzer, 2006).

„Koncept“ predstavuje význam, ktorý stojí „za“, je stvárnený „zhustene“, predstavuje subjektívne zoradenie vecí, princíp symboliky, teda ide o metaforu pre explicitný modus (Ehrmann, 2005; Dieter, 2006). Koncept možno chápať aj ako syntézu v zmysle chápania neurovied (Zeki, 2010). Obrazná reč súvisí s mechanizmom primárneho procesu, ponúka možnosť vyskúšať nové roly v rámci terapeutického regresie, zmeniť vnímanie samého seba a zažiť **emocionálne korigujúce skúsenosti**.

Na tomto mieste sa stáva umenie Marcela Duchampa revolučným, keď stavia veci „na hlavu“ s cieľom zbaviť ich ich funkčnosti, a tým ich istým spôsobom oslobodiť, nájsť novú identitu, **identitu**, ktorá sa mení vždy v závislosti od stavu pozorovateľa (Bonito Oliva, 2005). Strata zážitkových zvyklostí, ako aj zvyklostí, ako vidieť veci, ktoré sa utvárali počas dlhých rokov, môže v terapii pacientov viesť k úzkostiam. Vzniknutá úzkosť vedie k odporu a k úzkostne obsadeným obrazom, ktoré sú v KIP zvlášť zreteľné. Na druhej strane ziskom je vytvorenie priestoru pre hru, ktorý sa ponúka ako javisko pre skúšanie, priestor, ktorý súčasne rozdeľuje aj spája. Priestor pre hru je východiskovým bodom pre kreativitu a myslím si, že „**objekt trové**“ je samotnou **kreativitou**. Kreativita znamená pozorovať svet „kreatívnym pohľadom“ (Winnicott, 1971) a, poeticky sformulované, nechať pohľad padnúť (spochiňnúť) tam, kde chce.

Kde spočívajú pohľad: oko a jeho význam

Oko, zmyslový orgán videnia ako aj symbol pre „byť videný“, pre poznanie, ako aj byť poznaný, vytvára prah, miesto pripojenia (šev) medzi vnútrom a vonkajšou realitou a prispieva spolu s ostatnými zmyslovými modalitami k utváraniu identity.

Jazyky majú k dispozícii viacero výrazov pre oko a zvlášť pre činnosť oka „vidieť“, „hľadiť“, „pozorovať“. Niektoré výrazy obsahujú aj afektívnu prímies, napr. „uprene sa dívať“, „všímať si“. Výskum väzby, dojčiat a malých detí rozpracúva význam ľudskej tváre pre emocionálne učenie sa. Deti už od prvých dní po narodení majú schopnosť ostro vidieť na vzdialenosť 30 cm, čo zodpovedá vzdialenosti tváre matky pri dojčení.

Meltzof a Moore (1977) ukázali, že **pozorovanie** tváre predstavuje už u úplne malých detí dôležitý základ pre somatické a mentálne reprezentácie. Pôsobivú podporu týmto zisteniam poskytli najnovšie zistenia z oblasti neurovied, menovite týkajúce sa funkcie a psychologického významu zrkadlových neurónov. Sokratovsko-platónska otázka týkajúca sa možnosti ľudského poznania sa nastoľuje prostredníctvom moderných neurovied. Semi Zeki (2010) poukazuje na skutočnosť, že predovšetkým videnie sa podieľa, pri pomoci afektívneho prežívania, na tom, čo sa považuje za skutočnosť a čo len za predstavu skutočnosti.

Uvedené poukazuje na jasný vzťah medzi skúškou pohľadu do očí v kontexte KIP a procesmi mentalizácie. Oči hrajú rozhodujúcu úlohu pri vývoji mentalizácie, špeciálne pri vytváraní „theory of mind“.

TOM „theory of mind”

Ide nielen o predpoklad schopnosti zaoberať sa správaním partnera, ale aj o možnosť vytvoriť si vnútorný obraz o jeho presvedčeníach, postojoch, prianiach, ktoré ležia v jeho základe.

Fonagy a jeho spolupracovníci (napr. 2004) zastávajú stanovisko, že mentalizácia súvisí s kvalitou raných objektových vzťahov. To znamená: keď sa dieťa vo svojom vnímaní blízkosti matky cíti byť **isté a chánené**, systém väzby sa stane **neaktívnym**, dieťa sa môže obrátiť k okolitému svetu a explorať ho. Toto zodpovedá antitetickému exploračnému systému. Dieťa s bezpečnou väzbou môže svoju pozornosť venovať okoliu, bez toho, že by malo strach zo straty objektu.

Naproti tomu deti s neistou väzbou, neskôr dospelí s deficitnou schopnosťou mentalizácie, majú tendenciu, v situáciách kontaktu s druhými osobami, keď sú oslovené emocionálne obsahy a stavy, strácať schopnosť mentalizácie, pretože stimulovanie **systému väzby** bráni, prekáža **mentalizácii**. Ako následok môžu byť aktivované tri rané predmentalizačné spôsoby. Pacienti strácajú svoju schopnosť mentalizovať tu a teraz, regredujú ku skorším spôsobom a skreslene vnímajú realitu. Takto majú k dispozícii len základné zvládacie stratégie, ktoré nezodpovedajú ich ostatným schopnostiam.

V tabuľke sú uvedené dobré a obmedzené schopnosti mentalizácie

Schopnosť mentalizácie	dobrá	obmedzená
modus vnímania reality	reflektujúci	ekvivalencia al. ako-keby
prežívanie reality	primerané, hravé	mohutné al. bez významu
interpretácia reality	zámerná	konkrétna, teleologická
prežívanie seba	koherentné, integrované	inkoherentné, disociované cudzie Self
Identita	istá	difúzna, disociovaná

Znaky schopnosti mentalizácie (Bloom 2009, s. 48)

Bloom predpokladá, že schopnosť mentalizácie nájde vyjadrenie v diagnostike vzťahu, konfliktu a zvlášť štruktúry osobnosti. V situáciách relevantných pre väzbu alebo pri ich opise môže byť mentalizácia obzvlášť dobre ohodnotená.

Za takýchto okolností bude zjavné, či jedinec seba, ako aj druhých vníma koherentne a realisticky a môže uvažovať aj o iných spôsoboch pohľadu. Bude viditeľné, či sebe a druhým ľuďom môže popri bezprostrednej zjavnej realite priznať aj iné potreby, priania a impulzy.

Konfrontácia so symbolom verus skúška pohľadu do očí

V prvých rokoch po vytvorení KIP Hanscarl Leunerom sa často a s úspechom používalo odporúčanie „konfrontácie so symbolom”. Pri tejto konfrontácii bol imaginujúci klient pridržený pri geštalte vzbudzujúcom strach prostredníctvom fixovania jeho očí, udržania pohľadu symbolického geštaltu a prípadne dosiahnutia jeho „zmeny”.

Konfrontácia so symbolom

Ide o direktívny postup, ktorý má sprostredkovať štruktúru, sugestívne-podporujúci, nápomocný pre získanie nových možností správania sa.

Oproti tomu skúška pohľadu do očí sleduje iné ciele. Nejde o direktívne odporúčanie správania, ale o ponuku empatickej reflexie. Jej prostredníctvom môže terapeut zistiť, do akej miery sa imaginujúci klient môže vžiť do seba, ako aj do iných.

Technicky ide o „pozvanie“ k opisu symbolického geštaltu z motívu „okraj lesa“ z hľadiska držania tela, pohybu, blízkosti a vzdialenosti, ako aj celkového výzoru, predovšetkým však výrazu očí.

Skúška pohľadu do očí

Pomocou skúšky môže terapeut zistiť, nakoľko sa imaginujúci klient môže vžiť do seba, ako aj iných osôb: ide o empatickú reflexiu.

Pokiaľ viem, skúška pohľadu do očí doteraz nebola predmetom vedeckého výskumu. Oči zrkadlia duševné procesy, obzvlášť emocionálny výraz očí imaginovaného symbolického geštaltu ((schopnosť vytvoriť a udržať očný kontakt, schopnosť zrkadlenia očí). Tieto fenomény sa neukážu len vtedy, keď sa KIP terapia dobre rozvíja, ale aj keď sa objaví odpor. Spomínam si na Leunerove opísanie tzv. „skúšky pohľadu do očí“ a prišla som k záveru, že v súčasných podmienkach by sme mohli úspešne systematicky skúmať podmienky zmeny výrazu očí, resp. pohľadu. Moje úvahy ma priviedli k otázke, či by „skúška pohľadu do očí“ mohla byť vhodná na jednej strane pre stanovenia klinickej prognózy, na druhej strane pre validizáciu úspechov liečby.

Kde spočinul pohľad -- vedecký pohľad na „skúšku pohľadu do očí“

V rámci mojej činnosti ako docentky na Vysokéj škole pre užité vedy v Zürichu (www.zhaw.ch), na oddelení psychológie, sme realizovali štúdiu zameranú na uvedený problém. Cieľom jednej zo štúdií bolo overenie hypotézy, že skúška pohľadu do očí by mohla byť poukazom na dosiahnutý mentalizačný modus skúmanej osoby. Išlo o kvalitatívnu štúdiu. Štúdie sa zúčastnili probandi, väčšinou študenti, ktorým sme podrobne vysvetlili intervenciu. Jadro štúdie sme rozdelili na dve časti, **intervenciu** a na **rozbor**, (hodnotiacej inštrukcie) podľa Masta 2012.

Pre empirické spracovanie sme použili tieto vedecké nástroje:

- exploračnú intervenciu vrátane zvukového záznamu a prepisu,
- RMET (Reading Mind in the Eyes Test, Baron-Cohen, 2005),
- pološtruktúrované interview pokusnej osoby po intervencii (o tom, ako intervenciu prežívala) vrátane zvukového záznamu a transkripcie (Steinke, 2010).

Test RME (Reading and Mind in the Eyes-Test) slúži na odhad kognitívnej empatie. Testovaný subjekt musí prostredníctvom posúdenia výrazu očí ukázať, či je pre neho možné vcítiť sa do mentálneho stavu inej osoby. Baron-Cohen so spolupracovníkmi vyvinuli test v r. 2001, v r. 2005 ho preložil Bölte do nemčiny. Forma pre dospelých obsahuje 36 položiek. Každá pozostáva z čierno-bielej fotografie očí dospelých žien a mužov. Úloha spočíva v odčítaní toho, čo osoba na obrázku myslí alebo cíti, pričom musí vybrať jeden zo 4 výrazov,

ktorý výrazu očí najviac zodpovedá. Príklad 4 výrazov: bolestivý – roztržitý – žiadajúci – presvedčený.

Na opis gešaltu sa stanovili 4 dimenzie:

- opis gešaltu,
- dištancia voči gešaltu,
- držanie tela gešaltu,
- výraz očí gešaltu.

Práca sa vždy začala imagináciou s KIP motívom „krajina/okraj lesa“:

„Predstavte si nejakú krajinu. Môžete mi krajinu opísať až k horizontu? Od horizontu sa blíži smerom k vám nejaký gešalt, najprv vidíte len siluetu...“

K dimenzii: **opíšte gešalt**

- opíšte, prosím, ako gešalt vyzerá,
- opíšte, ako sa pohybuje.

K dimenzii: **vzdialenosť voči gešaltu**

- aká je vzdialenosť medzi vami a gešaltom?
- ako sa pri tom cítite.

K dimenzii: **držanie tela gešaltu**

- aké má gešalt držanie tela?
- ako na vás jeho držanie tela pôsobí? Gestá?
- aké je vaše držanie tela?
- vaše gestá?

K dimenzii: **výraz očí**

- prosím, skúste nadviazať s gešaltom očný kontakt,
- prosím, skúste očný kontakt udržať,
- aký výraz očí má gešalt?
- ako na vás tento pohľad pôsobí?
- prosím, pozrite sa gešaltu do očí,
- ako pôsobí váš pohľad na gešalt,
- mení sa niečo v pohľade gešaltu, alebo vo vašom pohľade?

Veľkú hodnotu má výskumný dizajn porozhovoru:

K tejto dimenzii:

- Ako sa cítite? Ako sa máte? Aké to pre vás bolo?
- Ste prekvapení?
- Na začiatku ste povedali, že gešalt bol...
- Ako ste vnímali oči? Môžete to opísať ešte trochu presnejšie?
- Pripomína vám tento gešalt niečo alebo niekoho?
- Povedali ste, že pohľad gešaltu bol...

- Môžete k tomu povedať trochu viac?

Hlavné výsledky sa dajú následne zosumarizovať:

- Významná podpora vcítania sa do seba aj do druhého.
- Zlepšenie empatie a introspekcie.
- Relevantný význam pozozhvoru v KIP.

Pri všetkých skúmaných osobách sa ukázal jasný rozdiel prevládajúceho modusu mentalizácie medzi imagináciou a porozhovorom. Odpovede skúmaných osôb počas imaginácie najčastejšie zodpovedali ako-keby modusu, zatiaľ čo v porozhovore dominoval zrelý mentalizačný modus.

Toto exploračné zisťovanie ukázalo, že mentalizačné procesy možno stimulovať prostredníctvom použitia intervencie „skúška pohľadu do očí“. Okrem toho je v rámci porozhvoru možný odhad schopnosti mentalizácie danej osoby. Zvlášť aktivizujúco na proces mentalizácie pôsobí imaginácia geštaltna a pokus nadviazať s ním očný kontakt. Skúmané subjekty potvrdili, že špecifické otázky smerujúce k rozličným úvahám ich povzbudili k vlastným myšlienkam a prežívaniu. To sa ukázalo aj v reflektujúcich a sebakritických odpovediach v porozhovore a v interview.

Skúška pohľadu do očí, oslobodený objekt a Marcel Duchamp

Ešte pár slov o tom, ako som prišla k tomu písať v jednom článku o avantgardnom umelcovi z čias prvej svetovej vojny a o intervencii „skúška pohľadu do očí“.

Duchamp prekvapil v r. 1913 so svojimi „Ready-mades“.

KIP a umenie majú podobnú pozíciu švíka medzi vnútorným a vonkajším. KIP a umenie patria do „medzipriestoru“, „priestoru pre hru“. Umenie a psychoterapia, každý svojimi prostriedkami, sa snažia tvoriť prostredníctvom kreativity „stratený objekt“. Umenie a psychoterapia dávajú „nájdenejmu objektu“ novú identitu. V KIP je metamorfóza spojená s protiprenosom a zadaním motívov. Duchampove „ready makes“ je, takpovediac, avantgardný spôsob zadávania motívu v KIP.

Duchampova štvrtá dimenzia alebo priestor pre hru

„Myslel som práve na ideu projekcie, na neviditeľnú štvrtú dimenziu, pretože ju nemôžeme vidieť očami.“

Duchamp označoval bežné maliarstvo pohľadovo za „retinálne“, zatiaľ čo on sám bol na ceste smerom k dosiahnutiu prechodu z mentálneho alebo psychologického stavu do iného.

Marcel Duchamp bol prvý, kto vniesol koncept **priestoru pre hru**. Spomenutý koncept však pre neho nemal psychologický význam tak, ako ho priniesol neskôr Winnicott (1951), ale išlo mu diskurz v oblasti moderného umenia. V jeho práci *Veľké sklo* sa pokúsil predstaviť štvrtú dimeziu. Winnicottova kniha má názov *Hra a realita*, kde píše o tom, ako deti zvládajú realitu prostredníctvom hry, a to tak, že najskôr si vybudujú modus prežívania reality ako-keby. V podobne nazvanej knihe (*Hranie sa s realitou*) poukazujú Fonagy a Target (2002) na skutočnosť, že borderline pacienti sa v priebehu terapie zlepšujú, pokiaľ sa im podarí hrať sa s realitou.

V psychoterapii ide vždy o znútorňovanie dobrých objektov, ktoré boli najskôr skryté. Najprv ich pacient musí spoznať „objets trouvés“, následne oslobodiť od ich primárnej funkčnosti. To je pozícia moderného umenia v napojení na Marcela Duchampa. Na tomto mieste sa veľmi približuje Duchamp so svojim spoznaním „priestoru pre hru“ v umení k Winnicottovej psychológii alebo modernému výskumu mentalizácie.

V tradičnom umení nachádzame jeden podobný príklad. Michelangelo Buonarroti (1513 – 1515) otvoril svojou sochou Mojžiša obrovský priestor pre hru, ktorý využil Michelangelo Antonioni v spôsobe svojho umeleckého stvárnenia.

V jeho pohľade sa socha stáva pre pozorovateľa živou a dá sa vnímať ako „objet trouvé“

Súhrn

Autorka spája avantgardné umenie Marcela Duchampa a jeho objavenie „priestoru pre hru“ s modernou psychológiou D. W. Winnicotta, ako aj s moderným výskumom mentalizácie. Opisuje experimentálny výskumný dizajn, v ktorom prepája „skúšku pohľadu do očí“ s „mentalizáciou“ Ukázalo sa významné zlepšenie mentalizácie, keď sa pracovalo s intervenciou „skúšky pohľadu do očí“. V závere naznačuje umelecký exkurz smerom k pochopeniu „objet trouvé“.

Kľúčové slová: imaginácia – mentalizácia – skúška pohľadu do očí.

O autorke

Anna Sieber-Ratti Lic.phil.

Odborná psychologička pre psychoterapiu FSP/KIP

Docentka Vysokej školy pre užité vedy v Zürichu, oddelenie psychológie, zhaw.ch

V súkromnej praxi, CH-8008 Zürich, Mühlebachstrasse 44

Docentka SAGKB

e-mail: anna.sieber-ratti@zhaw.ch

