

ПРЕДПОСТАВКИ ЗА УСПЕХ НА ПСИХОТЕЛЕСНИЯ ТЕРАПЕВТИЧЕН ПОДХОД НА НЕОРАЙХИАНСКАТА ШКОЛА

Вътева Весела

Неорайхиански аналитичен психотерапевт, аналитик-дидактик и супервизор - частна практика

Съдържанието предвижда едно сбито представяне на философията на психотелесния терапевтичен подход на НШ. Той стъпва на някои постижения на З. Фройд (дефиниране на несъзнаваното), на В. Райх (сомата, като субстрат, който съдържа несъзнаваното), Ал. Лоуен (формулирането на основните характерови структури) и В. Бернасconi (петте движения, като възможност за по-здраво функциониране на индивида, срещу техните невротични варианти). Като проследява логиката на възникване на невротичните състояния, текстът очертава и съответното предложение за резултатна терапевтична помощ. Този подход предполага и добрата практика за подготовка на аналитични психотерапевти от гледна точка на неорайхианската школа. Текстът има за цел да хвърли още светлина върху утвърдилата се през последните 11 години в България практика на НШ.

Психичен апарат според неорайхианската школа (НШ).

Взаимовръзка на психика и сома – факти.

Генезис на невротичната характерова структура в еволютивното развитие на детето.

Смисъл на петте движения.

Логика на характеровите патологии.

Логика на един резултатен терапевтичен подход.

Изисквания към качествена подготовка на аналитични психотерапевти: интелектуализацията срещу осмисленият личен опит.

PREMISES FOR SUCCESS OF THE PSYCHOSOMATIC THERAPEUTIC APPROACH OF THE NEWREICHEAN SCHOOL

The contents aim to outline briefly the philosophy of the Newreichean psychosomatic therapeutic approach. This approach is based on some of S. Freud's discoveries (the discovery and definition of the unconscious), W. Reich (the interrelations between the body, its muscle system containing the unconscious, and the psyche), Alexander Lowen (the description of the five basic character structures) and W. Bernasconi (the Five Movements of human psychic functioning in relation to one's needs vs. their neurotic variants). Following the logic of the genesis of the neurotic character structures, the text will try to outline the consequent suggestions for a successful therapeutic approach. Such an approach presupposes the principles of the good practice for training analytical psychotherapists from a Newreichean point of view. The author aims to throw some additional light on the Newreichean ideas and practice, which have achieved good results in this field for the last 11 years in Bulgaria.

The psychic structure according to the Newreichean School.

Some facts about the correlations between psyche and soma.

Genesis of the neurotic character structure in the evolutionary development of the child.

Logic of the character pathologies.

Logic of a successful therapeutic approach.

Requirements for a successful process of training analytical psychotherapists: intellectualization vs. meaningful personal experience.

Текстът, който предлагам, има за основна цел да представи по възможно най-ясен и кратък начин принципите на неорайхианската философия и практика. Необходимостта от това се налага от споменатите по-долу причини.

НШ започна да подготвя аналитични психотерапевти преди 11 години, когато в полето на приложната психология такива специалисти почти нямаше. Никой от нас не можеше да предвиди до какви резултати ще доведе теоретичната ни и практическа подготовка. Условието, в които се провеждаше тя, бяха трудни: в България липсваха такива традиции, критерии и правила, а професионалната и обществена нагласа към новите начинания в

тази област беше недоверчива и дори враждебна. Собствените ни предубеждения и защити, обаче, се оказаха най-трудното препятствие. И все пак, у нас, първите записали се в неорайхианската школа за следдипломна специализация, се раждаше увереност, извор на която бяха личният ни терапевтичен опит в нея, мотивиран от индивидуалните ни търсения, и доверието в създателя и, проф. Валдо Бернаскони. Това доверие укрепваше в работния процес, в който се чувствахме разбирани и приемани без следа от садизъм, оценяване или демонстрация на научно превъзходство. След всеки тренинг в Лугано, Швейцария, аз и колегите ми продължавахме с още по-голямо желание и с убеждението, че терапията ни е действително работеща и с големи възможности за оказване на помощ. Годишите, в които работих не само по индивидуалните си психодинамични проблеми, но и с клиенти, отначало под супервизия, а после и самостоятелно, в качеството ми на аналитичен психотерапевт, вече дават резултати. Споделянето им е израз на потребността ми от самоидентификация и утвърждаване и от страна на по-широка професионална общност. Надявам се, също така, този текст да предложи информация за размисъл и обогатяване.

Поради спецификата на психотерапевтичната работа, резултатите, които споменах, не идват нито бързо, нито лесно. В голяма степен те зависят не само от потенциалните възможности на терапевтичния подход, но и от личните качества на психотерапевта. Практиката показва, че един успешен специалист в тази област не може да се изгради за по-малко от поне 6-7 или дори повече години. Ето защо, една положителна нагласа и разбиране от страна на колегията към този процес би го подпомогнала много. Създаването и зависи от всеки от нас.

Някои специфични възгледи на неорайхианската философия, като теорията за същността на характеровата структура, неврозата на властта или темата за емоционалната чума, например, я правят трудна, често невъзможна дори за разбиране и приемане без човек да е имал личен опит в нея. Въпреки разбираемите за нас причини, този факт налага още повече необходимостта ние самите да говорим за нея. Това може да допринесе за намиране или обогатяване и на други оптимални системи от психотерапевтични знания и умения, които да са реално и успешно работещи. Тази надежда се основава не на интелектуални съждения, а на реални човешки преживявания и успехи в преодоляването на тежки патологии, на личностното израстване на нас самите и на нашите клиенти.

Ще започна изложението си с описание на психичния апарат на човека според НШ. Условно, той се състои от: Аз-организмично, Вроден нагоден модулатор (ВНМ), Аз-Идеално и Свърх-Аз. **Аз-организмично** е самият човек, сомата, чиято генетична памет му дава възможност да се саморегулира, тъй като е жива енергийна система, в която природно е заложено всичко, необходимо за собственото и оцеляване и нормално функциониране. Аз-организмично ражда потребностите и настоява за незабавното им удовлетворяване, намирайки и съответното поведение. Двата невронни пътя, свързващи лимбичната система с хипоталамуса, осигуряват на Аз-организмично избора между двата типа поведение: придвижване към целта или бягство. Следователно, то функционира според принципите на действителността (вътрешната потребност и външните условия) и на удоволствието (потребност-напрежение-движение-задоволяване-дистенция). Изглежда, обаче, инстинктът за самосъхранение и оцеляване налага съществуването и още една система, която да контролира по-прецизно движенията на Аз-организмично: т.н. **ВНМ**. Той е историческата памет, част от Аз-организмично и задачата му е да контролира комуникацията му с външния свят. Това е откритата от Хенри Лаборит трета нервно-физиологична система за “потискане на действието”. Целта и е да се постигне по-добра оценка на действителността, т.е. в неблагоприятни условия или след неуспех, да се

планира отново, но по-коректно. Аз-организмично и ВМ са природно здрави и био-позитивни.

Накратко, в антропологичен план, хипотезата на НШ е, че след осъзнаването на крайността на живота му (в историческия период на хомо неандерталенсис, т.е. 500 000 – 50 000 год. пр. н. е.), в човека се е зародил екзистенциалният страх от смъртта, а с това и невротата на властта. Това означава отказване от живеенето според гореспоменатите принципи и стремеж към запазване на Ти-то (разбирай либидния обект, а в невротичното еволютивно развитие – майката), задоволило една или повече потребности, “завинаги”. Разглеждаме тази промяна като опит на човешкото същество да реши проблемите със своите страхове, “слабост” и тревожност, като си гарантира сигурност, приемане и одобрение, храна, топлина и секс до самия си край, дори до края на вечността. Проектирането на страха от смъртта в божественото, което е безсмъртно и всемогъщо, пък, слага началото на такива системи от вярвания като религиите и морала. Тази промяна води до възникването на **Аз-идеално**, т.е. на съвкупността от всички правила, норми, убеждения, които са привнесени и изкуствени, а не плод на личния, **недвусмислен** и непредубеден индивидуален опит. Ражда се невротата на властта, която изисква запазване на контрола върху извора на благоденствие завинаги. На телесно ниво, необходимостта човек да контролира себе си и другия/другите без това действително да се налага, но е в унисон с обществените правила, се осъществява от мускулната система. Функционално тя има за цел да приведе в изпълнение заповедите на Аз-организмично и ВМ: “гладен си, търси нужното, придвижи се до него **сега**, вземи го, нахрани се, отпусни се” или, “задръж движението, защото моментът **реално** не е подходящ”. Когато хомо сапиенс започва да живее според правилата на невротата на властта и вече основно Аз-идеално (“трябва или не, може или не, позволено е или не, прилично е или не е и т.н.”) ръководи човешкото живеене, цели групи от мускули освен функционалните си задачи, са принудени да поемат и чисто невротични такива: въпреки напрежението, породено от неоснователно незадоволените потребности, се налага те да задържат глада (във всеки смисъл), за да осигурят социално приемливото оцеляване на индивида. В обществен план промяната води до възникването на патриархално устроените общества, в които стремежът е да се запазят натрупаните материални блага вътре в малката група, като гаранция за оцеляването и в несигурното бъдеще. Семейството поема ролята на структура, която опазва имането, предава го, гарантира запазването на контрола върху него и съдбата на всеки от членовете му. Естествено, гарантира и по-качествен живот на по-висшите в йерархията (контролиращите), за сметка на по-нисшите (контролираните). В индивидуален план промяната се отразява на основния принцип на човешко живеене – от преживяването, осигуряващо задоволяването на потребността “тук и сега”, респективно последващата дистенция (удоволствието), то все повече бива подчинявано на правилата на невротата на властта, която изисква контролиране на живите импулси и отлагане на удовлетворяването им. Сексуалната потребност се оказва най-засегната. Причината е в това, че именно в нейното преживяване човек е бил цял и свързан, най-отдаден на природното, т.е. най-неконтролиращ се, но всъщност и най-верен на себе си, т.е. поведението му е съобразено с личното му благоденствие. Когато задоволяването на тази потребност се поставя под контрол, първоначално отвън, а после и чрез интроектираните забрани, индивидът става много по-предвидим и манипулируем. А и самият акт на отдаване, когато човек е подчинен на собствената си нужда, но и на един друг човек, изглежда че е започнал да се възприема именно като риск от прекалено обвързване, от “израз на слабост и падане”. Крачката от такава нагласа до превръщането на всичко свързано със секса в порнография, инструмент за манипулация и контрол, не е голяма. И хомо невротикус нормалис попада в собствения си капан: най-голямото му желание – да обича и да бъде обичан, да преживява пълноценно и сексуалния акт, се оказва и най-големият му страх, следователно, вече невъзможно. Невротата на властта налага забрани и

табута, разцепва човека на сегменти (“чекмеджета” на мисълта, чувствата, емоциите, сексуалността, поведението) и така постига контрол над естественото преживяване и удоволствието. По силата на нововъзникналите разнообразни психични защитни механизми, гладът за удоволствие, но и предпазването от него, биват проектирани върху какво ли не: храна, пари, имоти, предмети, идеи, илюзии, кариера, статут и власт и пр. Индивидът се превръща в относително предвидим, подлежащ на контрол “отвън и отгоре” благодарение на втълпените “вътре в него” правила и ограничения. Точно в този конфликт между естествената потребност от удоволствие (следствие от удовлетворяването на коя да е от човешките потребности, а не само на сексуалната), от една страна, и невротичното предпазване от него посредством особеностите на характеровата структура, от друга, според НШ, се коренят невротичните проблеми на съвременния човек. Естествено, това се претворява в процеса на отглеждане на малките деца. За малко ще се отклоня, за да засегна въпроса за връзката между сома и психика.

За НШ няма съмнение, че психичните факти (мисли, чувства, емоции, отношения, нагласи и пр.), имат своето телесно изражение. Ще се опитам да го обясня с драстично опростен модел на човека. Надявам се да приемете механичния подход в името на конкретната цел. Относно наличието на биоенергия вероятно е достатъчно само да припомня, че човешкото тяло е с относително постоянна температура, но не еднаква в различните му части. Да разгледаме индивида като жива система, която, в постоянен обмен с околната среда, има свойството да произвежда сама нужното и количество енергия. Условието е да се зарежда: чрез дишане, хранене, пиене, възприемане на сигнали, нужни за ориентирането и в пространството, времето и други актуално важни за нея условия, както и общуване с поне един друг себеподобен (човекът не е самодостатъчен). Нужно е и да се разрежда: отделяне на течности и отпадъчни субстанции, връзка със земята, изразяване и грижа за задоволяване по всичките възможни начини на нуждите си, споделяне на чувства и емоции, оргазъм. Според теоретично осмисления практически опит на Вилхелм Райх, Ал. Лоуен, В. Бернаскони и други психотерапевти, оргазмът е най-ефективният начин за енергийно разтоварване. Ако човешкото тяло е свободно от мускулни блокажи, то би могло да се отдаде на т.н. от Райх “оргазмен рефлекс” (спонтанно вълнообразно движение на тялото по време на сексуалния акт, завършващо с усещането за разливаща се в коремната област топлина и преживяването за “изпразване”, с последваща дистенция пост коитум, т.е. влизане в измерението Аз-Аз и състояние на липса на потребности, което именно се преживява като най-голямо удоволствие). Всъщност оргазмът е начинът човешката енергийна система да доосвободи ненужното, да възстанови равновесието си (наличие на всичко необходимо в достатъчно количество, т.е. липса на всякакъв глад). Можем да си представим колко ще пострада тя в случай, че нещо и попречи да го прави (още по-зле – да и пречи с години). Според нас, това се случва с намесата на Аз-идеално и неговото телесно изражение – **Супер-Азът**. Днешният човек, и да иска, не би могъл да преживее разтоварване с такова качество. Мускулните пояси, контролиращи различни части на тялото, обичайно без да бъдат осъзнавани преди аналитична терапевтична помощ, сковават някои (понякога дори всички) от следните области: очите и главата, оралната област, врата, раменете и гърба, торакса, коремната област, таза и гениталиите, ануса и глутеусите, бедрата и подбедрениците. Всеки такъв пояс върши безотказно предназначението си. Окулярните блокажи поддържат фантазмените процеси (да си спомним погледа на шизоида). Оралните контролират словесния изказ или подкрепят стремежа да се издържи на неприятното изпитание (как само съскат или скърцат със зъби някои хора). Скованият тил и врат не пропускат агресивността и/или причините за нея да стигнат до съзнанието. Раменните блокажи затрудняват движенията на ръцете ни (не посягам, не посмявам, не взимам, но и не давам другиму, не нападам, но и не се отбранявам активно). Торакалните пък смаляват обема на белите ни дробове (дишаме, следователно живеем, по-ограничено и предпазливо), но също така намаляват опасността

да почувстваме или дори напълно прекъсват връзката с чувствата. Коремните държат в желязна хватка емоциите (да се изразяват те е неприемливо, недопустимо, неприлично, следователно опасно!). Аналните не пропускат от нас “да излезе” какво да е (споделяне, недоволство, “ами ако се изложи!? Да си припомним анализите на Фройд на сънища с такива елементи). Тазовите контролират сексуалността и ограничават движението му (какво предизвикват у нас полюшващият се женски таз?), с което ни оставят единствено възможността да бъдем в различна степен механично/инструментално участващи в сексуалния акт и да не допускаме отдаването. И т.н. Практиката безусловно доказва правилността на райховата теза. Психотелесният терапевтичен подход дава верни ключове към психичните проблеми именно затова, защото те са структурирани в тялото по съответен начин. Тези прекомерно втвърдени мускулни сегменти съдържат задържана енергия, която носи травматична информация. Всъщност, това е именно физичното изражение на т.н. от Фройд “несъзнавано”. С присъщото му прозрение той е открил подходящата за аналитичната си работа с невротични пациенти поза: легнали на канапето, от тях се е очаквало само да говорят без да се цензурират (т.е. правят опит да игнорират Аз-идеално). Когато човек лежи, мускулите му се поотпускат и се освобождава част от травматично “хванатата” в тях енергия. Същото се случва и по време на сън, само че още по-качествено, защото по силата на биологичния си ритъм сме “пуснали” максимално контрола. За да разберем какво става по-нататък, нека си представим един компютър. При условия на енергийно хранване, от хардуеърът, в който се съдържа информацията, тя може да достигне екрана и тогава да бъде възприета. По аналогичен начин, изглежда, и личната информация на човека стига от коя да е част от тялото до съзнанието, т.е. до онези области на мозъка ни, които я трансформират в структурирани и разбираеми модели (И тук Фройд е гениален в дефинирането на “предсъзнаваното”, където несъзнаваното бива “облечено” и подредено в езикова форма). Факт от ежедневната психотерапевтична практика е, че човек съхранява в себе си памет за всичко, което е преживял до момента на анализа, и с малка, но точна специфична помощ от страна на терапевта, изказва и преживява важни и трудни, “забравени” свои неща. Задача на други специалности е да обяснят как точно се случва това. За всеки, който е преживявал неорайхианска анализа, обаче, този феномен не може да подлежи на съмнение.

Връщам се на неорайхианската хипотеза за приципа, по който се структурира невротичният в същността си човешки характер. Теорията на В. Бернаскони следва основните схващания в нозологията на характерите на Александър Лоуен, но не я заимства изцяло. Има различия по отношение на генезиса и описанието на психодинамиката и характеристиките на всеки от петте вида характер. Освен това, Бернаскони прави връзка между т.н. “кръг на опита” и възможността на всеки от тях да достига до неговия край, т.е. до дистенция. (Кръгът на опита е гещалтът, който се отваря при възникване на глад за каквото и да е. Следват етапите, през които преминава пътят до задоволяването и).

Процесът на формиране на невротичния характер обхваща живота на индивида от началото на живота му до към края на седмата година, когато привършва първоначалният период на порастването. Отначало напълно безпомощен по отношение на оцеляването си, в случай че получи нужното, в края му, той е относително самостоятелен физически, психически и поведенчески и готов за следващия житейски период на цялостно съзряване, което включва и способността да се възпроизвежда. През тези седем години детето преминава през пет основни еволютивни фази, а именно: нарцистична, оралната, на Аза, на съперничеството и сексуална. Логиката на порастване предполага преминаване от първоначалното състояние на психична връзка Аз-Аз (преживяването за “Аз и Ти сме едно цяло АЗ и всъщност всичко”), през “Аз и едно друго същество, което ми дава нужното, понеже съм безпомощен и ми се полага”, последвано от Аз и Ти сме различни. В

четвъртия етап от израстването си, детето започва да възприема връстниците си и да си съперничи с тях буквално за всичко, но основно за вниманието и любовта на важния за него човек. Последното му значимо психично израстване предполага откриването на телесното удоволствие при самостоятелно (и/или споделено) стимулиране на собствените гениталии и приемането на това удоволствие като неразривна, но напълно положителна част от живеенето му. Ако този процес протече в идеални условия, т.е. майката удовлетворява актуалните във всяка фаза потребности на детето си, то може да порасте относително здраво физически и психически. В случай, обаче, че по някакви причини (основно нейни характерови такива) това не се случи, детето, в своята безпомощност и в страха си, че ако се противопостави или отхвърли мама (в случай на отдръпването и от него) може да загуби жизнено важните и за себе си в този период любов, подкрепа и грижи, то реагира преди всичко на телесно ниво. Принципът е, че във всяка фаза реагират най-вече актуалните “ерогенни” зони, резултат от физиологичното и психично израстване на организма. Във нарцистичната фаза тази реакция се осъществява от мускулите на окулярния сегмент. Така, от една страна се гарантира психичното оцеляване (т.е. “справянето” с травмата от физическото пренебрегване от страна на майката), но от друга, детето не развива способността си да усеща потребностите си, а по-късно да планира коректно как да ги задоволи. Освен че никога не приема своята физичност, то така и не развива способността да възприема Ти-то. Остава “бягството” в света на фантазиите и то расте с базисното преживяване за себе си, че “няма право да бъде”. В оралната фаза травмата от изоставянето се понася със сковаване на оралния мускулен сегмент. Това дава възможност на детето да “захапе” нещо утешително, заместител, но го лишава от способността и да “пуска”. Доверяването му в мама е било фрустрирано (от липсата на допира и топлината и) и от тук насетне то ще се опитва да получи нужното чрез какви ли не форми на манипулация, но никога с първично доверие. Във фазата на Аза може да се роди индивидуалността му, но ако опитите му да я изяви и отстоява са посрещани с неодобрение, манипулация (послушание в замяна на полагащата му се безусловна майчина любов) или насилие, то се отказва от нея. Аналните и цервикални мускулни групи “хващат” гнева му към мама като в тенджерата под налягане. Този човек няма да се научи на здрава агресивност, но ще остане в плен на лошите си чувства за цял живот, превръщайки я в садизъм и мазохизъм. Във фазата на съперничеството, когато се развива способността човек да се състезава за нужното, но и да предлага нещо на важния за себе си в замяна, “забравяйки” за собствения си глад поне за малко, мама може да натовари детето с непосилната задача да се държи постоянно така (ГЯ има нужда от него). Тогава цервикалният пояс се напруга допълнително, за да осигури контрола върху действията, абдоминалният пък “запечатва” емоциите, тъй като в постоянното живеене съобразено с чужди нужди, няма място за лични изяви. В сексуалната фаза, при получаване на неодобрителни послания, забрани или заплахи за наказание, свързани с недвусмисления телесен опит от удоволствието, извор на което е възбудата в гениталиите, тазово-гениталната мускулатура контрахира и блокира способността за движения, водещи до пълно разтоварване, а торакалната затваря и отцепва чувствата. Човек остава “хванат” във вечното съмнение кое е вярно: това, което усещам и чувствам, или това, което мисля (= това, за което тези, на които вярвам, са ми казали, че е вярно). Резултатът е ригидност, гордост и предрасъдци.

Краткото описание (доста схематично в случая) на възможните травми по време на еволютивното развитие на детето дава идея за процесите, вследствие на които се фиксират характеровите особености на човека. Тук е мястото да подчертая, че в случай, че майката и другите, които се грижат за детето, откликват адекватно на променящите се във времето негови актуални нужди, то ще расте развивайки в себе си и пет основни начина, чрез които да осъществява основната отговорност на всеки човек към самия себе си, а именно, да се грижи да своето благосъстояние. То зависи основно от способността да

задоволяваме пълноценно потребностите си в сложните външни условия, в които никой нищо не ни дължи, нищо не ни се полага, но пък има в наличност всяко нещо, което би задоволило каквото и да е наш здрав глад. Ще спомена петте основни потребности според НШ: две социални – от принадлежност и утвърждаване, и три нарцистични – от храна, сензорност и секс. Качественото задоволяване на последните преминава през първите две и зависи напълно от степента на удовлетвореност, която човек е постигнал в диадата с Ти-то си в тях.

Връщам се към петте движения. През благоприятно преживяна нарцистична фаза, в човекът се развива способността да “знае” от какво има нужда във всеки момент на нарушено енергийно равновесие, т.е. да признава глада си. Развива и способността си да сътворява във фантазията си, по коректен спрямо външната действителност начин, план за това, как точно да постъпи, за да постигне нужното. Това движение ние наричаме “планиране”. Когато има травма, вместо тези способности, у човек се фиксира единствено склонност да фантазира без връзка с действителността. Логично, патологията тук е всяко състояние на отказ от физичност, анорексия, бягство в света на иреалното, шизофренни разстройства, фанатизъм и капсулиран убийствен гняв.

През оралната фаза човек развива доверието, че ще получи, ако помоли; че може да се остави в ръцете на един друг, да се отвори за него, да се нахрани. Това движение наричаме “подчинение”, тъй като то предполага човек не само да е усетил потребността си, но и да я е приел, както и това да е готов да се отдаде (подчини) и на един друг, който да му даде нужното. В случай на травма, описаните естествени преживявания липсват, има едно въображаемо, силно идеализирано Ти (принца например), развива се силно интелектуализирано (лишено от афективност, не във връзка с конкретната действителност, а по-скоро обобщено и абстрактно) отношение към света. Патологиите са логични: депресивно-маниакални състояния, зависимости. Във фазата на Аза се развива движението агресия – т.е. способността за активност и отстояване на себе си и интересите си по ясен и категоричен начин. При травма, това движение се заменя с мазохизъм, садизъм, постоянно напрежение. Патологиите са съответно: депресията, неспокойствието, враждебност, ревност, завист, абулия, омраза, внезапни (но никога с поемане на отговорността за това) изблици на гняв и ярост, убийство дори. Четвъртото движение, съблазняването, е способността да дадеш точно това, от което има нужда другия, в точния момент и в съответствие с принципа на властта. Човек развива тази си способност през фазата на съперничеството. В случай на травма, тя се замества с постоянен страх и отказ от задоволяване на нарцистичните потребности, което се преживява като “слабост”, която не бива да бъде показвана, с невротично преследване на лидерски позиции и постоянен натиск над Ти-то. Логичните патологии са депресивно-маниакалните или хранителни разстройства, натрапливост, епилепсия, мигрена, фобии, разстройства на съня, тревожност, сексуални разстройства и т.н. Третото движение, коректната проверка на действителността, се развива в петата фаза. Но докато за здравия индивид да се ориентира и взема правилното решение е инстинктивен и бърз процес, за невротика то е едно постоянно колебание, което води до obsесивни състояния и компулсивни поведения, фригидност, сексуални разстройства или фобийни преживявания и т.н.

Здравите движения са всъщност дълбоки нагласи за съобразено с нуждите ни и недвусмислената действителност преживявания, което включва убежденията, естествено свързаните с тях чувства и емоции и логично съответните поведенчески модели. Когато някое от тях не бъде развито вследствие на фрустрация, то бива заменяно с цели системи от телесни напрежения, защитни механизми, алогично изразяване на потребността, объркани чувства, пресилени емоционални реакции, нереалистични очаквания, несъответно поведение и патологии. Във всеки случай, в който, в процеса на терапевтична работа, успеем да възстановим липсващото здраво движение, с човека се случват следните промени: има преживяване за облекчение, настъпва яснота по отношение на личната

психична и телесна действителност, засилва се способността за поемане на лична отговорност, поведението става прозрачно, смислено и логично, изчезват причините за патологията (тя винаги е просто единствената в момента налична невротична стратегия за “справяне”) и човек “изгубва” причините да я поддържа. Всъщност, възстановява се относителната нормалност и здраве.

Естествено, става дума за сложни възстановителни процеси, които един терапевт може да провежда единствено в случай, че има съответната подготовка. Според НШ, за да се постигне такава квалификация, са нужни няколко предпоставки. Пет са компонентите на учебния процес в школата: теоретична, личен (индивидуален и групов) терапевтичен опит, психиатричен стаж, работа със супервизор, финална защита на теоретичните знания и практическите умения. Макар и всеки елемент от общата квалификационна подготовка да е от изключително значение, особена тежест в школата има личностното развитие на специализанта. Тъй като неорайхианският терапевт води терапевтичния процес на клиента си с емпатия (но не безусловна), той участва в него освен с професионалните си качества и с цялата си човешка същност. Естествена е необходимостта от развиване на тази способност. Това предполага работа със собствената психодинамика до степен, в която терапевтът е преодолял основните си трудности и е възстановил собствените си прекъснати движения в оптимална степен, тъй като клиентът започва да го преживява като свой референт. НШ не твърди, че можем да помогнем на всеки да стане съвършено здрав. Това е нереалистична цел, според мен. Но за всеки е възможно да стане поне здрав невротик. Този път преминава единствено и само през личния осмислен опит. Интелектуализацията, работата от дистанция, чрез съветване или готови рецепти, например, няма как да доведе до трайни резултати, тъй като основата за проблемите остава почти непокътната. Енергийното затлачване в тялото, задържаните и неосъзнати с години чувства и емоции, осмислянето на преживяното от ясни лични позиции, връщането в действителността, осъзнаване на собствените послания към света, поемането на отговорност за собствената съдба, способността да се преживява разочарованието като възможност за израстване, а не като доказателство, че “за нищо не ме бива и нищо няма смисъл”, затварянето на зеещите с години гещалти, възстановяването на здравите нагласи (петте движения) и т.н. – всичко това са задачи, чието решение може действително да доведе до качествените промени, нужни за да се справи човек с патологията си, да се върне към живота. Неорайхианската теория и практика възприемат именно този подход и положителните резултати доказват доколко дълбоко проникновени и хуманни са прозренията на проф. Бернасconi.

Библиография

1. La Terapia dei Cinque Movimenti, Waldo A. Bernasconi, 1992, Edizioni IRC Ltd, London
2. The Function of the Orgasm, Wilhelm Reich, The Noonday Press, NY
3. Bioenergetics, Alexander Lowen, M.D., PENGUIN, Arkana, 1975
4. The Language of the Body, Alexander Lowen, M.D., Collier Books, NY
5. Неврозата на властта, Валдо А. Бернасconi, ЛаковПРЕС, София, 2001
6. Неорайхиански теории, Валдо А. Бернасconi, ЛаковПРЕС, София, 2004