

ЗАПИС НА ЕДНА МОНОДРАМА „ТРИ В ЕДНО”: МОРЕНО, ФУЛКС И БИОН – СРЕЩА НА ПСИХОДРАМАТИЧНИЯ И ПСИХОДИНАМИЧНИЯ ПОДХОДИ КЪМ ГРУПОВИТЕ ПРОЦЕСИ НА СЦЕНАТА НА АВТЕНТИЧНОСТТА

д-р Надя Любомирова Матеева
главен асистент, Департамент по психология
Институт за изследване на населението и човека
Българска академия на науките - БАН
е-поща: n.mateeva@iphs.eu

Резюме:

Текстът представлява пълен запис на Монодрамата „Три в едно”: Морено, Фулкс и Бион – Срещата на психодраматичния и психодинамичния подходи към груповите процеси на сцената на автентичността, представена при защитата на тезата на автора за придобиване на квалификационна степен „Психодрама-терапевт” – юли 2015 г. Монодрамата „Три в едно” е посветена на съпоставката на психодраматичния и психодинамичния подходи към груповата работа и груповата психотерапия чрез един мета-анализ на основните различия и допирните точки в концептуалния апарат на Морено (психодрамата), Фулкс (груповия анализ) и Бион (груповите отношения). Те се обсъждат от автора в контекста на открояването на мястото на автентичността, спонтанността, прозрението, катарзиса и детерминизма на преживяванията, поведенията и взаимоотношенията на хората в групата; на ролята на терапевтичните фактори в груповата работа, сред които е автентичното присъствие на груповия водач (терапевт) в живота на група; на отношението към трансферентната и ролева динамика в груповия процес. В хода на анализа се изследва и изтъква възможността в практиката на груповата работа и груповата психотерапия концепциите и методите на Морено, Фулкс и Бион да се съчетават и полифонично да се взаимодопълват и обогатяват.

TRANSCRIPTION OF A MONODRAMA “THREE IN ONE”: MORENO, FOULKES AND BION – MEETING OF PSYCHODRAMA AND PSYCHODYNAMIC APPROACHES TO GROUP PROCESSES ON THE STAGE OF AUTHENTICITY

Nadya Lyubomirova Mateeva, PhD
Senior assistant, Department of Psychology
Institute of Population and Human Studies
Bulgarian Academy of Sciences - BAS
e-mail: n.mateeva@iphs.eu

Abstract:

This text is a complete transcription of the Monodrama “Three in One”: Moreno, Foulkes and Bion – The meeting of psychodrama and psychodynamic approaches to group processes at the stage of authenticity, presented as author’s thesis for obtaining the qualification degree “Psychodrama-Therapist” – July 2015. Monodrama “Three in One” is devoted to comparing the psychodrama and psychodynamic approaches to group work and group psychotherapy through a meta-analysis of main differences and interfaces in the conceptual frameworks of Moreno (psychodrama), Foulkes (group analysis) and Bion (group relations). They are discussed by the author in the context of emphasizing: the place of authenticity, spontaneity, insight, catharsis and determinism of experiences, behaviors and relations of

people in the group; the role of therapeutic factors in group work, incl. the authentic presense of the group leader (therapist) in group's life; and the consideration of transference and role dynamics in the group process. In the course of the analysis the potential for cross-pairing and polyphonic complimentary integration of concepts and methods of Moreno, Foulkes and Bion in group work and group psychotherapy practice are explored and highlighted.

ПРЕЛЮДИЯ

Залата е в пълна тъмнина. В тъмнината пълна зала очаква автора, д-р Надя Матеева да излезе на сцената. Зад кулисите тя води диалог с д-р Пламен Димитров, председател на Управителния съвет на Дружеството на психолозите в България. През последните три-четири години те пишат заедно една книга със странно заглавие: „А?! Защо и как автентичността наистина е от значение?” (Матеева & Димитров, 2014).

Авторът най-после излиза на сцената и започва своята монодрама:

ВМЕСТО УВОД - ЧУВСТВО ЗА ПОСТАНОВКАТА НА ПРОБЛЕМА

“I met Dr. Freud only on one occasion. It occurred in 1912 when, while working at the Psychiatric clinic in Vienna University, I attended one of his lectures. Dr. Freud had just ended his analysis of a telepathic dream. As the students filed out he asked me what I was doing. „Well, Dr. Freud, I start where you leave off. You meet people in the artificial setting of your office, I meet them on the street and in their home, in their natural surroundings. You analyse their dreams. I try to give them the courage to dream again. I teach the people how to play God.” Dr. Freud looked at me as if puzzled...” - Морено за своята единствена среща с Фройд (Moreno, 1946, pp. 5-6).

Според мен сравненията между психодинамичния и психодраматичния подход към психотерапията може би започват от този момент описан в прословутия цитат за срещата на Фройд и Морено от автобиографията на последния. Тук - в този кратък анализ,- обаче, съм в състояние да си поставя далеч по-скромна задача от това да правя опит за изчерпателен преглед на историята и резултатите на тези сравнения. Целта на анализа ми е само да споделя чувството от докосването си до един много по-специфичен аспект в тях, касаещ: (1) от една страна, въпроса за съвместимостта и допирните точки (интерфейса) в психодинамичния и психодраматичния подходи към процесите в груповата работа и в груповата психотерапия, (б) а от друга – реалността и резултатите от „срещата” на психодраматичния и психодинамичния подходи към груповата работа и груповата психотерапия на „сцената” на автентичността на преживяванията, поведенията и отношенията на хората в една група.

В частност, хипотезата, която се опитвам да заявя и проверя тук и сега е, че има **реални основания да се твърди, че в практиката на груповата работа и на груповата психотерапия подходите и методите на Морено(психодрамата), Фулкс (груповия анализ) и Бион (груповите отношения) могат да се съчетават продуктивно и полифонично да се взаимодопълват и обогатяват.**

СЦЕНА ПЪРВА:

ИЗЛИЗАНЕ И ОРИЕНТАЦИЯ НА „СЦЕНАТА НА АВТЕНТИЧНОСТТА”

Протагонистът в психодрамата винаги (дълбоко в себе си) се пита: „Всъщност, защо и как автентичността ми наистина е от значение?”. Като екзистенциална тема тя –

автентичността, - е близка до всеки от нас. И то не от днес – струва ми се. И не защото по един или друг начин се е превърнала в свръх-тиражиран продукт на масовата култура чрез огромния брой псевдо-научни семинари, книги за самопомощ и телевизионни реклами, в които постоянно се споменава. За съжаление, много често от хора, които съвсем не са автентични с автентичността. Не и защото религиите, идеологическите утопии, медиите с неспирния си поток от продукти и политически маркетинг я експлоатират и износват безогледно по един или друг начин.

Човекът винаги - през цялата си полуосъзната история, - в една по-голяма или по-малка степен, се е стремил - съзнателно или не, - към това да постига автентичност, истинност, неподправеност в осъзнаването и осмислянето на интрапсихичните си преживявания, в индивидуалното си поведение и в отношенията и взаимодействията си с другите хора; да изразява чувствата, идеите и ценностите на „истинското си Аз”, с което пълноценно и спонтанно се идентифицира; да изгражда своя уникална и автентична Аз-идентичност, и да е автентичен (истински) в най-важните избори и действия в живота си – на екзистенциална позиция, жизнена стратегия и място в света и отношенията с другите хора за отстояването на които има смисъл, струва си да живее.

Това, разбира се, съвсем не е лесно. Не защото автентичността е непостижим свръх-идеал, а защото всички ние живеем заедно в един съвсем напълно реален - материален и културно интерпретиран, - свят, в който удовлетворяването на копнежите ни за субективна и обективна (проверена в реалността на живота) автентичност не е единствения и в повечето случаи въобще не е най-безопасния начин да просъществуваме и да се справяме.

РЕКВИЗИТИ И СЦЕНОГРАФИЯ: ЧЕТИРИМЕРНА ВРЕМЕПРОСТРАНСТВЕНА ПЪТНА КАРТА ЗА ОРИЕНТАЦИЯ НА „СЦЕНАТА НА АВТЕНТИЧНОСТТА”

Абсолютната автентичност е фантазия, морализаторски перфекционизъм. Процесът на непрекъснатата оптимизация на автентичността и еманципация от неавтентичността, обаче, не е абстрактна ценност, а напълно постижима и здравословна цел за всеки човек.

Според мен, поне на три „пространствени” нива - **Фигура 1.:**

(а) като развитие на **спонтанността** или автентичността като състояние на преживяванията, поведението и отношенията ни във всяка конкретна „тук и сега“ случваща се ситуация;

(б) като изграждане и възпроизводство на **относително стабилна личностна диспозиция** или рефлексивно интегрирана, осмислена и отстоявана в поведението субективно значима Аз-идентичност;

(в) и дори като осъществяване на **зрели екзистенциални избори и отстояването на отговорни лични позиции** в стремежа към един пълноценен, свободен и продуктивен човешки начин на живот.

И то в най-малко три *сфери на живота*:

(а) като **интрапсихична автентичност на преживяванията ни**,

(б) като **автентично поведение** и

(в) като **автентични междуличностни и социални отношения и взаимодействия със света и другите в него**.

Впрочем, това е и структурата на изходния „пространствен” тримерен модел на „сцената” на автентичността-неавтентичността, от който тръгвам, надявайки се заедно с

вас, да намеря отговори на въпроса: „Защо и как автентичността ни наистина е от значение? В живота, в психодрамата и в психодинамичната групов психотерапия?“.

Тук е мястото да отбележа, че „пътната карта“ за ориентацията ни на „сцената на автентичността“ не може да е статична. В нея е нужно и четвърто, времево измерение. Автентичността, както и неавтентичността ни може да е:

- (а) **моментна;**
- (б) но може и да често наблюдавана, т.е. **регулярна и**
- (в) дори **устойчива, почти постоянна.**

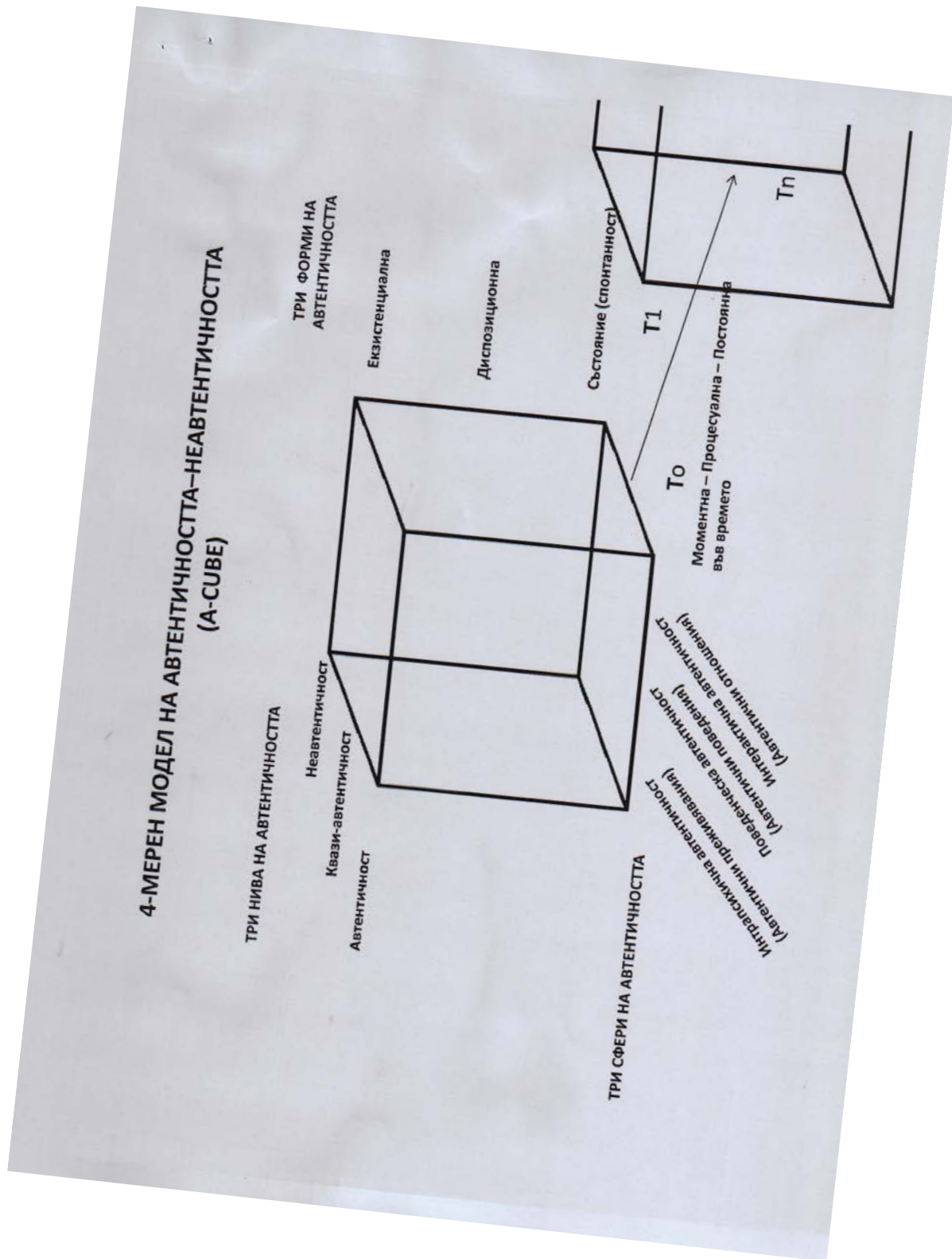
Дори и за тези от нас, които не приемат с лекота и безкритично чужди идеи и концептуални внушения, този умишлено опростен модел може да послужи като **схематична четиримерна, времепространствена „пътна карта“ (Фигура 1.)** за ориентацията ни на екзистенциалната „сцена“ на човешката автентичност-неавтентичност.

И тъй като за мен лично, а и – струва ми се, - за всеки от нас тази ориентация не е нито лесно, нито е с предвидими резултати, по-добре е да се впуснем в нея с разбираема начална „пътна карта“. В хода и към края на психодрамата на пътуването си през територията на автентичността-неавтентичността въобще не очаквам картата да е останала в рамките на тези най-общии контури. А и картата не е самата територия, все пак.

Само си представете, какви нюанси имаме да отразим върху нея, навлизайки в сложното понятийно пространство на множеството философски, психологически и психотерапевтични модели на автентичността.

Това ще е едно трудно психодинамично и психодраматично търсене, което често ще поражда чувства като тревожност, обърканост, гняв, отчаяние и дори готовност въобще да се откажете от него.

Не очаквайте от мен програма от пет или едиколко си стъпки, които да следвате, за да станете по-автентични. Тук такава не мога предложа по една единствена причина – няма и не може да има такава отговорно обмислена рецепта, каквото и да са ви продали до момента.



Фигура 1.

Четиримерен, времепространствен модел на автентичността (Матеева & Димитров, 2014).

СПОНТАНЕН ВЪПРОС ОТ ПУБЛИКАТА: „КАКВА ТОЧНО ПСИХОЛОГИЯ НА АВТЕНТИЧНОСТТА ПРЕДЛАШ?”

Автентичността е тема, с която са се занимавали много мислители и творци през дългата история на философските, хуманистичните, литературните и психологически изследвания. Само за начално усещане за това с какво се захващаме ще споменем накратко работата на немския философ Мартин Хайдегер, чието сериозно творчество в областта на екзистенциализма почти изцяло е пропито с интерпретации на темата за автентичността (Heidegger, 1962). От съвсем друга философска гледна точка, британският морален мислител Бърнард Уилямс директно заявява, че разбирането за автентичността е с централно място не само във философията, но и в живота на всеки от нас, защото човека е морално обремен с „...идеята, че някои неща са наистина това, което са и изразяват кой си всъщност, а други – не!“. Емерсон също си позволява да говори за автентичността с много силни изрази: “Нищо не е по-свещено от почтеността на собствената ти психика.... Няма по-свят закон за мен от законът на собствената ми същност“ (по-подробно: Матеева & Димитров, 2014).

Автентичността според мен е комплексна и все още недостатъчно задълбочено изследвана психосоциална реалност, а не просто привлекателен морален стандарт, философска дискуссия на висок стил или модерен ню ейдж призив към хората да престанат да се преструват и самозаблуждават, да „опознаят истинското си Аз“ и да станат „верни на себе си“. Проблемът на много от опитите да се доближим до автентичното разбиране на тази психосоциална реалност е, че те са едностранчиви – разкриват само някои от измеренията на автентичността, но оставят огромни „слепи петна“ в анализа на други. Това обяснява защо хората често се чувстват фрустрирани, разочаровани, подведени и дори използвани, опитвайки се да се сдобият с готови решения за автентичността си от религиите или от пазара на масовата култура и съвременния спиритуализъм (Guignon, 2004).

Задълбоченото психологическо изследване на автентичността е възможно само като критична научна рефлексия и научно-обоснована психосоциална практика за реинтеграция на фрагментираните късчета опит, с които разполага съвременния човек, изправяйки се пред вечния въпрос „Защо и как автентичността ми наистина е от значение?“ (Вижте за подробности: Матеева & Димитров, 2014).

КУЛМИНАЦИЯ В СЦЕНА ПЪРВА: ПЪРВО ПРИЗОВАВАНЕ НА „СЦЕНАТА НА АВТЕНТИЧНОСТТА” НА ДУХА НА „ЗЛАТНИЯ ЗИГИ ФРОЙД”!

За Фройд, който за майка си е просто „Златния Зиги“, а за себе си последователен материалист – т.е. учен-невролог, на който за щастие му се е наложило и отдавало да се занимава с приложна психология, - който не допуска да е романтично-мистичен като Юнг, нещата с автентичността-неавтентичността при човека стоят много по-просто или с други думи - съвсем утилитарно, макар и мета-медицинско.

Психичният ни апарат е материална суперсистема – разказва ни той за емпиричния си опит с пациентите си, - която се състои от три сложни подсистеми, всяка от които със свои собствени функции и динамични характеристики. „Егото“ или тази част от психиката ни, която е мислещата, планиращата, действащата и представящата ни част от човешкото Аз е само една малка част от това което всъщност сме. В концептуалната система на психоанализата „То“ е реалното Аз – автентичното Аз, което е под

повърхността на обичайно благоприличното и неавтентично Аз („Его“), което служи за изпълнителен продуцент, PR мениджър и негова публична фасада, фалшиво лице или защитна маска - своя, но създадена за да не може всичко от истинското ни Аз да бъде застрашително уязвимо или откровено манифестирано в преживяванията, поведението и отношенията ни с другите както в ситуативен, така и в личностен, и в екзистенциален план. Функционирането на тази автентична подсистема на психиката ни („То“) е детерминирано от „принципът на удоволствието“, от динамичното взаимодействие между Ерос и Танатос в подсистемата на „То“.

Фройд има смелостта да е обективен и безапелационно да ни води из „тъмната“ част на „сцената на автентичността“ – човешките нагони и инстинкти, които всяка цивилизация се опитва да контролира и трансформира в това число и чрез изграждането и функционирането на „Супер-Егото“, като една интрапсихична интернализация на моралните стандарти и авторитети. Супер-Егото е източникът на вината, срама и тревожността, които хората изпитват, в много случаи по един ирационален и преувеличен начин, когато се опитат да са по-автентични в преживяванията, поведението и отношенията си с другите. В този смисъл, Супер-Егото е имплантиран в психиката „морален бастион“ и „законодателя“ на неавтентичността ни, които преди него описват Хобс, Лок и Русо, критикувайки ролята на обществото, културата и цивилизацията с техните забрани и ограничения пред автентичността на индивида, издигнати в името на социалния мир чрез културните системи за контрол над поведението и взаимодействията на индивида със света. Задачата им за Фройд е именно предотвратяването и изтласкването на свободното изразяване на „опасните“ инстинктоидни компоненти в подсистемата на автентичното ни Аз - „То“. Цивилизацията, семейството, човешките групи носят отговорност за неавтентичността ни и за свързаните с нея страдания на личността. Неавтентичността и себеотчуждението от собственото автентично Аз са основният източник на неврозите и още по-лошо - макар, че ни дават неавтентично (илюзорно) усещане за известна сигурност и емоционална стабилност, - всъщност те ни отнемат свободата на автентичното съществуване, на свободното самоопределение (Freud, 1930).

В противовес на романтичната идеализация на автентичността, Фройд и последователите му ни казват - „право куме в очи“, - че психоанализата (динамичната психология) наистина може и е призвана да ни помага практически в усилията да оптимизираме участието си в психодрамите на „сцената на автентичността-неавтентичността“ на преживяванията, поведението и отношенията си, но е способна да го постига само до известна степен, до нивото на по-стойчески честното смирение и възхищение пред обективната реалност, че явно не е по силите ни да се откажем от много от „благата“ на цивилизацията, за което плащаме висока цена - неавтентичността, отчуждението и неврозите в живота си (Breuer & Freud, 1893-1895; Freud, 1915; 1930).

Психоаналитичното признание за тъмните ъгълчета на „сцената на автентичността“ и за нейните културно-исторически ограничения дава нов тласък на съвременното психодинамично мислене за автентичността въобще. Става ясно защо и как някои форми на автентичност на преживяванията, поведението и отношенията с другите ни тласкат към nihilism, вулгарността, посредствеността и агресията на анти-културата не само като течения в литературата и изкуството, но и като форми на ежедневно нарцистично битуване или екзистенциален избор на хомофобията и некрофилията като жизнена философия. Да, автентичността на ситуативно, личностно и екзистенциално ниво може да е и е и това – анти-култура.

Предстои, обаче, прословутата сцена с диалога от единствената лична среща между Фройд и Морено преди малко повече от 100 години (Виена, 1912 г.). Каквото и да се е случило тогава в действителност, днес психодинамичните и психодраматичните теории за автентичността-неавтентичността на човека не могат да си позволят да морализират автентичността. Техният отговор е, че автентичността се постига чрез освободено от защитни уклони и самообслужващи субективни деформации задълбочено самопознание на всички аспекти - дори и на най-тъмните тъгълчета, - от психичната картина на вътрешната и външната ни действителност, и автентичното им приемане като отправна точка в организацията на преживяванията, поведението и отношенията ни. Но към това ще се върна малко по-късно, когато навлезем по-навътре в интерпретацията на психодинамиката на автентичността.

КЪМ КРАЯ НА ПЪРВАТА СЦЕНА: „А СЕГА НАКЪДЕ?“

Ако се опитам да обобщя всичко казано дотук, става ясно защо и как автентичността наистина е от значение за съвременния човек. Автентичността, обаче, наистина е много сложен психосоциален феномен, който предполага използването на интегриран многомерен психологически модел за разбирането му и за организацията на практическите подходи – като индивидуалната и групова психотерапия, - насочени към развитието на автентичността. Тук, очевидно, съм в състояние да представя само някои от характеристиките, които смятам, че един такъв модел следва да притежава, използвайки неоспоримите постижения на динамичната психология и психодрамата от ХХ-ти век. В началото ще ги опиша синтезирано, следвайки вече очертаната в началото времепространствена „пътна карта“, след което ще направя опит да съотнеса тези характеристики с това, което текущата психологична интерпретация на автентичността ни дава.

Възможен ли е един интегриран и приложим в практиката психологически модел за разбиране и развитие на автентичността? На първо място, една достатъчно добра и интегрирана психологическа теория за автентичността следва да ни дава възможност да изследваме в цялото многообразие и изключителна динамичност на интрапсихичната автентичност на човешките преживявания – „вътрешното пространство“ за автентичност на всичките ѝ нива, във всичките ѝ степени – от почти пълната липса на автентичност както това е при тежките психози, например, през невротичната квази-автентичност, до нейните възможно най-високи равнища – реалната самоактуализация, за която говори Маслоу, например. А това би значело, че като нужен психологически конструкт тя – **интрапсихичната или субективна автентичност**, - ни позволява да изследваме психичното – субективните усещания, възприятия, спомени, чувства, потребности, желания и мисли, още по-задълбочено, разполагайки ги в контитуума „автентично – квази-автентично - неавтентично“, независимо дали става дума за:

- Ситуативните състояния на преживяванията в момента, в „тук и сега“ (да наречем това **ситуативно-процесуална интрапсихична автентичност** или **спонтанност** - както всъщност пръв предлага Морено);
- Рефлексивните ни и относително устойчиви личностни предиспозиции, непрекъснато изграждани и възпроизвеждани в психосоциалното ни развитие чрез процесите на самоотгъждествяване с едни ли други страни на интрапсихичния ни живот (**диспозиционната интрапсихична автентичност** или **автентичната Аз-идентичност** - „реалното Аз“ по Уиникът);

- или за автентичността на субективните ни екзистенциални преживявания и индивидуалното ни самоопределение и смислообразуване пред лицето на екзистенциалните дадености на битието, времето и света, в който живеем (**екзистенциално-трансцендентна интрапсихична автентичност**).

Заедно с това психологическата теория за автентичността следва да ни позволява да видим интрапсихичната си автентичност в действие, доколкото психичните реалности участват като опосредстващ и регулиращ „апарат, орган“ в организацията на всяко индивидуално поведение и взаимодействие на човека със средата му. Тук са нужни поне две нива на анализ – разбирането за **психодинамиката на поведенческата автентичност-неавтентичност на човека** (ситуативна, диспозиционна и екзистенциална) и разбирането за **психодинамиката на интерактивната автентичност-неавтентичност на отношенията** (отново на ситуативно, диспозиционно и екзистенциално равнище).

Един зрял и наистина работещ психологически модел за изследване на автентичността би останал само описателен и едностранчив, ако не предлага динамична и многопластова картина на процесите на промяна и на взаимовръзките между компонентите си. А това означава, че той е призван да отговаря на трудни и съвсем конкретни въпроси като например: „Как точно са свързани високата спонтанност (ситуативно-процесуалната автентичност) в междуличностните отношения и спонтанността на емоционалните преживявания на участниците в тях?“ или „Как ниската диспозиционната автентичност, дифузната Аз-идентичност преживявана като хронично себеотчуждение от собствения интрапсихичен живот влияе върху избора на неавтентични поведения и изграждането на фалшива публична идентичност („фалшивото Аз“ по Уиникът)?“ (Winnicott, 1989).

Ако психологическата теория за автентичността е достатъчно диференцирана, то тя би следвало да е в състояние да се ангажира и с проверката на конкретни хипотези за това как се променя и дори как целенасочено може да се развива автентичността на едно или на друго равнище. А това би означавало, че тя може да е отправна точка за организиране и осъществяване на ефективни психосоциални практики като психотерапията, психодрамата и психологичното консултиране, груповата работа и организационния живот. А заедно с това да търси решения и на проблемите, с които индивидите, групите и общностите в обществото търсят професионалната помощ на психолога. Ако предвижданията на този модел са точни, бихме могли да решаваме множество сложни проблеми – например, ако моделът ни показва, че подобренията на интрапсихичната спонтанност и автентичната Аз-идентичност на един групов лидер са благоприятен фактор за формирането на ситуативна интерактивна спонтанност в отношенията между членовете на ръководената от него работна група, - а това в крайна сметка води до устойчивата им ориентация към автентични човешки отношения като емпатия, взаимно доверие и сплотеност в групата, а оттам и до съзидателна групова динамика и продуктивна групова дейност, - то ние имаме какво да предложим на програмите за обучение и консултиране на автентични организационни и социални лидери.

И само още един пример. Ако моделът ни помага да видим при пациента на психотерапевта дали е валидно допускането ни за взаимовръзка между автентичното интрапсихично преживяване на екзистенциална тревожност пред лицето на свободата и отговорността да се избере път в живота, от една страна, и смелите, „героични“ действия на пациента за промяна в начина и средата му на живот, от друга, то работата с

автентичността на преживяванията на пациента, с неговата способност за себerefлексия, с неизопачаващото осмисляне на опита му, се превръщат в първостепенни и постижими терапевтични и... обществени задачи.

Този модел, разбира се, поставя съвсем целенасочено автентичността на мястото ѝ - в центъра на съвременните психологически изследвания и терапевтично-консултативни практики и оказва влияние върху мисленето на практикуващите психолози, отговорни за организацията на ефективни индивидуални и групови психосоциални практики като обучението, психотерапията, консултирането, управлението и организацията на съвместната работа на хората. Неговата същинска работна задача е да осигурява повишаване на ефективността на тези психосоциални практики, защото валидността на психологическите модели, в крайна сметка, се определя от приноса им за човешката практика и нейните последици за развитието на автентичността на човека. Защото в съвременната приложна психология – както не се умориха да ни учат Фройд и Морено, - човекът е разглеждан като действителен, активен и автономен агент на своето самоопределение, способен да влияе на действителността, благодарение на търсенето на истината за света и себе си в него, в името на автентичността на преживяванията, поведението и взаимодействията си със своята среда.

Ето защо психодинамичните и психодраматичните теории за автентичността са естественият фундамент на тази концептуална система. Те дават ясни отговори и на пост-модернистичните опити на социалните и лингвистични конструктивисти хората да се разглеждат като флуидни, контекстуални псевдо-субективности с ограничени възможности за автономен избор и търсене на истината.

А подробностите – за по-любопитните, - Не очаквайте от мен програма от пет или едиколко си стъпки, които да следвате, за да станете по-автентични. Тук такава не мога предложа по една единствена причина – няма и не може да има такава отговорно обмислена рецепта, каквото и да са ви продали до момента.

СЦЕНА ВТОРА: ГРУПАТА(СОЦИУУМА) Е ВИНАГИ НА „СЦЕНАТА НА АВТЕНТИЧНОСТТА”

Психодинамичните и психодраматичните подходи към груповата работа и груповата психотерапия демонстрират, че автентичността (ситуативна, рефлексивна/личностна, и екзистенциална) може по една или друга причина, в една или друга степен, да остава скрита, неосъзнавана и заровена дълбоко под слоеве от ситуативна, диспозиционна и екзистенциална неавтентичност. Това е другият основен подход в търсенето на отговор на въпроса, „Защо и как автентичността наистина е от значение?“ Ще го нарека „история на борбата на човека с неавтентичността” на преживяванията, поведението и отношенията му и нейните патогенни последици. Всъщност, разказът за тази борба е непрекъснат – не само в кабинета на психолога и психотерапевта, в психодрамата и груповата психотерапия, но и в цялата култура и история на човечеството. За много хора това е единственият разказ в и за живота им - разказът за разочароващата ги неавтентичност на преживяванията им, на собственото им фалшиво Аз, за перипетиите в неавтентичния им – отчужден и самотчуждаващ ги, - начин на живот. Непрекъснат, текущ разказ с отворен край, застрашително изпълващ и определящ целия им неизживян живот.

СЛУЧВАЩОТО СЕ НА „СЦЕНАТА НА АВТЕНТИЧНОСТТА” Е ДРАМАТИЧЕН ПСИХОДИНАМИЧЕН ГРУПОВ ПРОЦЕС

Психодинамичните и психодраматични подходи към груповата психотерапия като методологическа основа на психологическата теория на автентичността демонстрират отчетливо, че автентичността не е само структурна и абстрактна реалност (нива, степени, форми и сфери на автентичност), но преди всичко е динамична (автентичността и неавтентичността са в постоянни взаимодействия помежду си на всички свои нива и във всички свои оперативни сфери и модалности). Автентичността е процес на промяна и развитие, и ни позволява да разказваме и изпълняваме конкретни истории за автентичността-неавтентичността на човека на ситуативно, личностно или екзистенциално ниво и на всички тези нива; да слушаме разказите на хората, с които се срещаме в групите за психотерапия, в сесиите на психодрамата, за да им помогнем да възстановят, укрепят, играят и реинтегрират автентичността на преживяванията, поведенията и отношенията си; да разказваме как се е променила автентичността им или как би могла да се промени.

Погледната от тази гледна точка, психологическата теория за автентичността в практиката на психолога и в живота на хората, с които той се среща професионално, в общуването и отношенията между хората въобще, се развива като психодраматично и/или психодинамично разказване за собствени и чужди, самостоятелни и споделени преживявания, постъпки и отношения, имащи отношение към автентичността или неавтентичността в конкретни ситуации, но и към рефлексията върху собствената идентичност, и към екзистенциалното самоопределение. И не е случайно, че именно художествената литература, театърът и киното са основните и практически необятни източници на разказвано знание за човешката автентичност и неавтентичност. Автентичността е в този, който разказва; в това, което се разказва; в самото разказване и в присъствието на този на когото се разказва. Същото, разбира се, може да се каже и за антипода ѝ -неавтентичността, за квази-автентичността, фикцията.

Всеки човешки живот и цялата ни култура са изпълнени от подобно разказване на „сцената на автентичността” в една или друга човешка общност (група) – демонстрират ни нагледно Морено (психодрамата), Бион (груповите отношения) и Фулкс (груповия анализ) (Moreno, 1980/1946; 1957; 1987; Bion, 1961; Foulkes, 1965; Pines, 1985). И не винаги е ясно къде са границите между автентичност и неавтентичност в групите, в които се разказва и случва живота на хората.

Този неизбежен групов, интерактивно-процесуален аспект на случващото се на „сцената на автентичността” има няколко важни последствия, за които смятам, че си заслужава да си даваме постоянно ясна сметка в своята групова практика.

ЦЯЛА ГРУПА МЪРТВИ ПСИХОАНАЛИТИЦИ ЗА АВТЕНТИЧНОСТТА

Да си представим една класическа психодрама, водена от Морено с група от вече мъртви, но и безсмъртни психоаналитици, които разказват за автентичността в работата си.

Въпреки, че автентичността като многомерен и многопластов психологически конструкт (Kernis & Goldman, 2006; Матеева, 2011; 2012; Матеева & Димитров, 2012; 2014) (Приложение А) и „сцена” на групово-терапевтичното действие не е технически термин в обичайните психоаналитични (психодинамични) текстове и текстовете за психодрамата, психодинамичния и психодраматичния подходи към груповата психотерапия са дълбоко пропити с идеята за нея още от самото си начало (Thompson, 2004; 2006; Neri, 2008).

Така например, когато Фройд пише, че целта на анализата е „да трансформира страданието на истерика в обикновено нещастие”(Breuer & Freud, 1893-1895, p. 305), той определя автентичността – субективната истинност и търсенето на проверени в реалността обективни истини за човека, живота и психиката му, - като същностна, макар и безспорно неопределена цел на психоанализата, която – както знаем – е психология на групата от двама. По сходен начин, когато Уиникът (Winnicott,1989, p. 199) ни заявява, че „ако сме успешни като аналитици, то е защото даваме възможност на пациентите си да изоставят неуязвимостта си и да станат способни автентично да страдат”, той като, че ли всъщност ни говори за задачата на психодинамичната психотерапия да укрепи капацитета на пациента да приема неизбежната реалност на битието си и да удовлетворява сам потребността си да посреща честно, смело и автентично неизбежните страдания и възторзи, които то му носи.

А когато Бион (Bion,1974, p. 13) възкликва, че в ситуацията, в които аналитика и пациента се срещат и двамата би трябвало да изпитват страх, и ако не го изпитват, нямат работа заедно? Тук той няма ли също наум автентичността като неизбежно присъстващ елемент във всяка аналитична среща – в двойка или в по-голяма човешка общност (група).

Продължителната клинична работа на психотерапевтите с психодинамична и психодраматична ориентация им дава изключително благоприятна възможност да наблюдават в детайли процеса на постигане от пациентите им на една по-голяма автентичност на преживяванията, поведенията и отношенията им. Често те отбелязват, че тази придобивка - колкото и да е значителна и устойчива, - остава непълно осъзнавана както от пациентите, така и от самите терапевти. Силата на нарастналата в психотерапията (индивидуална и/или групова) автентичност се разкрива по-скоро чрез най-интимните и личностно значими взаимоотношения в живота им. Заедно с това нарастването на автентичността променя възприятията на пациента за самия себе си и за ролята му в заобикалящия го свят. В крайна сметка, той се чувства по-жизнен и по-малко завладян от усещането за безсилие и безсмисленост, с което най-вероятно е започнал и продължил терапията си (Neri, 2008).

Нито Фройд, нито Уиникът, нито Фулкс, нито Бион, нито дори Морено въвеждат директно понятието автентичност в своите трудове, но усещането за него е навсякъде в разсъжденията и насоките им за действителните задачи на психотерапевтичния процес. Едно от възможните обяснения за това, че автентичността като понятие не се вражда по по-експлицитен начин в психотерапевтичния дискурс на класиците, е че концепцията за автентичността първоначално се разглежда от тях (Фройд, Морено, Фулкс и Бион) като принадлежаща към философските модели на екзистенциалистите - на Ницше (Nietzsche, 2002;2003) и Киркегор по времето на Фройд; и най-вече на Хайдегер (Heidegger,1962;1971;2003) – по времето на Уиникът, Фулкс, Бион и Морено. Едва по-късно, в рамките на екзистенциалната психоанализа, концепцията за автентичността се интегрира в психотерапевтичната литература чрез текстовете на Бинсвангер (Binswanger,1963), Бос (Boss,1963) и Лейнг (Laing, 1960;1969) в Европа и на Льовалд (Loewald, 1980) и Ливай (Leavy, 1980;1988) в Северна Америка. В последните двадесет-тридесет години автентичността, обаче, придоби статуса на централно понятие в екзистенциалната психоанализа и психотерапия в контекста на изследванията ѝ върху интерсубектността, социалния конструктивизъм и отношенията (Mitchell, 1992).

Въпреки това на автентичността все още е отредена една неясна роля в описанията за крайните цели на аналитичния опит и груповата работа в психодрамата, груповия анализ и груповите отношения (Neri, 2008). Друго препятствие в интеграцията на

автентичността в понятийния апарат на груповата психотерапия е отказът на типичния психодинамично- или психодраматично-ориентиран терапевт да се позовава пряко на философски и философско-етични изследвания, а именно те са първоизточника, от който идва исторически автентичността като понятие (Guignon, 2004; Mills, 2003; Taylor, 1991).

Поради тази именно причина за редица психотерапевти и днес съдържанието на понятието „автентичност“ изглежда свръхзаредено с философски, етични и епистемиологически конотации и е смущаващо някак, ако им се наложи то да се използва като централен критерий за ефективността на индивидуалната и груповата психотерапия.

Вероятно най-съществената бариера пред приемането на автентичността като цел на психотерапията си остава масово разпространеното психодинамично разбиране (особено в американската прагматична традиция) за психоанализата като начин да се усилва способността на пациента да се труди и да обича – разбиране, което екзистенциалистите в психоанализата и психодрамата отхвърлят като твърде лековато и по американски пазарно ориентирано. Въпреки, че е съмнително Фройд някога да е определял ефективността в труда и любовта (Love & Work) като конкретна цел на аналитичното лечение, той многократно е подчертавал, че гледа на този резултат в психосексуалното развитие като общ страничен ефект от постигане на същинските (истинските) цели на психоаналитичната работа – търсенето на истината чрез прословутото „*Wo Es war, soll Ich werden*“ („Там, където е То, да бъде Его!“). ИмPLICITната интерпретация, която откриваме при проследяване на творчеството му е, че всъщност психоанализата е като че ли най-подходяща - поне повече от другите утвърдени психотерапевтични модалности, - за постигане на по-голяма истинност (автентичност) в живота на личността (Thompson, 2004; 2006). А Фройд винаги е държал на психоанализата да се гледа именно като на научно търсене на истината (Freud, 1974).

За да вникнем в значението, което се отдава на автентичността в психодинамичната гледна точка на Фройд към аналитичното лечение, ние следва на първо място да отделим внимание на основополагащите му разбирания за същността на човешкото страдание и ролята, която то има в живота на хората. Те са плод на една типична за Европа след Първата световна война екзистенциална ситуация. Психоанализата е маргинализирана от тогавашната официална психиатрия и психология, и много – разбира се, платежоспособните - пациенти на Фройд започват анализа си в кабинета у дома му, за да се опитат да се справят със самоанализа на суровата реалност на живота си, а не просто и само като опит да се освободят от медицинските си симптоми си. Фройд осъзнава ясно екзистенциалния парадокс, пред който са изправени пациентите му – те страдат и искат да намалят страданията си, да променят състоянието си, но не и начина си на живот. Макар и обучен като лекар, Фройд никога не приема стриктно медицинския подход към екзистенциалното страдание, изискващ то на всяка цена да бъде медицински класифицирано, надлежно диагностицирано, прецизно отстранено или поне облекчено. От собствен опит на него вече му е добре известно, че животът неизбежно носи страдания. Тридесетгодишното му неразтрогнато близко приятелство с един от най-жестоките му критици – екзистенциалния психиатър Бинсвангер (Binswanger, 1963), - го доказва. Той внимателно наблюдава как неговите пациенти страдат ужасно от неавтентичността си и въпреки това показват странна, фалшива нетърпимост към страданията си. Поради това, че интимните им желания пораждаят фрустрация в средата, в която живеят, те ги отричат или подтискат несъзнателно, вярвайки, че биха могли да са причина за задълбочаване на страданията им. Фройд установява, че е невъзможно да се облекчат неизбежните страдания, които живота ни носи нито с мимолетни удоволствия, нито с обещания и

фантазии за щастие. По негово мнение, ние сме способни да преживяваме щастieto именно защото страдаме, но в същото време увеличаваме страданията си защото се стремим към щастieto отвъд всякакви разумни граници. Невротиците, според Фройд (Freud, 1930), в една или друга степен, се чувстват измамани от живота и всъщност неспособни да го живеят автентично. Противопоставяйки се на страданията си, те отчаяно се опитват да го преодолеят. В резултат, стават толкова ангажирани с неавтентични опити за намаляване на нещастията си, че забравят, че с това всъщност ги увеличават. Той разбира, че пациентите му биха имали по-голям шанс за успех, ако влезат в честни отношения със себе си и със света, и така да променят нагласите си към ролята на страданията в човешкия живот.

Вървейки по стъпките на Аристотел (Guignon, 2004), Фройд открива, че това са психоаналитичните отношения, в които пациентите стават по-способни да са по-честни, т.е. и по-автентични, по-истинни и непресторени в отношенията си с другите и със самите себе си. Той им предлага да го постигнат първо в отношенията си с него. Психоанализата като екзистенциално-психодинамична практика не предлага облекчение на неизбежните страдания, които носи живота, нито дава обещания за щастие. Психодинамичната терапевтична практика стъпила на прозренията и технологията на психоанализата, обаче, укрепва способността на личността да преодолява отчуждението и самоотчуждението, което изпитва от живота си, изпълнен с болка, страдание и със защитните самозаблуди на фалшивото си самосъзнание. За да постига целта си тя създава условия пациентите да станат по-честни, т.е. по-автентични със себе си и по-малко отчуждени от самите себе си и от реалността на живота си (Neri, 2008). Това, разбира се, е задача отвъд простото медицинско отстраняване на симптомите и намаляване на страданията, от които се оплакват пациентите и класира психодинамичната психотерапия далеч отвъд медицинските процедури – а именно като екзистенциално-психодинамична практика. В нея – както между другото и в психодрамата на Морено, - става дума за развитие на личността и на характера, за промяна (преосмисляне) на личностната идентичност и на способността за автентично себеразбиране, себеизразяване и самоопределение в поведението и общуването.

Това е, което изисква от психотерапевтичната ситуация специфичен подход към страданията – подход, който отчетливо е вграден в класическото правило на Фройд за въздържанието. За да е ефективен, аналитичният процес е в една или друга степен неизбежно болезнен, защото изисква преодоляване на неавтентичността на преживяванията, поведението и отношенията на участниците в него (включително на аналитика). И това изискване за събуждане и развитие на автентичността е заложено още от Фройд в трите основни компонента на психоаналитичната техника: (1) фундаменталното правило на психоанализата – свободните асоциации или искреното себеразкриване на пациента в отношенията му с аналитика; (2) правилото за неутралността на аналитика, което го пази от изкушенията да е неавтентичен с пациента, и (3) правилото за въздържанието или толерантността към страданията на пациента.

Всъщност, повечето от основните технически принципи на психоанализата – по-късно отразени и пречупени в технологията на груповия анализ от Фулкс и в принципите на груповите отношения от Бион, - включително и строгите изисквания на Фройд към анализа на контрапреносите и предупрежденията му да се удържа терапевтичната амбиция, - са пряк израз на значението, което се отдава имплицитно на автентичността в психоаналитичната ситуация и на автентичността като същинска цел на психоаналитичния процес.

Ако се вгледаме по-внимателно във фундаменталното правило на свободните асоциации, например, ще открием, че то е своеобразен договор за автентично участие в аналитичния процес, който се предлага на пациентите още в самото начало на анализа. Фройд го нарича „договор” - ангажимент или обещание за търсене на автентичността на пациента, защото когато приемат този договор пациентите по същество обещават да правят усилия да са все по-автентични в общуването със себе си и с аналитика си. От друга страна, самите действия за изпълнение на това обещание не са просто обещания, а системно ангажиране с една спонтанна форма на интроспективно публично говорене, в която на пациента се предлага честно и автентично да се себеразкрива и изразява пред аналитика. Самата концепция за свободните асоциации не би имала смисъл, ако не се отчита имплицитната ориентация на аналитичната работа към развитието и укрепването на капацитета на пациента да е автентичен. Типичната ситуация в ежедневието извън психоаналитичния процес е, че ние не разговоряме автентично със себе си и с другите, и затова имаме нужда от специален, а и скъп и труден за изпълнение договор за автентично участие в психоаналитичния процес.

Свободните асоциации са, обаче, и нещо повече от процес на автентично себеразкриване и себеизразяване. Те са форма на вербална медитация и интроспекция, която насочва вниманието и рефлексията ни върху автентичността на споделяното. Нещо, което обичайно не правим, говорейки импулсивно или компулсивно, без осмислено осъзнаване на истинността на казаното или напротив, обмисляйки и филтрирайки рефлексивно всичко преди да го споделим. И както добре е известно от практиката изисква се много смелост и се срещат огромни трудности в реализацията на това фундаментално правило на психоаналитичната ситуация, която ни качва на психодинамичната „сцена на автентичността”. Поради простата причина, че пациентите са свикнали да са неавтентични, да цензурират това, което споделят за себе си със себе си и с аналитика, вярвайки, че така ще му дадат възможност да ги оценява, да ги съди и евентуално да не ги одобрява, или точно обратното. При това психоаналитичният опит ни учи, че простото споделяне на неща за себе си не означава, че те са автентичните ни преживявания. Може да сме „честни” в буквалния смисъл на думата и да вербализираме всичко, което ни идва наум, но това да няма нищо общо с автентичността ни, която е скрита дълбоко под слоевете защитни самозаблуди и разкриването ѝ носи огромен риск и пораздащи тревожност и съпротиви (квази-автентичност и неавтентичност) заплахи.

Фройд лично многократно е изтъквал, че много от пациентите се ангажират с една своеобразна „вербална диария”, вентилирайки „честно” на практика несъществени, неавтентични психични съдържания. Това, което прави от свободните асоциации потенциален психотерапевтичен път към автентичността на пациента е начина, по който той се подпомага от анализата да се справя с рисковете на автентичното себеразкриване пред аналитика и пред самия себе си на неща, за които е амбивалентен дали иска да се знаят и дали наистина иска да ги припознае като свои собствени, идентифицирайки се с тях. Споделени в психоаналитичната ситуация, тези заравяни в несъзнаваното тайни и вътрешни противоречия - за добро или лошо, - променят собственото разбиране на пациента за себе си и така докосват представата му за себе си, приближавайки я със свидетелското присъствие на аналитика стъпка по стъпка до една по-пълна автентичност, която неизменно предполага и нова Аз-идентичност.

По сходен начин правилото за неутралността на аналитика е свързано с темата за автентичността на участието му в психоаналитичната ситуация – в този случай с автентичността на самия аналитик. Една от най-значимите характеристики на

неутралността, изтъквана от Фройд е свободно плаващото внимание на аналитика. Фройд предупреждава чрез това правило за опасността от неавтентично селективно или оценъчно-фокусирано внимание от страна на аналитика към споделяното от пациента. Рискът е, че опитвайки се да определи кое е значимо в споделяното от пациента, аналитикът се ангажира с контратрансферентна неавтентичност, вместо да запази автентична неутралност. Така неопитните психоаналитици и психодинамично ориентирани психотерапевти често компенсират усещането си, че не знаят какво точно се случва в аналитичния процес, преструвайки се в терапевтичната си амбиция, че знаят за случващото се повече, отколкото наистина знаят и биха могли наистина да знаят. Неавтентичността на подобно поведение на аналитика е резултат от нежеланието му да се довери на самия психоаналитичен процес и амбицията му да го насочва, контролира и ръководи по-един престорено компетентен начин. Ето защо, неутралността – според Фройд, - е единствения възможен правилен път към снижаване на подобна неавтентичност на аналитика в отношенията му с пациента. Аналитикът следва да се научи да е автентично толерантен към споделяното от пациента и да се въздържа от свръх-интерпретации на неавтентичността му.

Именно това препоръчва от позициите на „обектните отношения” и Уиникът (Winnicott, 1989), който си дава сметка, че склонността му да интерпретира всичко смущава нарастването на автентичността в свободните асоциации на пациентите му. В резултат на тези свои самокритични наблюдения, той приема, че основната задача на психоанализата и психотерапията е да създаде рефлексивно пространство, в което пациентите са свободни да изследват техните преживявания, обсъждайки автентичността им и преодолявайки „фалшивото си Аз”. От тази гледна точка интерпретациите на аналитика не са насочени към заместване на обясненията на пациента с тези на аналитика, а да отменят обясненията въобще. Подобно на Фройд, и Уиникът достига до заключението, че най-трудното нещо, което аналитиците и психодинамично ориентирани психотерапевти следва да научат е как да се отказват да демонстрират колко са подготвени и умни, и вместо това да създадат истински условия на пациентите си да говорят със своя собствен, автентичен глас.

Вероятно най-недоразбрания технически принцип на Фройд, свързан с имплицитната, но водеща тема за автентичността в психоаналитичната ситуация, е правилото за въздържанието. Това правило директно касае връзката на пациента с неговото всъщност надмедицинско страдание. Пациентите очакват анализата да облекчи страданията им, но скоро разбират, че самата терапия носи особен вид страдание (отказа от отбранителната неавтентичност), с което те трябва да се научат да се справят, ако искат да имат полза от нея. От терапията боли!

Позицията на Фройд е наглед доста двусмислена – „Лечението следва да се провежда с въздържание... [дотолюкова], че потребностите и желанията на пациента да му позволяват да продължава терапията и да служат в подкрепа на готовността му да работи и осъществява нужните промени” (Freud, 1915, р. 165). Неразбирането на този принцип, за съжаление, е довело до бюрократични крайности в практиката на психоаналитиците, които нямат нищо общо с имплицитния му замисъл предаден още от Фройд. А той е ясен – психоанализата не е всесилна и не бива да се ангажира с неавтентични терапевтични обещания и пози. Някои от представителите на т.нар. съвременна „класическа психоанализа” се придържат и днес към стереотипи, които налагат на аналитика една крайно неавтентична интерпретация на този технически принцип – те не предлагат на пациента под никаква форма окуражаване, съпреживяване и подкрепа; разглеждат

психоаналитичната ситуация като своеобразна камера за депривация, създадена като че ли по-скоро за емоционален дискомфорт на участниците в нея. Фройд въобще не е имал това в предвид, изтъквайки значението на принципа на въздържание в психоаналитичния процес. Той е общувал освободено и ангажирано (автентично) с повечето от пациентите си, поддържал е социални контакти с тях – нещо, което по стандартите на т.нар. „класическа школа” днес би изглеждало недопустимо. Всъщност, той просто е подчертавал, че аналитичния процес е сам по себе си едно болезнено начинание и поради действието на трансферентните сили пациентите формират очаквания аналитика да им осигури благополучие, любов, приемане и спасение – а заедно и с това да не им налага да осъзнаят, че резултатът от лечението зависи в крайна сметка от собствената им автентична работа с проблемите им и неизбежните страдания в живота им.

Правилото на въздържанието - според Фройд, - е напомняне за нуждата от автентичност на аналитика в тази наситена с трансферентна динамика аналитична ситуация – личността на аналитика има роля в психоаналитичната ситуация, но тя трябва да се разбира не така както пациента неавтентично я възприема. Това правило напомня на аналитика да е автентичен в опитите си да помогне на пациента, но без да става част от трансферентните му и затова неавтентични очаквания и фантазии. А това изисква от аналитика да е автентичен като професионалист и човек, да се освободи от илюзиите си, че психоанализата е панацея и че работи независимо от автентичното ангажиране на пациента с намирането на собствени смислени и работещи в реалността решения на проблемите му. Всъщност, принципът на въздържанието е начина, по който Фройд ни посочва мястото и ролята, които е определил на автентичността (истинността) в психоаналитичната ситуация по пределно ясен и категоричен начин – близо до същността на отношенията „аналитик-пациент” в контекста на темата за толерантността на пациента към страданията му и неавтентичните му защитни опити за преодоляването им. Въздържаният се аналитик не сътрудничи на защитните самозаблуди и проекции на пациентите, които избират неавтентичността на съпротивите си срещу автентичността, вместо с помощта на аналитичния процес да се изправят лице в лице с истините за своята субективна и обективна действителност.

Автентичността има пряко отношение към наблюденията на Фройд, потвърдени по-късно и от екзистенциалните психотерапевти, че хората имат тенденция да изтласкват своите автентични преживявания и автентичното си Аз, за да си осигурят сигурност, социални награди, одобрение и снижаване на тревожността, свързана с избора на автентичното поведение и автентичните отношения в средата си. А това, означава, че автентичността е мислима и постижима в психоаналитичната ситуация като конфронтация с ежедневността на социалния конформизъм и фалшивото самосъзнание на Аза, което безспорно е и много болезнено, провокира допълнителна тревожност и поставя въпроса за капацитета на участниците в аналитичния процес да се справят с темата за екзистенциалното страдание на „сцената на автентичността” си и с неавтентичността на отношенията помежду си.

В психоанализата, а и в психодрамата на Морено - както и в екзистенциализма, - укрепването и засилването на капацитета на личността да се справя със страданието и тревожността на това да е наистина себе си, да е автентична в преживяванията, поведението и отношенията си с другите индивидуалност е централна тема и конкретна задача на психотерапевтичния процес.

И тук, всъщност, няма никакво значение, че самия термин „автентичност” не се използва често в психоаналитичната и психодраматичната литература. Въпреки това,

автентичността е водещата латентна тема в маратона на психотерапевтичния дискурс още от самото му начало някъде там във Виенския кабинет на Фройд.

Всъщност, никъде другаде ангажираността на Фройд с тази тема за автентичността като цел на психоанализата не е по-отчетлива, отколкото в заключителните страници на неговата ранна студия „Изследване на истерията” (Freud, 1893-1895, p. 305), където той посочва, че целта на психоанализата е да трансформира нещастieto на истерика в обичайното човешко страдание. Една от причините, поради които Фройд отхвърля щастieto като цел на модерната психотерапия е, че той си дава сметка как чрез трансферентните фантазии и защитните механизми на Егото пациентите продължават неавтентичните си откази да се ангажират с работа за засилването на автентичността на своите преживявания, поведения и отношения. Аналитикът, в крайна сметка, е задължен, колкото и болезнено да е това за страните в психоаналитичната ситуация, да насочи пациента към търсене на автентичността му, създавайки му условия да се промени от безнадежден мечтател и/или беглец от истинните за действителността (на вътрешния и външния си живот) в автор на автентичните си екзистенциални избори, способен да се ангажира със живота си (психичен и социален), борейки се без илюзии и самозаблуди с реалността му (Thompson, 2004).

Казано с други думи, всеки друг опит на пациента да прави в психотерапията си каквото трябва и каквото би трябвало, без наистина да го желае, е индикатор за неавтентичността му, обслужваща супер-Егото му като представително седалище на псевдо-морала на интроектите на родителските фигури, социалната среда и човешката култура. Тази неавтентичност е в основата на невротичните конфликти, които систематично снижават шансовете на пациента за адаптивност и благополучие. Психоаналитичната ситуация е ангажирана с тези предимно несъзнавани избори на неавтентичността като начин на преживяване, поведение и отношения именно защото е специално, терапевтично пространство, „сцена” за укрепване и развитие на автентичността.

Ако Морено водеше психодрамата с групата на вече мъртвите, но и безсмъртни психоаналитици, той със сигурност би извел напред още един друг ярък пример за това как психодинамичните теории осмислят мястото на автентичността в психодинамичната традиция на психотерапията. И би поканил Уиникът (Winnicott, 1989, p. 199; Mills, 2003; Laing, 1960) да разкаже защо според него целта на психоанализата е пациента да започне работа със страданието си, когато свързва страховете си от него със желанието си да го отмени чрез фантазиите на „фалшивото му Аз” за всемогъщество и неуязвимост: „Ако сме успешни като аналитици, то е защото даваме възможност на пациентите си да изоставят неуязвимостта си и да станат способни да страдат автентично... И ако успеем в това, животът на тези пациенти, които осъзнават тази свобода от болката става изпълнен с опасности, дори ако е бил замислен като успокоително неучастие в собственото им съществуване” – би припомнил написаното от себе си Уиникът. Колкото и енигматично да ни звучи сега тази мисъл на Уиникът, тя разкрива категоричността на убеждението му, че реалния проблем на психодинамичната психотерапия (индивидуална и/или групова) не е облекчаването на страданията на пациента, а подготовката му за след-аналитичното му по-автентично съществуване отвъд защитеното пространство на консултативната стая.

В продължение на появата на теорията за обектните отношения на „сцената на автентичността” той развива идеята за междинното пространство между вътрешната и външната реалност, което нарича „преходно пространство” на преживяването. Идеята на Уиникът е, че за да се опише адекватно развитието на автентичността, структурата на

външно и вътрешно не е достатъчна. Той описва още една част от живота на човешкото същество – междинната сфера на преживяването, към която имат принос и вътрешното и външното. Това е сфера, която се явява като място за „почивка” на индивида, ангажиран със задачата да удържа вътрешната и външната реалност както разделени, така и свързани в единство. В тази преходна сфера на практика има възможност да се осъществява автентична среща с първичните интроектирани, различни от Аза обекти. Но защо според него умението да се страда автентично е толкова неотменен компонент от аналитичната работа? Отговорът е свързан с това, че психоанализата открива, че има два вида страдание – първото е ежедневното, нормално човешко страдание, което самата екзистенциална реалност на живота неизбежно носи, а второто - невротичното и потенциално патогенно страдание, - е страданието-продукт на неавтентичността и квази-автентичността като невротичен отказ от приемането на принципа на реалността. То е характерно за хората, които страдат от невротични и други психопатологични разстройства в резултат на непоносимата фрустрация и/или непреодолимите травми в живота им.

Както подчертават и Фройд, и Уиникът: единственият терапевтичен път за справянето с тях е болезненото преоткриване на собствената автентичност в психоаналитичния процес.

Още един пример за значението и мястото на „сцената на автентичността” в психодинамичната психотерапия ни предоставя Бион (Bion, 1974, p.13), правейки прословутия си коментар, че „...във всеки консултативен кабинет следва да има двама наистина страхуващи се човека – пациента и неговия психоаналитик. И ако не е така, то човек следва да си зададе въпроса какво всъщност правят те там”. Страхът на участниците в психодинамичната психотерапия (индивидуална и/или групова) е свързан – според мнението на Бион, - с „откриването на нещо истинско за себе си, което по-скоро биха желали да не научават”. Той – този страх, - е „обратното на откриването на истината за самите себе си”, т.е. – с мои думи, - на това защо и как да са по-автентични в резултат на участието си в психоаналитичния процес.

Едно от ранните прозрения на Бион за същността на регресионните и трансферентните аспекти на процесите, случващи се в групите, които той води е, че членовете на групата му - съзнателно или не, - желаят да го лишат от свободата да мисли и говори за тях така както наистина чувства и желае, т.е. автентично. С други думи, членовете на групата искат да контролират това, което мисли и казва за тях, оказват натиск върху него да... не е напълно автентичен. По мнението на Бион една от характерните драми на контратрансферентната динамика в групата за изследване на груповите отношения е когато терапевта се поддаде на този натиск и се започне (волно или неволно) да удовлетворява тези очаквания, казвайки на пациентите си само или предимно това, което те биха искали да чуят, т.е. жертвайки автентичността си на присъствието си в груповите отношения.

Въпреки, че Бион също не използва директно, по манифестиран начин понятието „автентичност”, неговото групово-динамично наблюдение е отлична илюстрация на това, колко е трудно да си автентичен в групово-психотерапевтичната ситуация и защо автентичността е винаги некомфортна, а често и мъчителна. Подобно на Фройд и Бион (Bion, 1967) препоръчва запазването на аналитична неутралност като условие за автентичност на терапевта в групово-динамичния процес.

В своето разбиране за мястото на автентичността в психоаналитичната ситуация Лакан (Schneiderman, 1983, pp. 129-156) също предупреждава психодинамично ориентираните психотерапевти да не предоставят помощ, когато са молени от пациентите

за това; да се откажат от желанията си да правят чудеса в аналитичния процес и да не се надяват терапията да приключи с благодарност от страна на пациента.

В този смисъл, според него, целта на психоаналитичната работа е да разочарова чрез един болезнен и не винаги оценяван процес на споделено усилие на пациента и аналитика за съвместно освобождаване от неавтентичността им. Мисъл, под която – според мен, - Морено би се подписал възторжено и с двете си ръце.

Всички тези примери за имплицитното или латентното разглеждане на мястото и значението на автентичността в психодинамичната ситуация на индивидуалната и групова психотерапия имат въпреки многообразието си една обща черта и с психодрамата. А именно разбирането, че психотерапевтичния процес е възможен само в ситуация, в която пациентите с автентичната подкрепа на техните терапевти са способни да изоставят неавтентичните си (отбранителни и алиениращи) отношения със себе си, с другите и с реалността, и така да се освободят от фантазията, която те поддържат, че някой друг – бил той аналитика или друг от обкръжението им, - ще реши проблемите им вместо тях.

Морено знае най-добре, че никакви рационални аргументи или принуда не могат да накарат пациента да изостави защитната неавтентичност на фалшивото си самосъзнание и на компромисния си „здрав разум”. Това е възможно единствено в един творчески (е, понякога и мъчителен), протичащ ден след ден процес на осъзнаване на разочарованията от работата на собствената му неавтентичност. Този процес води – допълват психодинамично ориентираните психотерапевти, - до едно постепенно, но неотклонно в насочеността си ангажиране на пациента с разбирането на собствените му съпротиви му срещу автентичността на интрапсихичните му преживявания, индивидуални действия и отношения с другите. Темата за автентичността има своето място и при обсъждането на трансферентните и контрансферентни отношения и присъствието на психотерапевта в психодинамичната ситуация на терапията (Racker, 1968). Тя е непосредствено дискутирана в общността на психодинамично ориентираните психотерапевти в контекста на дебата за отношенията „терапевт – пациент”, както в терапевтичния процес, така и извън него. Автентичността на психотерапевта, спонтанността му в изграждането на неподравени и искрени човешки отношения в подкрепа на лечението се разглежда именно като един от най-значимите фактори с конкретни ефекти върху процеса и ефективността на психотерапевтичната работа, пряко свързан с прилагането на основните принципи и технически правила за работа с трансферентните и контрансферентни процеси в психодинамичното направление в груповата психотерапия (Фулкс и Бион) по един нескован от методологически формализъм начин (Thompson, 1994; 1996; 2004; 2006).

Именно на тази психодинамична „сцена на автентичността” се случва и срещата на груповия анализ (Фулкс) и груповите отношения (Бион) с откритията на психодрамата (Морено).

Комплексният интерактивно-процесуален анализ на груповата работа и груповата психотерапия дължи много на няколко ключови концепции, които във втората половина на ХХ-ти век и началото на ХХI-ви век предоставят теоретична и практическа рамка за осмисляне на груповата динамика и на груповите процеси, правещи групата нещо толкова по-голямо и по-различно от механичната съвкупност от индивидите в нея (Bion, 1961; Brown, 1985; Clayton, 1994; Foulkes, 1990; Kellermann, 1992; Pines, 1985). Безспорно две от школите в груповата психотерапия с най-голям принос за въвеждането на системния подход и комплексния интерактивно-процесуален анализ са школата на груповия анализ на Фулкс(Foulkes) (Foulkes, 1965; Greenson, 1967; Harrison, 2000; Holmes, 1992; Langs, 1992) и школата на груповите отношения на Бион (Bion) (Матеева, 2014; Bion, 1961; Brenner, 1955;

Brown, 1985). И двете направления – въпреки различията и конкуренцията между лидерите си – оказват съществено влияние върху развитието на теорията и практиката на групово-динамичната работа. Ключово нововъведение, което обогатява разбирането на групите в психотерапията и социалната психология е вниманието на Фулкс, Бион и техните последователи към динамиката на „*групата-като-едно-цяло*” („group-as-a-whole”). Днес благодарение на тях, интерактивно-процесуалният анализ от позициите на системния подход към сложността и хаоса в груповите процеси открива много нови възможности пред груповите психотерапевти да разглеждат „групата-като-цяло”, т.е. като една органична цялост, описвайки с научна терминология процесите и резултатите на самоорганизацията в човешките системи(групи), която надхвърля качествено отделните елементи(индивидите), от които те се състоят (Foulkes, 1965; Holmes, 1992).

Този психодинамичен по същността си подход създава реални условия за осмисляне на привидно случайните, турбулентните и непредвидими „превратности” в груповата динамика, които „игриво” реконструират груповите феномени в нови и непрекъснато видоизменящи се форми (Brenner, 1955; Pines, 1985; Williams, 1989). Може дори да се твърди, че комплексният интерактивно-процесуален анализ на груповата динамика стои на четири основни понятийни стълба свързани със откритията в школата на груповия анализ на Фулкс и школата на груповите отношения на Бион и Тавистокския институт, без познаването на които практикуването на групова психотерапия е всичко друго, но не и научно-обосновано и достатъчно професионално квалифицирано начинание. Това са: (а) концепцията за несъзнаваните групи „базисни допускания” на Бион (Bion, 1961; Brown, 1985); (б) концепцията на Фулкс за груповата интерактивно-процесуална матрица (Foulkes, 1965; 1990); и (в) системно-психодинамичната теория за човешките групи и организации на Милър и Райс от школата на Бион (Pines, 1985), и (г) разбира се, концепцията на Левин (Lewin, 1947) за груповите полета, вдъхновена от Тавистокския му период преди Втората световна война.

Двете психодинамични школи – тази на груповия анализ (Фулкс) и на груповите отношения (Бион) оказват решаващо влияние върху формиране на системно-психодинамичното разбиране на груповите психотерапевти, че хората като членове на група преживяват, действат и взаимодействат по начини, които имат качествено по-високо ниво на сложност, непредвидимост и нелинейност, и въздействат върху груповия живот и груповото развитие по множество сложни, диалектични, дори парадоксални начини. Това довежда до отказа на съвременната групова психотерапия от линейните, опростенчески причинно-следствени модели на груповия живот, и тласка теорията за груповата динамика напред и отвъд механичните модели за човешките групи, организации и общности (Димитров & Матеева, 2014 б), разглеждащи груповата динамика само като „шум в системата”. Когато навлизат на територията на груповата психотерапия, както Фулкс, така и Бион, директно заявяват, че тя се нуждае от този парадигмален, „квантов” психодинамичен скок – разглеждането на психодинамиката на груповия живот от гледната точка на системната концепция за „групата-като-цяло”.

Мета-анализът на изследванията и публикациите в тази област разкрива, че в първите десетилетия след възникването си след Първата световна война идеите и на двата лагера в авангарда на развитието на груповата психотерапия заедно с психодрамата на Морено – груповия анализ и груповите отношения – непрекъснато се развиват, сблъскват и взаимно повлияват. Може дори да се твърди – както прави това Пайнс (Pines, 1985) – че груповият анализ еволюира по-плавно и вътрешно съгласувано. Школата на груповите отношения на Бион от друга страна, преминава през два периода, намиращи се до голяма

степен в зависимост от интереса на Бион към групите. Първият период е между 1939 и 1952 година, а втория започва към 1955-та, когато Бион завърша своя личен анализ при Мелъни Клайн и ревизира с последователите си в Тавистокския институт много от по-рано формулираните концепции за груповите отношения – и то почти непрекъснато, чак до 1970 г.

Както Бион (груповите отношения), така Фулкс (груповия анализ) публикуват първите си разработки в областта на груповата психотерапия още по време на Втората световна война (1943-1944 г.) (Brenner, 1955; Brown, 1985; Harrison, 2000). Фулкс, както и един друг лидер в групово-динамичните изследвания – Курт Левин – идва в Англия от школата на немската гешалт-психология, създадена от Голдщайн. Получил класическата си психоаналитична подготовка във Виена, той се присъединява през 1930 г. към Франкфуртския психоаналитичен институт, където попада под влиянието на социалните психолози Курт Манхайм и Норберт Елиас (Foulkes, 1965; 1990), с които емигрира в Англия след разтурването на института от хитлеристите.

Бион, от друга страна, завършва история и медицина, и има героична военна кариера по време на Първата световна война. Той е под силното влияние на Уилфред Тротър (Sanfuentes, 2003), чиито публикации за малките социални групи са приети с ентузиазъм от Фройд (Freud, 1974]. Бион се присъединява към Тавистокската клиника като лекар, ангажиран с програмите за психотерапия и рехабилитация на травмираните военнослужещи. Това го тласка към психоанализата и той започва анализата си с Мелани Клайн и я довършва с Джон Рийкман. Запознавайки се в Тависток с теорията на Курт Левин за психосоциалното, жизнено поле на личността и групата, Бион стартира груповата си работа, адаптирайки Левиновата социално-психологическа концепция за т. нар. „Т-групи” („Т”- за тренинг) към груповата психотерапия на пациентите си.

Фулкс и Бион споделят принципно системната идея за „групата-като-едно-цяло”, но подхождат към нея по различен начин. Фулкс от самото начало гледа на групите като психоаналитик с 10-годишна практика в областта на индивидуалната психодинамична терапия. Бион започва да работи с групи като лекар и социален психолог, занимаващ се с предимно с изследване на груповата динамика, без още да има пълна квалификация и супервизирана практика като психоаналитик в периода преди 1951 г. Това довежда до редица различия в концептуалната и практическа ориентация на двете психодинамични школи в груповата работа – тази на груповия анализ на Фулкс и на груповите отношения – на Бион.

Фулкс гледа на себе си по-скоро като на групов психотерапевт, който се опитва да синтезира психоанализата и гешалт психологията (Foulkes, 1965). Той разглежда всеки член на групата като пресечна точка на груповите взаимодействия – членовете на групата са точки в едно по-голямо групово поле – в комуникативната матрица на групата като едно цяло. За запознатите с психодраматичната идея за диаграмата на социометричния анализ няма да е трудно да видят, че интерактивно-процесуалната матрица на груповия анализ, предложена от Фулкс напомня поразително за социометричните диаграми използвани години по-рано от Морено.

Интерактивно-процесуалната матрица на групата, според Фулкс, отразява съвкупността от психодинамично организирани взаимодействия между членовете на групата. Характеристиките ѝ се определят от това с какви индивидуални и културни допускания за груповия живот влизат в групата участниците в нея и от техните специфични особености в интерактивния им стил – бил той „нормален” или „невротичен”. Според Фулкс груповия анализ формулира някои от ключовите си идеи на основата на

гешалт психологията – психотерапията е насочена към групата; груповият психотерапевт не ръководи групата, а я следва и подпомага; цел на терапията е напредъка на „групата-като-цяло”. Акцентът е върху проблемите, които влияят на групата като цяло, а не само върху индивидуалната симптоматика на членовете на групата” (Foulkes, 1965; 1990).

Открояват се и **4 основни, специфични за груповия анализ терапевтични фактора:**

- груповата ситуация стимулира процесите на **междупersonна и социална интеграция**, и оказва благоприятно влияние върху **справяне с изолацията и отчуждението** на членовете на групата;
- в групите действа **„ефекта на огледалото”**;
- в групата се активира **работата със социалното, колективно несъзнавано**, което води до редица групови процеси и явления с голямо значение в психотерапевтичната работа;
- в групата централно място има **интерактивно-процесуалния анализ на комуникативния и емоционалния обмен** между членовете на групата (Foulkes, 1990).

Фулкс превръща групово-аналитичните принципи в основен модел за функциониране на терапевтичната институция – клиника, болница (Kennard, 1998; Main, 1946). Но, от друга страна, Фулкс извежда на преден план в групата и отделните пациенти, които са в съответствие с гешалт-психологическото му разбиране за „фигурите на фона на груповите отношения”. В този смисъл, много от пациентите в груповия анализ на Фулкс се чувстват индивидуално лекувани, но в средата на груповите отношения помежду си. Основните интервенции и интерпретации на Фулкс и последователите му са насочени към начина, по който индивидуалните членове на групата се свързват с интерактивно-процесуалната матрица на групата. Когато даден пациент споделя проблемите и преживяванията си в групата, той излиза на преден план в гешалта на груповите отношения, чувствайки се по-освободен и сигурен, по-разбиран и приеман на техния фон. Това води до изместване на вниманието от индивидуалните симптоми и насочване му към развитието на автентичността на отношенията на пациента с групата. В хода на терапията не само отделните пациенти научават за себе си и за отношенията си с другите в групата, но и групата се променя и развива. Групата става все по-гъвкава като интерактивно-процесуална матрица, което се появява – подобно на свободните асоциации в индивидуалната психоанализа, - в свободно протичащата и все по-смислена за членовете на групата групово дискусия. Фулкс пренася към този процес психоаналитичната идея за свободните асоциации, които при невротично разстроените пациенти са подтискани защитно от различни неавтентични индивидуални съпротиви. Груповият разговор е мощна сила за преодоляване на ефектите на индивидуалните защити, съпротиви и отчуждението и неавтентичността. Въвличайки в себе си отделните членове, той създава условия за лечението им. За Фулкс отделните членове на психотерапевтичната група се събират в нея, за да обединят и изразят индивидуалностите си в интерактивно-процесуалното времепространство на груповата матрица.

Бион изначално подхожда към груповата работа социално, а не индивидуално. Той си задава въпроса какъв е еквивалента на индивидуалната невроза в груповия живот. Според него в индивидуалната психотерапия, неврозата е проблем на отделния, конкретен пациент. В груповата психотерапия обаче, неврозата е проблем на цялата група (Bion, 1961; Bion & Rickman, 1943). Бион тласка груповата психотерапия към това да наблюдава и осмисля групово-динамичните аспекти на неврозите и лидерството в груповия живот. Може дори да се каже, че в сравнение с Фулкс той тръгва точно в обратната посока. За

Бион индивидите в групата са на заден план – той също се интересува от „групата-като-цяло“, но извеждайки интерактивно-процесуалния анализ на груповите отношения на преден план. Според него хората изначално, еволюционно са създадени в и за групов живот. А груповия им живот е движен в значителна степен от техните до голяма степен несъзнавани „базисни допускания“ (basic assumptions) за него. Тези необсъждани открито в групата, но наблюдаеми от системно-психодинамично подготвения психотерапевт допускания идват от индивидуалните членове на групата в средата на групата чрез естествените, биологично наследени механизми характерни за всички човешки същества. Всеки индивид има и придобит в развитието му капацитет да се свързва с другите в групата и може да го прави градивно както е в работните отношения между хората или по три „невротични“, защитно-мотивирани начина.

Модалностите на свързването между членовете на групата се определят от Бион като „валентности“ и те се проявяват като несъзнавани психични допускания(предположения) – “зависимост”, “борба/бягство” или “съчетаване”. За Бион точно както и за Морено всеки индивид е изначално групово (социално) същество и сблъсъка с този факт е с критично значение за човешката индивидуалност, идентичност и за психичното здраве и развитие на личността на всеки човек. В групите – смята Бион – индивидите в действителност приемат или се борят с приемането на своята групова същност. „Индивидът е групово животно във война не просто с групата, но със самия себе си за това, че е групово животно” [Bion, 1961, p.131]. Групата е първична. Дори индивидуалната психоанализа според Бион, е по същество групов психология на двойката „аналитик-анализиран”. Групата извежда в живота си валентности (базисни допускания), в които индивидите попадат като в капан и започват да водят борба за освобождаването и еманципацията си като индивиди. В подхода на школата на груповите отношения на Бион, самите групи като всички човешки общности са проблемно несъвършени и пречат за удовлетворяването на индивидуалните потребности и желания на членовете си. Ето защо, стилът на интерактивно-процесуален анализ и интерпретация на Бион е насочен преимуществено към групата и нейните проблеми като група – към груповата невроза. За Бион „групата-като-цяло” е наиндивидуално равнище на функциониране и развитие на човешките отношения.

За Фулкс, „групата-като-цяло” е матрица от взаимнопреплитащи се интеракции на индивида в групата и с групата. Групите на Фулкс (групите за групов анализ) не случайно са много по-популярни от групите за групови отношения на Бион и последователите му. Тавистокската школа, следвайки модела на Бион призовава членовете на групата за изследване на груповите отношения да инвестират енергията си с работа по проблемите на групата, което допълнително ги фрустрира с подчертаването предимно на ролята им като част от групата и общността от групи в организациите и обществото, докато груповия анализ е насочен към работа с индивидуалните проблеми на груповите членове в груповата среда и с помощта на групата като ко-терапевт. Санфуентес (Sanfuentes, 2003) пръв изследва 26 сесии от 4 терапевтични групи, водени от двама различни психодинамични психотерапевти. Той осъществява интерактивно-процесуален анализ на записите на сесиите, регистрирайки характерните за двата подхода интерпретации – „хоризонталните”, насочени към „групата-като-цяло”(по Бион) и „вертикалните”, насочени към един или няколко от членовете на групата (по Фулкс). След хоризонталните интерпретации, по-характерни за подхода на Бион (групови отношения) се наблюдават статистически значимо повече прояви на групов регресия и отхвърляне на груповата психотерапия от участниците. Тази тенденция се потвърждава и в груповата работа наблюдавана от автора

и може да служи като косвено доказателство за наличието на връзка между хоризонталните (по Бион) групови интерпретации и регресията, която снижава вероятността за постигане на терапевтичен инсайт.

Фулкс отчита факта, че хората се включват в групи за групов анализ, за да получат психотерапия на своите собствени проблеми. Бион, акцентирайки върху груповата невроза, създава по-трудни за разбиране формулировки за целите на групата, което обяснява и различните възприятия за двата вида групов психотерапия (Brown, 1985). Както Фулкс, така и Бион, обаче, гледат на груповата психотерапия от гледната точка на концепцията за „групата-като-цяло“, намирайки се под силното влияние на принципите на гешалт-теорията и общата теория на системите прилагани към социалната психология и терапевтичната практика. Различията в разбирането им на тази концепция, разбира се, води до развитие на две успоредни направления в развитието на груповата работа и груповата психотерапия. Така, груповият анализ (школата на Фулкс) се интересува от групата като гешалт, в който отделния член на групата изпъква на преден план като „фигура“ на „фона“ на интерактивно-процесуалната матрица на отношенията в групата. Това насочва вниманието към отношенията на индивида към групата. Оттук невротичните симптоми на отделните членове на групата отслабват с ангажирането им с интересите на групата и психотерапевта. В Тавистокския подход към груповите отношения (школата на Бион) групата се разглежда като комплексно интерактивно-процесуално, групово-динамично поле, а не като комуникативна матрица. Идеята за неврозата и свързана с нея неавтентичност е запазена, но тя се наблюдава и третира на групово, надиндивидуално равнище като групов невроза и/или социална психопатология.

Фактът че Фулкс и Бион използват и развиват концепцията за „групата-като-цяло“ от сякаш диаметрално противоположни позиции създава богати възможности за съчетаване и взаимно допълване на двата подхода в практиката на груповия психотерапевт. Може да се каже, че Фулкс демонстрира как постиженията на индивидуалната психотерапия могат да се вградят в груповата психотерапия, а Бион демонстрира как груповата психотерапия може да използва постиженията на съвременната социална психология и психиатрия. И това е валидно, не само за груповата психотерапия, но и за груповата работа в различен социален контекст (образование, труд, социални и здравни грижи, политика). Специфичен риск, за който груповите психотерапевти следва да си даваме сметка на основата на предложената тук съпоставка между двата психодинамични подхода – групов анализ и групови отношения – е, че при груповия анализ са налице значително повече предпоставки за допускане на по-високо ниво на влияние на нарцистичните уклони на пациентите върху процеса и резултатите на терапията. Пациентите в груповия анализ често имат възможност да се чувстват специални фигури на фона на групата, на чиито индивидуални и уникални проблеми се отделя специално внимание в психотерапевтичния процес. В Тавистокския модел на психотерапия на „групата-като-цяло“ е точно обратното - поривите на този индивидуален нарцистичен уклон на пациентите е естествено удържан от стила на водещия, който се ангажира предимно с „хоризонтални“ интервенции и интерпретации. Методът създаден от Бион, приоритизирайки проблемите на „групата-като-цяло“ и редуцирайки индивидуалните проблеми до общия проблем да си човек, т.е. част от човешката общност и обществото, директно се конфронтира с нарцистичните фантазии и желаниа на пациента да е специален за психотерапевта и за психотерапевтичната си група. Това превръща разбирането за „групата-като-цяло“ в нейния Тавистокски вариант (по Бион) в изключително полезна

концептуална и практическа рамка за групова и консултативна работа в организационен и социален, т.е. надтерапевтичен контекст.

СЦЕНА ТРЕТА: С МОРЕНО СПОНТАННО ЗА СПОНТАННОСТТА НА „СЦЕНАТА НА АВТЕНТИЧНОСТТА”

Морено, създателят на психодрамата и един от пионерите на груповата психотерапия, умира в Ню Йорк през 1974 г., на 84-годишна възраст, отказвайки да се храни и пие течности след продължително боледуване. Епитафията, която той сам предлага за погребението си е „човекът, който внесе веселие в психотерапията“ (Blatner, 1988). Много е казвано и писано за това какво е психодрамата и как всъщност тя може да ни лекува и помага да се развиваме. От гледната точка на предложения от мен времепространствен, четиримерен екзистенциално-психодинамичен модел за разбиране и развитие на автентичността, **психодрамата е едно от най-специалните интересубективни пространства, в които на автентичността е отделена главната роля и „аванс-сцената”** (Bradshaw, 1998; Holmes, 1992).

Психодрамата може да се определи като преживелищна групова работа, в която хората пресътворяват в съавторство помежду си своя автентичен живот – реален или възможен. Тя може да се разглежда и като артистична психосоциалната практика, като интересубектното човешко пространство за разбиране и развитие на автентичността чрез действени, драматични методи (каквото е играенето на роли не в театралното му, а в уникалното му - психодраматично, т.е. екзистенциално-психотерапевтично разбиране).

За нас опитващите се да разберат „Защо и как автентичността ни наистина е от значение?“, психодрамата е „театърът“, в който отношението към автентичността е в творческото действие на една наглед репетиционната сцена за един по-автентичен живот! В моя прочит точно в автобиографията си Морено, описвайки психодрамата, трикратно свързва именно идеята за автентичността с терапевтичната свръх-потентност на психодрамата, въпреки, че и той като Фройд и психодинамично-ориентираните групови психотерапевти никога не е стигнал до откритото използване на точно този термин, с който си служим ние тук и сега.

За Морено, на първо място, **спонтанността и креативността са двигателите** на човешкия прогрес. Но какво друго е спонтанността - се питам, - ако не ситуативно-процесуална, „тук и сега“ автентичност на преживяванията, поведенията и взаимодействията ни.

На второ място, Морено е убеден, че **искреното приемане и взаимно споделяне** са най-важните работни принципи в груповия живот. Но какво друго са те – питам се пак, - ако не интерактивна автентичност на хората в една група като сигурно интересубектно пространство за автентичност, Сцена, на която човек може да вярва в добронамереността и непринудеността (автентичността) на партньорите си?

И накрая, Морено е убеден и ни убеждава с наследството, което ни оставя, че само на основата на тези принципи групите могат да се превръщат в **истински човешки общности** (Blatner, 1988). Истински човешки общности ли? А защо да не кажем - пример за автентични човешки отношения?

Спонтанността безапелационно е едно от централните понятия в класическата психодрама, което се използва както при представянето на общата концептуална рамка на психодраматичния метод, така и при разглеждането на спонтанността като конкретен

психотерапевтичен, корективно-трансформиращ фактор (Del Nuovo, Spielber, & Gillis, 1978; Hollander, 1981; Horwitz, 1945; Moreno, 1923; Wyatt, 1988; Kipper, 2005; 2006). Самият термин „спонтанност“ произлиза от латинското „*sponte*“, което означава май нещо като „само по своя собствена воля“, т.е. непринудено (George & Brief, 1992). В социалната и организационната психология Кац, за който нямам сведения да се е занимавал с психодрама и психотерапия (Katz, 1964), използва термина спонтанност, за да опише една от трите най-важни за човека форми на поведение, които според него са с решаващо важно значение за функционирането и развитието на индивида, групата и човешките организации и общности, за тяхната продуктивна, творческа дейност. Другите две са не по-малко свързани с автентичността и по-точно с интерактивната автентичност. Така топ-триадата е спонтанност, привличане и задържането на хората в смислени за тях междуличностни, групови и социални взаимодействия, и пълноценното - т.е. зареждащо с усещане за надеждност и доверие в бъдещето на тези отношения, - изпълнение на ролите в интересубектните системи на тези взаимодействия.

В динамичната психология, в психодрамата и в живота, идеята за спонтанния човек се свързва с поне три психосоциални реалности – спонтанността на преживяванията, спонтанността на поведението и спонтанността в общуването (във взаимоотношенията) на човека с другите, със света около себе си. При това спонтанността отразява способността да се функционира адекватно и ефективно „в текущия момент“, независимо дали говорим за спонтанното и точно осъзнаване на собствените си афективно наситени преживявания и чувства, тяхното спонтанно изразяване в индивидуалните ни поведения и/или в междуличностните и социалните ни взаимодействия. В психодрамата често се изтъква, че спонтанност е изборът да живееш в конкретния момент, „тук и сега“, което в нашия четиримерен, времепространствен модел е да си ситуативно-процесуално автентичен „тук и сега“.

Като условие и фактор за ефективността на психотерапията спонтанността допринася за повишаване на откритостта и за намаляване на задръжките (инхибициите), и така усилва психичното благополучие на индивида (Moreno, 1946). Кипър (Kipper, 1967, 1986, 2000; 2005) нееднократно отбелязва, че в психодрамата около определението, разбирането на значението на спонтанността и на начините, по които тя се проявява има значителна степен на обърканост.

Самият Морено (Moreno, 1923, 1941) първоначално предлага импровизацията с изпълнението на театрални роли като най-експедитивния начин за изследване, отключване и разгръщане на спонтанността. По-късно, той сам (Moreno, 1946, р. 112) уточнява, че „спонтанността може да се проявява и когато човек мисли или когато чувства, когато си почива, и когато действа“. Осъзнаването, че спонтанността ни може и да е напълно скрита за външно наблюдение (интрапсихична спонтанност) от една страна прави разбирането на формите и начините, по които спонтанността се проявява, много по-трудно, но и по-точно.

От друга, става ясно, че за да се описват спонтанните преживявания, действия и отношения „тук и сега“, ще са нужни по-сложни психологически модели, операционализации и инструменти. Централната част от проблема е, че в психодрамата спонтанността се описва неясно като „вътрешна енергия“ (в речника на Морено), която не подлежи на трансформация и пряко наблюдение (Kipper, 1967; Moreno, 1953). Едно от вътрешните противоречия в психодраматичното мислене за спонтанността - според моите скромни наблюдения, - е дали спонтанността е само ситуативно-процесуална проява на тази „жизнена енергия“ в текущия момент и процесуалното му разгръщане в конкретна последователност (верига) от ситуация, или има и относително устойчива личностна

диспозиция – предразположеност, нагласа да сме спонтанни, която позволява хората да се класифицират на основата на индивидуалните си различия по спонтанността си в живота въобще.

Идеята за спонтанността като личностна диспозиция е ясно отстоявана от някои от последователите на Морено като Кипър. В подкрепа на подобно разбиране за спонтанността като личностна диспозиция Фокс цитира Морено (Fox, 1987, p. 42) да твърди, че “Спонтанността е готовността на индивида да реагира както е нужно“. По сведения от същия автор, Морено е смятал, че спонтанността задейства в една или друга степен удовлетворителна реакция на индивида, която той манифестира в ситуация с определена степен на новост, непознатост. За да се наблюдава, спонтанността се нуждае от конкретен носител – наблюдаеми поведения, изразявани чувства и вербална или невербална комуникация. Търсенето им в психодрамата премества вниманието от намирането на по-прецизна дефиниция на спонтанността към валидизирането на начини за регистриране на наблюдаемите в поведението и интеракциите прояви на спонтанността. Така психодрамата, за съжаление, остава с едно твърде общо и често дебатирано разбиране на спонтанността като „адекватна реакция в нова ситуация или нова реакция на вече позната ситуация“ (Kipper, 2005), върху което се изграждат впоследствие съществуващите в практиката системи за наблюдение и измерване на спонтанността.

За съжаление, така без отговор – според мен, - остават много и важни въпроси, произтичащи от вземането под внимание на екзистенциално-психодинамичната теория за автентичността, като например: „Възможно ли е човек да е напълно спонтанен и в същото време квази-автентичен или дори напълно неавтентичен (престорен, фалшив, неистински, лъжовен) в реакцията си?“, „Не е ли спонтанността само ситуативната ни автентичност (истинност), произтичаща от автономното действие на реалното ни Аз в познатите и новите ситуации и роли?“, „Ако спонтанността е характерна както за автентичните, така и за неавтентичните преживявания, поведения и отношения на човека, как при измерването на проявите им се прави разлика между тях и терапевтичните им последствия?“, „Ако съм много често спонтанна, но и неавтентична, какво означава това за диагностиката на диспозиционната ми спонтанност?“, „Има ли условия, при които въпреки, че имам автентична интрапсихична реакция на ситуацията, не мога спонтанно да я изразя в действията и общуването си с другите, т.е. възможно ли е да съм интрапсихично много спонтанна, но съвсем да не ми се отдава спонтанното поведение и взаимодействие с другите?“ и т.н.

Психологическото разбиране за автентичността се нуждае от отговори на всички тези въпроси, породени до голяма степен и от нееднозначността и вътрешната противоречивост в психодраматичната концепция за спонтанността. Така например, в психодраматичната литература липсата или ниското ниво на спонтанност се разглежда и като желателно, и като нежелателно състояние. Липсата на спонтанност е нежелателна защото е противоположното състояние на спонтанността. От друга страна, липсата или ниското равнище на спонтанност е желателно, защото „много рутинни, неспонтанни поведения са жизнено важни за ежедневното оцеляване“ (Kipper, 2005). Тези неспонтанни поведения изпълняват важни адаптивни функции, според Кипър. Нещата стават още по-неясни, ако вземем под внимание и формулировката на Морено (Moreno, 1946) за т. нар. „патологична спонтанност“, с което се обяснява развитието на психичните разстройства. Неизяснен остава и въпросът дали „патогенната спонтанност“ е противоположна на „нормалната спонтанност“ или е една крайна форма на квази-спонтанност или неспонтанност – т.е. ситуативно-процесуално наблюдавано състояние на неавтентичност.

Според мен ще е по-лесно да се отговори на много от тези въпроси, ако в обяснението се въведе разбирането, че патогенна е само тази „спонтанност“, която извежда на преден план неавтентичните ни реакции, били те, компулсивни преживявания, поведения, движени от натрапени, макар и вътрешни (интроектни) мотиви, и ритуализирани до автоматичност интерактивни схеми за участие в междуличностните отношения. Но разбира се, това е трудно на психодраматична територия, защото понятието автентичност до този момент не е едно от официално легитимирани понятия в теорията и практиката на психодрамата и в това е проблема ѝ с прецизирането на разбирането на спонтанността.

Не съм забравила, че Морено също така твърди, че не друго, а тревожността е обратното на спонтанността (Kipper, 2005). Но не е ли напълно естествено, обаче, именно тревожността да съпътства съпротивите, инхибициите и трудностите, които неавтентичността поставя на пътя на спонтанното споделяне на някои емоционално наситени и съкровени преживявания, мисли и отношения, идващи от дълбочината на автентичното Аз на човека? Всичко това ни дава основание да приемем, че основният проблем на психодрамата с централното ѝ понятийно средство „спонтанност - креативност“ не е в това как да се наблюдава и измерва спонтанността в психодраматичната ситуация и в живота, а каква би могла да е концептуалната рамка, която намира отговор на тези и много други въпроси, касаещи пряко хипотезата, че спонтанността е основен терапевтичен фактор не само в психодрамата, но и във всяка смислена психотерапия.

Според мен, за да се създаде такава концептуална рамка е нужно в психодраматичната теория за спонтанността да се въведе в официална употреба понятието автентичност. Но всъщност, това би означавало само едно – теорията за спонтанността да се интегрира в концептуалния модел за автентичността-неавтентичността на преживяванията, поведенията и отношенията в психодрамата и в живота на хората. Това е съвсем просто, ако се предприеме по-смело следното – спонтанността да се рedefинира ясно само като ситуативно-процесуална автентичност, независимо дали става дума за интрапсихична спонтанност, спонтанност на поведението или интерактивна спонтанност (в отношенията с другите).

Какво би означавала подобна нова – за психодрамата, а не за мен - дефиниция на спонтанността? На първо място, тя би ни позволила да определим точно за коя спонтанност всъщност твърдим, че е градивната (творческата) и терапевтичната сила в психотерапията, в психодрамата, а и в живота. Отговорът е същинската спонтанност или спонтанността, която свързва човека, ролята и ситуацията, в която се намира с неговите автентични преживявания, поведения и отношения с другите. В този смисъл, **спонтанност е само автентичността ни „тук и сега“ и в самия процес на развитие на текущата конкретна ситуация.**

На второ място, „спонтанността“, която поражда квази-автентичност или неавтентичност (фалш, престореност, лъжа) в този модел не е спонтанност *per se*, а по-скоро компулсивно-обсесивна или импулсивна манифестация на защитното функциониране на „фалшивото Аз“, на „Егото“ в ролята и ситуацията на човека, което извежда на преден план „квази-спонтанно“ своите „пара-адаптивни“ или защитно-компенсаторни - готови, ритуализирани, фиксирани или автоматизирани, съзнателни и несъзнателни реакции. Това ситуативно-процесуално проявление на психодинамиката на неавтентичността на Аза дава и по-богати възможности за нов прочит на идеята на Морено за „патогенната спонтанност“ и има съвсем ясни определения в екзистенциално-

психодинамичната концепция за неуморното присъствие и усърдната работа на защитните механизми във всеки момент от живота ни.

На трето място, става ясно, че в подобен разширен модел на спонтанността има и област, касаеща специфичната липса на спонтанност при затруднеността на човека да е автентичен в преживяванията, поведението и отношенията си с другите. Високите нива на ситуативно-процесуална неавтентичност (инхибициите, сковаността, блокажа) в този случай правят невъзможна както същинската спонтанност, така и „квази-спонтанността“ на защитното функциониране, което обяснява защо е възможна липсата или силно инхибираната спонтанност на поведенческо и интерактивно ниво при толкова много хора – те просто са неавтентични и им е изключително трудно да са истински спонтанни, т.е. ситуативно-процесуално автентични в преживяванията, действията и общуването си с другите.

Разбира се, този нов модел касае не само ситуативно-процесуалната автентичност, която определяме като действителната спонтанност на човека в неговата моментна, „тук и сега“ ситуация и процеса на нейното развитие във времето и пространството. Освен (а) ситуативно-процесуална, спонтанността ни може да е и (б) рефлексивно-диспозиционна, т.е. личностна черта, обобщена нагласа, а в някои случаи достига и до проява в своето най-висше ниво – (в) нивото на спонтанните екзистенциални преживявания (като инсайта и преоткриването на смисъл на нещата в живота и света), спонтанните екзистенциални актове (например, саможертвата) и спонтанното заявяване на екзистенциалната ни позиция, на автентичността ни като самобитността на индивидуалността ни в живота и света, но точно „тук и сега“.

Директно следствие от приемането на този модел, е и отхвърлянето на допускането, че спонтанността има основно характеристиките на една относително устойчива диспозиция на личността. Личностно-диспозиционната автентичност е това, което отразява относително устойчивата склонност на човека към спонтанни преживявания, поведения и взаимодействия с другите. Това, което всъщност измерват инструментите, предложени от Кипър (Kipper, 2005; 2006) е не спонтанността като личностна тенденция, а себеприписването на крос-ситуативна, често наблюдавана спонтанност.

Спонтанността – според мен, - е само ситуативно-процесуална, но личностната, диспозиционната автентичност като многомерен психологически конструкт има в себе си и още един важен компонент останал незабелязан от факторните модели на автентичността на Кернис и Голдман, и Ууд и сътр. – устойчивата, свързана с интегрираната им в процесите на рефлексивно себеопознаване и самоопределение склонност, нагласа на автентичните личности да са спонтанно себе си в конкретните „тук и сега“ ситуации.

При това, както предвижда предложената екзистенциално-психодинамичната концепция за разбирането и развитието на автентичността, този компонент в структурата на диспозиционната автентичност е със сложна вътрешна структура – можем да сме склонни да сме интрапсихично спонтанни, поведенчески спонтанни и интерактивно спонтанни. И са нужни много задълбочени изследвания, за да разберем в какви отношения са тези аспекти на рефлексивната автентичност на личността и каква е динамиката на отношенията им с интрапсихичната спонтанност, поведенческата спонтанност и интерактивната спонтанност във всяка конкретна ситуация и роля, във всяко „тук и сега“ на автентичността. В това е и невероятната възможност за разбиране и развитие на автентичността, която ни предоставя психодрамата като групова психотерапия и психосоциална практика.

И само още един аргумент в подкрепа на току-що направеното предложение за нова дефиниция на спонтанността като ситуативно-процесуална автентичност на преживяванията, поведенията и взаимодействията на човека. Той отново е свързан с разбирането на Морено за „патогенната спонтанност“. Тя просто следва да се разбира като ситуативно-процесуална квази-автентичност или неавтентичност, т.е. неавтентичност „тук и сега“. Като такава неавтентичността именно така и съществува, възпроизвежда се и се съхранява – като миг след миг, ситуация след ситуация, роля след роля компулсивна, вътрешно или външно натрапена или защитно-мотивирана неавтентичност на преживяванията, поведенията и взаимодействията ни.

Вземете под внимание само два илюстративни примера не от сцената на психодрамата, а от социодрамата в реалния живот на съвременното потребителско общество, в което сме тотално потопени – компулсивното пазаруване, в частност, и натрапчивото и фалшиво консуматорско самосъзнание, поведение и взаимодействие с другите, с природата и с човешката култура, най-общо. Как е възможно и кой съдейства да ни се случват всеки ден? Ами, като натрапена от рекламно-маркетинговия натиск компулсивно-обесивна ситуативно-процесуална форма на неавтентичност, в която хората са всичко друго, но не и спонтанно наистина себе си.

Но това, разбира се, е отделна тема за цяла друга социо-драма.

СЦЕНА ЧЕТВЪРТА: ВСИЧКИ ТЕРАПЕВТИЧНИ ФАКТОРИ НА ГРУПОВАТА РАБОТА НА „СЦЕНАТА НА АВТЕНТИЧНОСТТА”

В контекста на груповата психотерапия, психодрамата и програмите за групов тренинг, процесите на човешки взаимодействия - работата в група, - осигурява уникални и икономични възможности участниците да придобият опит като членове на ориентирана към промяна и развитие общност, фокусирана върху съвместното решаване на проблеми и формирането на умения за справяне и комуникация, социална чувствителност, междуличностна емпатия и автентичност (Димитров & Матеева, 2012; 2012а; 2012б; 2012в; 2012г; Матеева, 2011а; 2012б).

Всички форми на ефективна групова работа и групов психотерапия – независимо дали са построени върху концептуалната и методическа основа на психодрамата (Морено), груповия анализ (Фулкс) или груповите отношения (Бион), - отключват и поддържат на едно или друго ниво на дълбочина излагането на участниците на въздействието на система от трансформиращи (корективно-формиращи) и терапевтични фактори на груповата динамика, на груповите процеси (Матеева, 2012д; 2012е; Матеева & Димитров, 2012д; 2012е; Corey, 2004). Систематичният анализ на огромната литература по темата, личният и професионален опит на автора - в психодрамата; във воденето на тренинг групи за мениджъри, консултанти, педагози и психолози; в групи за психотерапия; и в изграждането и развитието на работни екипи в организационен контекст, - й дават основание да открива доказателствата за „срещата” на психодраматичния и психодинамичния подходи към груповата работа и психотерапия именно на територията на отношението им към ключовите трансформиращи и терапевтични фактори на груповата динамика (Матеева, 2012а; 2012в; 2012г; Матеева & Димитров, 2012б; 2012в; 2012д; Brown & Ryan, 2003; Dimitrov & Mateeva, 2012а; 2012б; 2012с; Mateeva & Dimitrov, 2012д; Yalom & Leszez, 2005).

Разбира се, наличието и въздействието на тези фактори в определена група силно варира. Някои от трансформиращите и терапевтични фактори на груповата динамика играят по-съществена роля на точно определен етап от развитието на групата и в зависимост от работните ѝ задачи, тематичната и концептуалната ѝ рамка, нейната структура, стила и компетентността на водещите. При това не всички участници в дадена конкретна група изпитват влиянието на групово-динамичните ефекти на корективно-формиращата, терапевтична среда на групата по един и същ начин, и в една и съща степен. И въпреки огромната комплексност на всяка конкретна групово-динамична ситуация във всяка отделна група, изследванията и практиката в психодрамата, груповия анализа и груповите отношения разкриват, че корективно-формиращите (терапевтичните) фактори имат както общи, така и специфични ефекти върху груповите процеси и промените на участниците (Dimitrov & Mateeva, 2012c; Kivlinghan & Holmes, 2004).

Методологическото и технологично развитие на практиките за групова работа и групова психотерапия се нуждае от смислен оптимизационен модел за интеграция на ефектите, които имат трансформиращите (корективно-формиращи) фактори на психодраматичния и на психодинамичния подходи към груповата работа и психотерапия. Мястото на този модел е общата „сцена“ на тези подходи – търсенето на възможности за нарастването на автентичността на преживяванията, поведението и отношенията на членовете и водещите на групата като непосредствен маркер за постигане на целите на групово-динамичния процес (Mateeva, 2011; 2012a; 2012б; 2012e; Goldman & Kernis, 2005; Harter, 2002; Kernis & Goldman, 2005; 2006; Lakey et al., 2008; Mateeva & Dimitrov, 2012a; Peterson & Seligman, 2004; Wood et al., 2008).

Емпирично доказали ролята си в генезиса на благоприятни за промяната и развитието на автентичността на преживяванията, поведението и отношенията на членовете на групата са следните **ключови трансформиращи и терапевтични фактори**, откривани от авторитети като Ялом както в психодрамата (Морено), така и в груповия анализа (Фулкс) и груповите отношения (Бион)(Yalom & Leszez, 2005):

- **универсалност;**
- **вливане на надежда;**
- **предаване и обмен на информация;**
- **алтруизъм;**
- **имитационно поведение;**
- **групова сплотеност;**
- **междупersonностно(социално)учене;**
- **формиране на социални умения;**
- **реинтеграция на опита от първичните групи;**
- **емоционален катарзис;**
- **екзистенциален самоанализ и себерефлексия.**

Универсалността е трансформиращ групово-динамичен фактор свързан с осъзнаването от участниците в групата, че собствените им грижи и проблеми не са уникални и не представляват изключение, а са преживявани и от останалите членове на групата. Осмислянето на универсалността в груповия процес е резултат както на емоционалните, така и на когнитивните аспекти на груповите отношения в хода на груповата работа. Откривайки, че не е сам или странно различен, участникът в груповия процес преживява нарастваща увереност; снижава се тревожността му и тенденциите за

песимистично потапяне в личната му проблемна ситуация. Заедно с това отслабват объркаността, съпротивите срещу промяната, страховете от новите идеи, модели на поведение и отношения, а на когнитивно ниво се наблюдава подем на самоуважението и преориентация към ефективни методи за учене и справяне с проблемите. Универсалността стимулира активното включване в груповия процес и споделянето на собствен опит, които са в основата на механизмите за преживелищно учене и дълбинна личностна промяна. В групата се установяват общи и споделени теми, проблеми и потребности, и се постига социална валидизация и фасилитация на ученето и промяната както на индивидуално, така и на междуличностно и системно („групата като едно цяло“) ниво. Преки индикатори за действието на този групово-динамичен терапевтичен фактор откриваме в споделените автентични преживявания, действия и в съдържанието на общуването на членовете на психодраматични и психодинамични групи, в които по специфичен начин се създава пространство за изразяване и себerefлексия върху универсалността: „...*Научавайки, че не съм само аз с подобен проблем, усещам..., че не съм сам, че всички сме в една лодка...и ще намерим заедно решение*“; „...*Сега осъзнавам, че не съм по-зле от останалите в групата...*“; „...*Разбирам и че на други в групата са им са случвали неща...лоши неща, хрумвали са им неприятни мисли, ...изпитвали са болезнени емоции...както на мен самия...*“; „...*тук знам, че и останалите имат трудности и проблеми като моите собствени..., че и те са объркани, изплашени и страдат от тях...също като мен...*“; „...*да усещаш, че не си много по-различен от останалите в групата е като да се чувстваш сред близки, ...по-разбиран и приетан – въпреки проблемите и...особеностите си, ...ставаш част от едно цяло, което се вслушва и грижи за всеки от нас...*“.

Факторът **вливане на надежда** е друг действителен терапевтичен фактор във всички форми на корективно-формираща, трансформираща групова работа в психодрамата, груповия анализа и груповите отношения (Snyder, 2002). Членовете на групата променят възприятията си за личната си ефикасност, мотивацията и уменията си да овладяват нови средства за решаване на проблемите и постигане на целите си. В ранните етапи на груповия процес именно този фактор е с решаващо влияние за превенция на съпротивите, апатията и алиенацията. Взаимодействайки с другите в групата, всеки наблюдава не само собствения си напредък и успехи, но и постиженията на останалите в групата. Това укрепва увереността в трансформиращата и терапевтична ефективност на груповата работа и в собствената ефикасност в ученето и промяната (Bandura, 1977), и така усилва мотивацията за автентично присъствие и участие в груповия процес. Непосредствени индикатори за влиянието на този групово-динамичен фактор са автентични реакции в сесиите за споделяне като следните, например: „...*Гледайки как някои от хората в групата се справят все по-добре с проблемите си, изпитвам надежда, че и аз ще успея да намеря решение на моите...*“; „...*хубаво е да знаеш, че хора от групата са се справили вече с много от тревожещите и мен проблеми...*“; „...*обнадежден съм като гледам как другите в тази група решават проблеми, които са като моите собствени...*“; „...*подобренията при някои от хората в групата силно ме окуражават...за мен самия*“; „...*групата е помогнала на толкова от членовете си да преодолеят подобни на моите проблеми, ...ще стане и при мен!...*“.

Интензивният информационният и преживелищен обмен в групата е важен трансформиращ механизъм на груповата динамика с централна роля за психосоциалната, интрапсихичната и поведенческа промяна на участниците. Придобиването на нова информация и споделянето на собствен, „жив“ опит имат специална корективно-формираща роля в ученето и промяната. От значение са не толкова дидактичните,

абстрактни указания и размяната на съвети между участниците в груповия процес, колкото откритото, спонтанно и неоценъчно обсъждане на идеи, асоциации, предложения и собствен (минал и текущ) опит в групата, насочването на обмена от водещия и обратната връзка от другите членове на групата. Получаваните в групата преки и косвени пояснения и уточнения редуцират неопределеността, амбивалентността и объркаността, стимулират осмислянето, разбирането и груповото обсъждане на новите факти и подходи; гарантират ангажирането с експериментирането на нови роли, решения, нагласи и поведенчески модели. И обратно, липсата на нова полезна информация и възможности за групова асимилация и рефлексия на информацията и опита пораждаат тревожност, защитни съпротиви, вторично отчуждение и неавтентичност в груповите отношения. Индикативни за ролята на този терапевтичен фактор и в психодраматичния, и в психодинамичния подход са автентични преживявания като споделените: „...групата ми помага да разбирам и осмислям по-добре какво впечатление формирам с действията си у другите...”; „...водещият на групата ми дава възможност да разбера по-добре същността на проблема си, без да ме съветва и напътства,...просто създава условия всички да ме изслушват и споделят какво усещат и мислят за проблема ми...”; „...хората в групата ми дадоха ценни идеи за това как мога да постъпя...”; „...другите в групата споделиха опит, който ми е полезен в търсенето на отговор на моите въпроси...”; „...един от членовете на групата сподели как той е намерил решение на проблем, който е сходен с моята ситуация...”; „...съветите и мненията на хората от групата ми свършиха отлична работа в преодоляване на проблемите в общуването ми в моето „странно” семейство...”.

Действеният алтруизъм и емпатията са свързани – както в психодрамата, така и в груповия анализ и груповите отношения, - с това, че групово-динамичната ситуация създава конкретни и реални възможности на членовете на групата да са полезни един на друг, да се подпомагат взаимно и да си сътрудничат в съвместната си работа за учене и промяна. Членовете на групата разменят подкрепа и съвети, изграждат дух на алтруистично, емпатично и автентично присъствие в ситуацията на другите участници в груповия процес. Откриват, че алтруистичните действия в полза на партньорите, без да се очаква нещо в замяна, могат да са смислени и носят удовлетворение, откритост, взаимно доверие и самоуважение. Получавайки спонтанно подкрепа от другите в групата, участниците осъзнават, че са значими и разбирани в групата, и че могат да разчитат на ресурсите и потенциала на другите в нея. Това силно въздейства върху преживяването за собствената им автономност, психосоциална и ролева ефикасност и гъвкавост (Kivlinghan & Holmes, 2004). Това превръща групата в ефективна социална общност за съвместно учене и промяна. Наблюдават се автентични преживявания, поведения и отношения като споделените в груповата рефлексия върху съвместната работа: „...помагайки на другите в групата да решават проблемите си, се изпълвам със самоуважение, имам усещането, че съм полезен, нужен и компетентен...”; „...понякога най-важното е да поставиш чувствата и нуждите на другите преди своите...оказва се, че и те – другите в групата, - желаят и могат да правят така, отнасяйки се внимателно и загрижено към собствените ми емоции, потребности и терзания...”; „...да забравиш за себе си, опитайки се да помогнеш на някой друг от групата, е много полезно в ситуацията, в които разчитах на подкрепа и самия ти...”; „...в тази група всяка среща ми помага като ми напомня колко е важно да дадеш нещо от себе си на другите, с които живееш...”; „...когато успея да помогна на някой от другите хора в нашата група, се чувствам

наистина значим и полезен, а и колко е приятно да чуеш искрено „благодаря ти!“ от друг човек...”.

На тази основа в действие влиза още един мощен терапевтичен фактор на груповата динамика – **осмислянето на и грижата за груповата сплотеност**. Изграждането на атмосфера на сигурност, доверие, топлина, взаимна емпатия, споделено разбиране и принадлежност в групата е с основен принос за успеха на груповия процес и в психодраматичния, и в психодинамичния подход. Груповата сплотеност е функция на отношенията на всеки от участниците с водещия и с останалите членове на групата, с групата като едно развиващо се динамично цяло. Груповата сплотеност има множество измерения – взаимно привличане, съзидателен групов климат, емоционално сближаване, изграждане на работен съюз. Като комбинация от сили, които привличат и задържат заедно членовете на групата, груповата сплотеност им позволява да изпитват автентична солидарност и принадлежност, споделена значимост и отговорност за всеки в групата и за групата като едно цяло.

В този смисъл, груповата сплотеност е предпоставка и за отключването на действието и на допълнителни корективно-формиращи, трансформиращи фактори на груповата динамика като **автентичното формулиране на и ангажиране с работните задачи на групата и развитието на груповата идентичност** („ние“-преживяването за идентификация с групата). Групите с висока сплотеност постигат по-високи и по-устойчиви резултати в ученето и промяната на членовете си. В тях е значително по-развита себerefлексията и автентичността на съвместния анализ на преживяванията, поведенията и отношенията на участниците в груповата работа. Взаимното приемане, емпатията и уважението споделено в груповите отношения усилват самочувствието и готовността за промяна: „...страхотно е да усещаш, че принадлежиш към грижовна и приемаща те такъв какъвто си общност...”; „...групата ми осигурява възможност да съм в близък и открит,...в истински човешки контакт с други хора...”; „...когато разкривам тревожещите ме чувства и мисли, групата ме приема и разбира...”; „...в групата никога не се чувствам сам и отхвърлен...”; „...да си част от група, която те разбира и приема е всичко, от което имам нужда...”.

Имитационното поведение и междуличностното учене са други два мощни терапевтични фактори на груповата динамика – както в психодраматичната, така и в психодинамичната модалност на терапевтична работа в група. Членовете на групата учат като наблюдават и слушат не само водещия, но и като взаимно се наблюдават, отразяват, имитират, допълват и идентифицират един с друг. Това им позволява да усвояват по-ефективни стратегии за справяне, да тренират нови умения и роли, и да експериментират с тях в сигурното времепространство на групата като източник на модели за справяне, промяна и развитие. Ролята на междуличностното и социалното учене в групата е централна на споделената от психодрамата, груповия анализ и груповите отношения „сцена” на автентичността на преживяванията, поведението и отношенията на участниците в нея. Те често споделят: „...в групата разбрах как всъщност въздействам на другите хора...”; „...другите в групата честно ми казват какво мислят за мен и моето поведение...”; „...хората от нашата група винаги ми казват кои от навиците и поведенията ми ги дразнят и объркват...”; „...групата ми показва, че когато не казвам какво чувствам и мисля това е объркващо и дразнещо за останалите...”; „...опитвайки се да съм като другите в групата, които се справят по-добре от мен ми помогна да открия, че не съм по-зле от тях...”; „...когато другите в групата споделят смущаващи неща от живота и преживяванията си, аз по-спокойно се решавам да разкрия какво ме

измъчва...’; „...опитвам се да правя някои неща както ги прави един друг член на групата, който се справя според мен отлично...”; „...възхищавам му се и честно си признавам – имитирам често водещия на нашата група...”; „...в групата намерих хора, които са ми добър пример за действие в моята сложна ситуация...”.

Формирането на социални умения и усвояването, експериментирането и упражняването на нови роли в ролевата динамика и игра на групата като трансформиращи и терапевтични фактори на груповата динамика спомагат за ученето и промяната на афективно и поведенческо ниво, и за изграждането на по-ефективна представа за трансфера на придобивките от груповия процес в реалния живот на участниците в групата. Влиянието на този клъстер от терапевтични фактори в работата на групите терапевти с психодраматична и психодинамична ориентация е пряко възприемано и отразявано във все по-автентичните преживявания споделяни от членовете на групата: „...общуването в групата ми дава възможност да подобря уменията си да се разбирам с другите – както в групата, така и извън нея...”; „...работата ми в групата ме направи по-способен да се доверявам на другите хора...”; „...сега съм много по-наясно как мога да изграждам и поддържам трайни и пълноценни отношения с различни от мен хора...”; „...в групата непрекъснато си показваме как можем да подходим към ситуации, в които не е ясно предварително как биха постъпили другите хора...”; „...един от членовете на групата работи заедно с мен за намиране на решение на моите проблеми...”.

Ефективната психодраматична и психодинамична групова работа позволява на участниците да се ангажират с **корективна реинтеграция на по-ранния си групов и социален опит в първичните им групи** - семейството, предишните работни групи и социални общности. Този терапевтичен фактор на груповата работа е с решаващо значение за нарастване на автентичността в преживяванията, поведенията и отношенията на членовете на групата, за които миналия опит е болезнен, травматичен и наситен с амбивалентност, интроектни рестрикции, зависимости, контра-зависимости, преносни импулси и задръжки: „...участието ми в тази група в известен смисъл ми отворя – сесия след сесия, - очите за това какво всъщност ми се е случвало в семейството, от което произлизам..”; „...не знам точно как, но групата ми помогна да разбере откъде точно идват много от задръжките и страховете ми...в отношенията ми с моите родители и с по-големия ми брат...”; „...тук много неща ми напомнят за семейството, за което съм жадувала през целия си живот...с много любов и взаимно разбиране, каквито никога не съм имала в истинското си семейство...”; „...в групата разбрах как предишната ми работа ме е деформирала и наранила...и как аз съм наранявала хората в ролята, която съм имала в работата си”; „...тази група е нещо като семейство за мен – някои са като родителите ми, други – като мои роднини, ... но тук, общувайки с тях аз разбрах по-добре истинското си семейство...”.

Груповата динамика има и още един безспорен трансформиращ и терапевтичен фактор, който - както практикуващите психотерапия в психодрамата, така и в груповия анализ, и в груповите отношения, - познават и ценят. Става дума за **катарзиса** или корективното, пречистващо и освобождаващо емоционално преживяване, автентичното изразяване и отиграване в групата на собствените чувства и желания, както и споделеното осмисляне на прозренията и отношенията свързани с тяхната реалност на сцената на груповото пространство. Някои от индикаторите за влиянието му включват на езика на участниците в груповия живот на „сцената” на автентичността следните прозрения и интерпретации: „...групата е място, в което свободно мога да изкажа и изразя всичко,

което ме тревожи и измъчва...”; „...чудесно е да можеш да изразиш открито пред останалите в групата всички неприятни и приятни емоции, които те вълнуват...”; „...водещата на нашата група създава всички условия свободно да ѝ покажем какво мислим и чувстваме за нея...и най-неприятните неща, разбира се...”; „...в групата се научих как по-добре, по-непресторено да изразявам своите истински чувства...”; „...тук – в групата, - имам възможност и...желание да разказвам за нещата, които ме тревожат, вместо да ги затаявам и потискам дълбоко в себе си...”

Груповата динамика създава и рефлексивно пространство за пълноценен **екзистенциален самоанализ в групов контекст** – трансформиращ живота фактор, чрез който конкретните процеси и отношения в групата интегрират темите за собствената аз-идентичност, себеразбирането и себерефлексията, които са основни „действащи лица” на „сцената” на автентичността. На нейна времепространствена територия групата среща участниците с отговорността им за осъзнаването и преосмислянето на собствените им екзистенциални ограничения и избори, житейските трудности и превратности: „...общуването ми с другите в тази група ме научи, че живота понякога е много несправедлив...”; „...научих, че няма как да се избегнат някои болки и страдания в живота, но е важно какъв смисъл намиращ в това да ги преживееш...”; „...стана ми ясно, че независимо колко близки отношения имам с другите, аз все пак съм изправена сама - лице в лице, - със живота си – такъв какъвто е в действителност...”; „...с помощта на групата застанах челно срещу нерешените проблеми в живота си и така се научих да живея по-честно и естествено...без глупави тривиалности, фалш, пози и комфортизъм...”; „...сега – в края на работата ни в тази група, - съм наясно, че аз нося пълната отговорност за начина, по който живея...и за изборите, които правя...със или без подкрепата на околните...”; „...групата е много подходящо място да осъзнаеш защо мислиш, чувстваш и действаш по начини, които нямат нищо общо с истинските ти чувства, идеи и ценности...и защо това е в основата на проблемите ти...”

Най-общо казано, оптимизацията на груповата работа в психотерапевтичен, тренинг, организационен и социален контекст е комплексна задача на приложната социална психология както я мислят практикуват професионалистите в психодрамата (Морено), груповия анализ (Фулкс) и груповите отношения (Бюн). За решаването ѝ е необходимо създаването и прилагането на евристични концептуални модели и конкретни операционализации на понятийния апарат, с който се описва влиянието на корективно-формиращите (трансформиращите и терапевтичните) фактори и условия на групово-динамичната среда върху функционирането, промяната и развитието на участниците в различни групи.

На основата на емпиричните изследвания и наблюденията в практиката на групите за тренинг, психотерапия и екипна работа в реалните организации и общности, с които съм работила имам известни емпирични основания да твърдя, че в центъра на този интегриран модел може да бъде поставена насочеността на психодраматичната и психодинамична групово работна към разкриването и стимулирането на автентичността на преживяванията, поведението и отношенията на членовете на групата, разглеждана като многомерен и многопластов психологически конструкт (Матеева, 2012a; Kernis & Goldman, 2005; 2006; Harter, 2002; Wood et al., 2008).

Груповите процеси в психодрамата, груповия анализ и груповите отношения имат доказани общи и специфични влияния върху автентичността във всичките ѝ измерения – себепознаване и идентификация със себе си; обективно, освободено от изкривяващи

влияния от външната среда и от психодинамиката на защитните механизми на Аза и групата възприемане и обработване на информацията за себе си; автентично поведение; автентични междуличностни отношения; осъзнаване и преодоляване на себеотчуждението; изграждането на автономен начин на живот и стил на спонтанно и креативно себеизразяване. Като основен предиктор на зрялото психосоциално функциониране, субективното благополучие и психичното здраве, автентичността и промените в нейните ситуативно-процесуални, личностно-диспозиционни и екзистенциални проявления в интрапсихичен, поведенчески и междуличностен план са валидни и чувствителни маркери за ефективността на груповите процеси както в психодраматичен, така и в психодинамичен терапевтичен контекст (Димитров & Матеева, 2012а; 2012б; Sheldon et al., 1997). Това открива хоризонти за провеждането в бъдеще на системни анализи и приложения на финните механизми, чрез които терапевтичните фактори и условия на груповата динамика, отключвани в психодраматичната и психодинамичната групова работа и групова психотерапия влияят върху автентичността на хората, които им се доверяват. А на тяхна основа и за конструирането на нови, интегрални програми за целенасочено опосредстване на тези ефекти с оглед повишаване на ефективността на груповата работа във всички сфери на груповата психотерапия, в частност, и на приложната социална психология, организационната и консултативната психология, като цяло.

Наличието на конкретни доказателства за общите и специфични, самостоятелни и съвкупни ефекти на трансформиращите и терапевтични фактори на груповата динамика в психодрамата, груповия анализ и груповите отношения ще позволи да се осъществяват и все по-целенасочени, по-компетентни и по-ефективни и етични психологически интервенции във всички форми на групова работа, организационен и социален живот.

СЦЕНА ПЕТА И ЗАКЛЮЧИТЕЛНА: МОЯТА СРЕЩА С ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВОТА И ВЪЗМОЖНОСТИТЕ НА СЪВМЕСТИМОСТТА НА ПСИХОДРАМАТА, ГРУПОВИЯ АНАЛИЗ И ГРУПОВИТЕ ОТНОШЕНИЯ НА „СЦЕНАТА” НА АВТЕНТИЧНОСТТА

Една от основните разлики между психодраматичния и психодинамичния подходи касае **проблема „детерминизъм или спонтанност-креативност”**. В традициите на психоаналитичната доктрина, от които произлизат в една или друга степен и двата основни психодинамични подходи към груповата психотерапия – груповия анализ (Фулкс) и груповите отношения (Бион) – **принципът на психичния свръхдетерминизъм** заема централно място (Freud, 1974 (Freud 1915-16 p. 27-28)). В психиката, както и въобще в природата, нищо не става случайно. Всяко психично събитие е детерминирано от другите, които го предхождат... и всичко в психичния живот на човека е взаимносвързано и взаимнообусловено, твърди Фройд в интерпретацията на Бренер (Brenner, 1955; p. 12]. Около този принцип се изграждат както техниките на индивидуалния анализ, така и много от постулатите на груповия анализ на Фулкс и на груповите отношения на Бион – например, при изследване на феноменологията и динамиката на преноса/контра-преноса, сънищата и груповите неврози в динамичната групова психотерапия. Без придържане към тезата за психичния детерминизъм, например, в динамичната групова психотерапия не би могло да се приписва значение на специфичните „смущения” и „инциденти” в груповата динамика на терапевтичните групи, нито да се дават смислени интерпретации на

психодинамичните и групово-динамични симптоми, наблюдавани в тях (Bion, 1961; Foulkes, 1990).

Морено, обаче, има за своя водеща концепция **доктрината за спонтанността и креативността** (Moreno, 1953; 1980). Спонтанността се разглежда от него като несъхраняема форма на енергия, която се усвоява и изразходва незабавно в текущия момент, „тук и сега”. Така дори самото „загрбяване” в психодрамата се определя като „оперативен израз на спонтанността” (Погледнете, например: *“Who shall survive?”*) (Moreno, 1953, p.42). Казано по друг начин, спонтанността е моментната, ситуативно-процесуална свобода (автентичност) на човека да прави нови избори и да се освободи, т.е. да отключи креативността си в търсене и създаване на нови решения на проблемите си. Морено описва креативността като нещо, което съществува навсякъде, но се нуждае от спонтанността като катализатор, за да се актуализира и изрази. Вселената – твърди той – е безкрайна креативност и нейната най-видима дефиниция е детето. Вселената на човека е изпълнена с продукти на взаимодействието между креативността и спонтанността му – зачеването, раждането и отглеждането на бебета, новите произведения на изкуството, техническите изобретения и възникването на нови социални институции. Без спонтанността, креативността е лишена от жизненост; без креативността, спонтанността е напразна и безплодна. Спонтанността като ситуативно-процесуална автентичност действа само в настоящето – ”тук и сега”, - и така непрекъснато тласка човека към намиране на адекватни реакции на новите ситуации или на нови отговори на познатите ситуации. Според Морено и психодрама-терапевтите голяма част от психопатологията и социопатологията може да се припише именно на недостатъчното развитие или прекомерното подтискане на спонтанността. Ето защо тренирането ѝ е най-важната практика за психотерапевта – „тревожността е резултат от „загубата” на спонтанност” [Moreno, 1980, pp. 11-14].

Концепцията за биологично детерминираната жизнена енергия или либидото е една от фундаменталните психодинамични обяснителни схеми. Тази жизнена енергия се демонстрира още от самото раждане на индивида и се изразява чрез психосексуалните потребности на индивида, които намираме в различни форми както в индивидуалното развитие, така и в междуличностните и груповите отношения на човека. Повечето психодинамично ориентирани психотерапевти я разглеждат като относително константна, аналогична на физичната енергия. За Морено и в психодрамата, обаче, това допускане е изцяло неприемливо: „В подобна затворена психодинамична или социодинамична система няма място за спонтанността. Ако енергията на либидото трябва да остава постоянна, то социално-психологическият детерминизъм е абсолютен” (Moreno, 1987; p.16). За Морено и психодрамата **човек е преди всичко активен, действащ и самоопределящ се „актьор”**, който е екзистенциално-психодинамично свободен „протагонист” в определените от битието му в света граници да прави множество свои собствени избори и да се свързва отговорно със света и другите хора, споделяйки с тях креативността си. Динамичната групов психотерапия (груповия анализ и груповите отношения) преминала и през дестилация на концептуалните си модели през филтрите на „теорията на обектните отношения” - още в средата на ХХ-ти век, - споделя с Морено отказа си от ортодоксалната теория на Фройд за нагоните и либидото. Интерперсоналният подход на Фулкс (груповия анализ) и социално-психологическият подход на Бион (груповите отношения) са по-скоро в съзвучие с психодраматичното разбиране за екзистенциалната свобода, отговорност и креативност на човека в социума (Bion, 1961; Foulkes, 1965; 1990), отколкото с класическата теория за инстинктите на Фройд.

Съгласно психодинамичните модели за психичната организация **тревожността и психоневротичните симптоми** са резултат от несъзнавани конфликти между Едиповите импулси идващи от „То” и „Аз”-а. Тревожността е реакция на заплахите за Аза, а симптомите са защитни компромиси между „То” и „Аз”, отразяващи изтласкването на съдържанието на неприемливите желаниа и преживявания от съзнанието на цената на психодинамичното изразходване на психичната енергия за интрапсихична, групова или социална защита на Аз-а. „Ползата” е свободата от екзистенциалната (нормалната) и невротичната тревожност, която би породило осъзнаването на конфликтите. Този психодинамичен процес на защита може да се осъществи в интрапсихичен, групово-динамичен и социален план по множество начини благодарения на огромния репертоар от психични, групови и социални защитни механизми и тактики (Freud, 1974; Greenson, 1967). При нужда от допълнителна енергия за защитно неутрализиране на конфликтите често се наблюдава повече или по-малко сериозно „свиване на Аз-а”. Така неврозата може да възникне и в най-зрелите години на човека – например, когато конфликтите в интимните, груповите и социалните отношения събудят Едиповите му, инфантилни конфликти. Азът(Егото) има функциите на психична инстанция отговорна за психосоциалната адаптация към реалността в това число и чрез защитната неутрализация на неприемливите импулси и трансформацията на енергията им за нормалното си функциониране. Морено отхвърля базираните на биологизаторски редукиции обяснения на личността и нейния емоционален живот. Неговата гледна точка е изначално екзистенциална и социална. За него в груповата и социалната среда хората се различават по степента на свобода да са креативни, отговорни и спонтанни, което се проявява най-ярко в човешките и обществените отношения (Holmes, 1992; Moreno, 1980; 1987).

Вместо теория за интрапсихичната организация и структурата на личността, Морено предлага своята **теория за ролите и тяхната динамика**. Ролята е „формата (модалността) на функциониране, която човек приема в определен момент, за да отговори на конкретната ситуация, в която той взаимодейства с другите и света” (Moreno, 1987, p.62). Според Морено има три типа роли, изразяващи физиологичните, психичните и социалните измерения на Аза. Той ги определя като психосоматични, психодраматични и социални роли като всяка от тях има когнитивни, емоционални и поведенчески компоненти и задължително поне две страни („*Няма бебе без майка!*” - казва Уиникът (Fairbairn, 1963). Миналият опит на индивида и културата изграждат всяка роля, която има своите лични и колективни аспекти. „Функцията на ролята е да навлезе в несъзнаваното на индивида от страната на социалната действителност и да внесе форма и ред в него” (Moreno, 1987; p.63). Така обществото и културата незабележимо повлияват и най-дълбинните интрапсихични нива на функциониране и развитие на индивидуалността. Според Морено изобилието на роли и гъвкавостта, спонтанността и креативността в изпълнението им е това, което ни прави и по-зрели и по-свободни, по-творчески, а и по-здрави психосоциално индивидуалности. Ролите, които не можем да изразим адекватно в живота си оказват натиск върху вече изпълняваните от нас роли и това поражда екзистенциална тревожност, несигурност и амбивалентност. Усвояването на нови, изразяването на латентните и подготовката за бъдещите роли е важна част от психодрамата и психотерапията – индивидуална, групова, социална, - основаваща се на принципите на психодрамата. Задачата на клиничния анализ на ролите и на клиничните ролеви игри в психодрамата и динамичната груповата психотерапия е да се осъзнаят и осмислят несъзнаваните процеси водещи до формирането, подтискането или изчезването на ролите – били те функционални или дисфункционални (Clayton, 1994).

Класическата психоаналитична теория е тясно фокусирана върху индивида. Психичната система е описвана като относително затворена в себе си - единна и постоянна, търсеща енергиен хомеостазис организация („психичен апарат” по думите на Фройд). А дефицитите и функционалните смущения в тази организация се интерпретират психодинамично като фактори и критерии за психично разстройство (дисфункционална дезорганизация). Груповият анализ (школата на Фулкс) и груповите отношения (школата на Бион и Тавистокския метод за групова работа – например, Лестърските конференции за групови отношения) (Brown, 1985) – както вече отбелязах по-рано в друг свой текст (Матеева, 2014а) се приближават в значителна степен до една по-интерперсонална, социално-психологическа и екзистенциално-психодинамична линия на концептуална и практическа ориентация, която ги сближава естествено с психодраматичните разбирания за груповата психотерапия на Морено.

Цел на психотерапията е не само да се постигне инсайт за несъзнаваните части на интрапсихичните конфликти, но и да се реализира интерактивно-процесуален анализ и емоционално-наситена трансформация на трансферентната и ролевата динамика на междуличностните и групови процеси в терапевтичната среда на групата в името на една подобрена или новооткрита автентичност в преживяванията, поведенията (действията) и отношенията на участниците в групата.

Всичко това определено сближава и среща на сцената на търсенето на автентичност динамичната групов психотерапия и психодрамата, която е вдъхновена от екзистенциално-психодинамичните модели за човека (Киркегор, Бергсон, Бубер) (Holmes, 1992). Така както в психодрамата (Морено), така и в груповия анализ(Фулкс) и груповите отношения (Бион), фокусът се пренася върху автентичните междуличностни (групови) отношения и психодинамиката на груповите процеси, върху случващото се „тук и сега” и върху множествеността и развитието на ролите на индивидите в средата на груповата работа и груповата психотерапия. Индивидът се разглежда като изменчив, променящ се и полицентричен. Интрапсихичната му самоорганизация е функция от спонтанността му в актуалната групов ситуация, динамиката на която има огромен потенциал за инициране и осъществяване на личностна промяна, в това число и на терапевтична трансформация чрез постигане на една по-реална и по-действена ситуативно-процесуална автентичност (спонтанност) на преживяванията, поведенията и взаимодействията на хората в групата и обогатяване на техния социален репертоар от креативни роли и екзистенциални избори (Blatner, 1988; Bradshaw, 1998; Bustos, 1994; Kellermann, 1992).

Това, което сближава още повече и прави съвместими концепциите и методите на психодрамата, груповия анализ и груповите отношения е отдалечаването им от класическата психоаналитична теория и практика, и насочването им към системно-психодинамичното и гешалт-психологическо изследване на груповата динамика и на действащите в нея трансформиращи (корективно-формиращи) и терапевтични фактори. Както в психодрамата(Морено), така и в груповия анализ(Фулкс) и груповите отношения(Бион) е невъзможно да се игнорира уникалността на отделните индивиди в психотерапевтичната група (общност). В действителност, и трите подхода насочват терапевтичния процес по свой специфичен начин и с различни техники към една и съща цел – да се постигне освобождаване и еманципация на индивидуалността на човека като в същото време се укрепят неговите собствени граници, маркиращи уникалната му психосоциална идентичност. На основата на общата си наиндивидуална, интерперсонална ориентация към интерактивно-процесуалния анализ на груповата

динамика в психотерапевтичната ситуация и трите подхода стават не просто близки и съвместими в практиката на груповия психотерапевт, но и полифонично допълващи се както на концептуално, така и на методическо, техническо ниво. Те разглеждат и описват случващото се в една и съща психотерапевтична група от различни ъгли, за да изградят едно интегрирано и многомерно интерактивно-процесуално разбиране на груповите процеси и промените в средата на груповата психотерапия, оставайки обаче на една и съща сцена – сцената на спонтанността и автентичността на случващото се в груповия живот (Holmes, 1992; Pines, 1985).

ПРЕДЧУВСТВИЕ ЗА КУЛМИНАЦИЯ В ЗАКЛЮЧИТЕЛНАТА СЦЕНА: РОЛЯТА И ЖИВОТЪТ НА ЕДИН „АВТЕНТИЧЕН ГРУПОВ ПСИХОТЕРАПЕВТ”

Специфично предизвикателство в съчетаването и взаимното допълване на психодрамата, груповия анализ и груповите отношения е разбирането им за **ролята на груповия психотерапевт**. Ако в интересубектното пространство на индивидуалната психоанализа идеалната позиция на психотерапевта е да бъде „празен екран”, върху който пациента да проектира своите трансферентни фантазии и съпротиви в среда, в която терапевта се придържа стриктно към принципи като неутралността, внимателното съблюдаване на външните рамки на аналитичния процес и отказа да се удовлетворяват инфантилните потребности и желания на пациента, то в психодрамата (Морено), груповия анализ (Фулкс) и груповите отношения (Бион) стилът и присъствието на психотерапевта в групата са много по-различни. Задачата на терапевта е не само да разбира несъзнаваните аспекти от комуникацията и поведението на пациентите в групата, за да може с интерпретации и други интервенции „вертикално” да им помогне да постигат инсайти (Bion, 1961; Vlatner, 1988). Именно Морено подчертава, че в срещата между двама души или в средата на психотерапевтичната група централно място в поведението на психотерапевта има способността му за автентично, спонтанно и неподправено реципрочно присъствие и свързване („теле”) в групата, което да му дава свободата да е самия себе си, да е прозрачен, а така и да служи на групата като реален модел. В психодрамата психотерапевтът заема една много активна позиция, поемайки отговорността да продуцира психодрама, която е смислена за протагониста и за групата като цяло. Това винаги е една сложна задача в една много комплексна групово-динамична ситуация, която изисква психотерапевта да разчита на собствената си спонтанност (ситуативно-процесуална автентичност) и креативност, съчетавайки отговорностите на продуцент, терапевт, аналитик и лидер на психотерапевтичната общност.

Както в психодрамата, така и в груповия анализ и груповите отношения се признава **ролята на трансферентната и ролевата психодинамика в групата**. Психотерапевтът винаги повлиява това, което се случва в психотерапевтичната група, дори когато само я наблюдава. И трите школи в груповата психотерапия категорично се отдалечават от идеята за „празния екран” на психоаналитика, изследвайки интерактивно-процесуалната матрица на многопосочния, многопластов и в голямата си част несъзнаван комуникативен, ролеви и емоционален обмен в психотерапевтичната група (Greenson, 1967). Те по същество препоръчват на психотерапевта един стил на автентично присъствие в групата, насочен към максимизиране на градивните, работни групови отношения чрез откритост, емпатия и споделена креативност (Kellermann, 1992; p.108). В организацията на работната среда, в която се осъществява груповата работа в трите школи – психодрамата, груповия

анализ и груповите отношения – също се откриват повече сходства, отколкото различия (Clayton, 1982; Langs, 1992; Williams, 1989). От психодраматична гледна точка, сцената за психодрама може да бъде разположена където реално са пациентите – включително в домовете и на работните им места, ако е необходимо. По същество, обаче, груповата психотерапия се нуждае само от едно „достатъчно добро” групово пространство.

Работата с трансферентната динамика е реалност и в трите направления на групова психотерапия, които разглеждаме. Понятията „пренос”, „контра-пренос” и „теле” често се използват от представителите им във връзка с ирационалните чувства и нагласи на пациентите към терапевта и между членовете на психотерапевтичната група, възникваща на всички етапи от психотерапевтичния процес (Foulkes, 1990; Freud, 1974; Harrison, 2000; Luhrmann, 2000; Marineau, 1989). Не е рядкост, например, групови аналитици да говорят за разликата между „пренос” и „теле”, използвайки оригиналната концепция, която Морено развива на базата на своята социометрична работа. „Теле” е процесът на взаимно привличане-отблъскване на хората, специфичния емоционален поток, от който се състоят отношенията на реципрочна емпатия в човешките, интерсубектни („Аз”-„Ти”) взаимодействия (Moreno, 1980; p.25; Holmes, 1992; Kellermann, 1992, за разлика от трансферентните („Аз”-„То”) процеси, в които на другия се гледа по-скоро като на обект, отколкото на друг субект в отношенията. Морено разглежда преноса именно като разстроено „теле”. Съвременните представители на психодрамата, подобно на представителите на школата на груповия анализ и школата на груповите отношения споделят в една или друга степен и разбирането за това, че работата с преносите, които се наблюдават между членовете на психотерапевтичната група и между тях и психотерапевта е с централно значение за хода и резултатите на терапевтичния процес. Тяхното изследване, включително с методи като психодраматичната размяна на ролите, групово-аналитичното изследване на интерактивната матрица на групата или характерните за школата на Бион „хоризонтални” интерпретации на действащите в групата като цяло базисни допускания дава възможност трите направления в груповата психотерапия реално да се взаимодопълват и обогатяват. Преносите могат да се изследват и от трите гледни точки: (а) като специфични дисфункционални ролеви констелации, както правят това психодрама-терапевтите, (б) като психодинамично задвижени интеракции в групата или между групата и психотерапевта (груповия анализ на Фулкс), или (в) като манифестация на действащото в групата като цяло несъзнавано базисно допускане „зависимост” (групови отношения по Бион).

От друга страна, идеята за „теле”, за реципрочната емпатия и симетричния емоционален поток в групата, развита от Морено в областта на психодрамата и социометрията има своята реална приложна стойност и в рамката на психодинамичната групова психотерапия (по Фулкс или по Бион) при изследването на междуличностната и груповата динамика и особено на нейните невербални измерения (Bion, 1961; Foulkes, 1965).

Както всички знаем понятието **“катарзис”** идва от Аристотел и означава емоционално пречистване. Оригинално то се използва, за да обозначи освобождаването на емоциите на зрителите на драматични театрални постановки. Фройд първоначално, намирайки се все още в зоната между разочарованието от хипнозата и зачеването на психоанализата, смята именно катарзиса за основна функционална цел на психотерапията. Изоставяйки тази идея, той замества катарзиса с инсайта като цел на психодинамичната психотерапия. Това и днес е все още основната легитимна задача на класическата психоанализа. Груповата психотерапия, обаче, отива далеч отвъд това разбиране – твърде

много пациенти постигат реално инсайт, но това не води до подобрене в състоянието им. Както психодинамичната групова психотерапия (групов анализ и групови отношения), така и психодрамата са в пълен консенсус по отношение на това, че постигането на терапевтични резултати изисква инсайта да има своите реални корени в автентичния емоционален и социален живот – в преживяванията, поведението и отношенията, - на пациентите и на групата, в която те осъществяват психотерапията си. Морено описва това с разграничителния потенциал на термините „пасивен катарзис” и „активен катарзис”, анализирайки разликите между катарзиса при усвояване на „културните консерви” като театралните постановки, телевизията и киното, от една страна, и психодрамата и груповата психотерапия, от друга (Moreno, 1987; p.55].

Без съмнение може да се приеме, че не само психо- и социо-драмата разглеждат катарзиса като важен терапевтичен и интегриращ фактор в груповата психотерапия наред с инсайта и то „действения инсайт”, както много психодрама-терапевти предпочитат да го наричат (Holmes, 1992; Williams, 1989). Въпреки множеството концептуални и технически различия между школите на Морено, Фулкс и Бион, те смятат както инсайта, така и катарзиса за мощни терапевтични фактори в груповата психотерапия.

Друга важна допирна линия сближаваща Моренианската и пост-Моренианската психодрама и психодинамичната групова психотерапия в школите на Фулкс и на Бион е отношението им към „тук и сега”. Терапията според тях, в действителност, винаги протича само в настоящия момент - „тук и сега”, - дори когато в терапевтичната група се обсъждат минали събития и преживявания или проектирани в бъдещето желания и фантазии на пациентите.

В този смисъл, както представителите на школата на груповия анализ (Фулкс), така и представителите на груповите отношения (Бион) използват описания, сходни на тези в психодрамата. В динамичната групова психотерапия и психодрамата вниманието е фокусирано към проблемите на членовете на групата и на “групата като едно цяло” (Матеева, 2014б), преживявани и манифестирани в реално време - „тук и сега”. Много от първоначално предложените от Морено техники на психодрамата – като свободното движение във времето – днес се прилагат широко в динамичната групова психотерапия. И обратно, много от понятията на теорията на „обектните отношения”, формулирани първоначално изцяло в психодинамичната традиция, днес са естествена и неотменна част от работата на психодрама-терапевтите (Holmes, 1992; p.13].

Друга обединяваща трите направления в груповата психотерапия територия е използването на концепции и методи с произход от гешалт-психологията. Не е необичайно да се чуят изказвания на представители и на трите школи, в които се говори за „патологични или дисфункционални гешалти” или „гешалти на справянето” (Clayton, 1982; 1994). Същото може да се каже и за изначално психодинамични конструкти като концепцията на Бион за **несъзнаваните „базисни допускания” в групите**, която се използва и от психотерапевти с психодраматична и групово-аналитична ориентация. Известен исторически факт, е че както Фулкс, така и Бион и Морено в работата си с групи извличат много повече сближаващи ги идеи от гешалт-психологията, социалната психология и екзистенциализма, отколкото от класическата психоанализа на Фройд. Морено, например, гледа на индивида като определян чрез социалните роли, които усвоява във все по-автентичните си отношения и конкретни взаимодействия с другите в „социалния атом” на групата (Moreno, 1953; 1987, p.27). Бион, от своя страна, смята човека за изначално определен от мястото му в групата (общността), от която се опитва да се

еманципира (Bion, 1961), а за Фулкс груповия анализ като психотерапия е винаги нещо повече от психоанализа и психотерапия на индивида в групова среда (Foulkes, 1965).

Както вече стана дума, теорията за обектните отношения (Fairbairn, 1963) е с потенциала на ключов, обединяващ психодинамичния и психодраматичния подходи към груповите процеси и груповата психотерапия свързващ елемент. Пол Холмс, британски психодрама-терапевт и психоаналитик с ориентация към обектните отношения описва елегантно възможностите за съчетаване и взаимно допълване на психодраматичния и психодинамичен подходи в груповата психотерапия на основата на теорията за обектните отношения в известната си книга, *“The Inner World Outside”* (Holmes, 1992) като творчески акт, нужен за развитието на всеки съвременен групов психотерапевт.

Действието на всичките тези обединяващи психодрамата, груповия анализ и груповите отношения терапевтични фактори не би било възможно, без това, което се определя като терапевтичен мета-фактор, а именно **автентичното присъствие на груповия психотерапевт**. Той се разбира и се представя както в психодрамата, така и в груповия анализ, и в груповите отношения като едно от най-важните професионални умения, което отговорните и квалифицирани групови психотерапевти могат да предоставят на своите клиенти. Пълноценното, автентично и напълно човешко присъствие в ситуацията на другия се разглежда като лечебно (терапевтично) и помагачо, само по себе си (Shepherd et al., 1972). В професионалната литература съществуват множество изследователски определения, обясняващи фразата „присъствие на терапевта на сцената на автентичността”. Понятието „автентично присъствие” на практика се свързва и със същността на добрата психотерапия, групова работа и всъщност се оказва ключов момент към това да си ефективен психотерапевт (Bugental, 1987; Нуснер, 1993; Нуснер and Jacobs, 1985; May, 1958; Schneider and May, 1995; Shepherd et al., 1972; Webster, 1998).

В същото време, обаче, определенията и обясненията в професионалната литература са само с обобщен, теоретичен характер на това какво включва съдържанието на практиката в работата на груповите психотерапевти работещи в психодраматичната и психодинамичната модалност. Bugental (1978; 1983; 1987; 1989) например, многократно определя автентичното присъствие на психотерапевта, подчертавайки три основни компонента – заедно с **достъпността** и **отвореността** – отнасящи се до всички аспекти на преживяванията на участниците в терапевтичната работа на групата, обяснявайки отвореността към преживяванията на другите в присъствието в пространството на групата, е и **способността за автентични отговори към хората** в нея от личния опит на терапевта. Нуснер (1993) пък смята, че достъпността и цялостността на Аз-а на груповия психотерапевт са ключови условия за ефективността на процесите на груповата психотерапия, много повече отколкото са неговите теоретични познания. Автентичното присъствие на груповия терапевт на много места в литературата се описва също като пълно освобождаване на Аз-а от всякакви знания и лични преживявания, и отваряне към преживяванията и отношенията на участниците в групата (Clarkson, 1997). Психотерапевтите могат и да притежават знания и идеи за отклоненията, да имат предположения, обобщени данни за психопатологията, методи за диагностично етикетирание и много абстрактни психодинамични и психодраматични теории, но всъщност имат първичната работна задача да усещат уникалността на своите клиенти в тяхната уникална жизнена ситуация (Нуснер & Jacobs, 1995). Именно затова е необходимо – както от гледната точка на психодрамата, така и от тези на груповия анализ и груповите отношения, - груповите психотерапевти да влизат във всяка сесия отворено и автентично,

т.е. неподправено - „с очите на откривател”. За да усещат и какво би се изисквало от тях в тези отношения, по време на протичането точно на тази сесия, с преживяването на точно този конкретен човек и на тази уникална груповата ситуация (Craig, 1986, p. 23).

Автентичното присъствие на груповия психотерапевт се определя – и в психодрамата, и в груповия анализ и в груповите отношения, - още и като пренасяне на цялостната си човешка същност в ангажимента с участниците в споделения групов живот, и като пълноценното присъствие заедно със, и за тях. А за това е нужно психотерапевтите да поддържат в съзнанието и действията си автентично – както спонтанно, така и рефлексивно, - насочване както навътре към преживяванията си, така и навън – към целта и задачата на груповата работа (Craig, 1986; Hucner, 1993; Hucner and Jacobs, 1995; Kempler, 1970; Moustakas, 1986; Robbins, 1998; Webster, 1998).

Автентичното присъствие на психотерапевтите също може да бъде определено и като аспект от отношенията „Аз-Ти” по Бубер (Buber, 1966; Friedman, 1985; Heard, 1993; Hucner, 1993, Hucner and Jacobs, 1995). Според Бубер (Buber, 1958, p.11) „всяко истинско живеење е среща”, а промяната в груповата психотерапията се появява от срещата, която се осъществява между терапевта и групата и между всички в „групата като едно цяло”, когато те започнат да бъдат напълно открити и искрени един с друг. Той защитава идеята, че когато присъстваме и сме открити, ние „оживяваме” ежедневието си, което ни позволява да усещаме и екзистенциалните измерения на автентичността си (Hucner, 1993).

И за Морено (психодрамата), и за Фулкс (груповия анализ), и за Бийон (груповите отношения) тези измерения се отнасят до позицията на груповия психотерапевт, че ние, хората никога не живеем изолирано, а сме винаги част от по-голяма цялостна същност, от „битието си-в-света”, както би казал Хайдегер.

Роджърс (Rogers, 1957), например, почти през целия си житейски път защитава твърдението взаимствено именно от психодраматичните и психодинамичните подходи в психотерапията, че способността на психотерапевта да бъде „конгруентен” (да е в съответствие, вътрешна съгласуваност с автентичните си преживявания), безусловно позитивен, автентичен, приемащ и емпатиен, е необходимо и достатъчно условие за терапевтичен напредък и смислена промяна на пациента. В своите по-късни изследвания и публикации, обаче, Роджърс започва да изтъква тази характеристика, съществуваща в реалността на терапевтичното пространство (Rogers, 1979; 1980; 1986), която – според него, - (виж Rogers, 1980, p.129) следва винаги да се описва с фразата „автентично присъствие на психотерапевта” и да се поставя на първо място сред ключовите за успеха на психотерапията условия (Thorne, 1992).

Други изследователи на автентичното присъствие – от психодинамични и психодраматични позиции, - го представят като спонтанно и непресторено напасване към условията и динамиката на взаимоотношенията в груповия процес (Mearns, 1994; 1997). Роджърс, за съжаление, не успява да разработи подробно разбирането си за автентичното присъствие, тъй като то е било неговото житейско и професионално прозрение споходило го едва преди смъртта му. Въпреки това, в интервю с него (Baldwin, 2000), се подчертава решаващата роля на автентичността на присъствието на психотерапевта за успеха на всяка психотерапия. Този успех е възможен – споделя Роджърс, - „...когато аз съм много ясно и очевидно присъстващ”(Baldwin, 2000; p. 30).

Психодрамата, груповият анализ и груповите отношения – поотделно и заедно, - допринасят съществено за разбирането на автентичното присъствие на психотерапевта като мощен лечебен компонент и като същностен аспект на ефективната груповата психотерапия. И това се потвърждава дори и от техните критици и

опоненти от екзистенциално-хуманистичното направление в психотерапията (Rogers, 1979; 1980; 1986; Rogers & Sanford, 1989; Thorne, 1992).

СКРОМЕН ЛИЧЕН ОПИТ ЗА МИКРО-АНАЛИЗ НА ЕКЗИСТЕНЦИАЛНО-ТЕРАПЕВТИЧНОТО ПРИСЪСТВИЕ НА „СЦЕНАТА НА АВТЕНТИЧНОСТТА”

Една от целите на настоящия текст е – колкото и нескромно да е това начинание на автора, - да опише и да разшири разбирането за общото и специфичното в мисленето на представителите на психодинамичния и психодраматичния подход към груповата психотерапия за автентичното присъствие на психотерапевтите в техните срещи с групата.

За да постигна подобна цел, задачата която си поставих е да открия и представя рефлексивен опит за това какво е значението на автентично присъствие на психотерапевтите от тези школи и - на тази основа, - да синтезирам и предложа един интегрален модел (за автентично психотерапевтично присъствие), с идея за бъдещо развитие на тези скрити, но много важни качества от практиката на днешните и бъдещите групови психотерапевти. Проучвайки достъпните публикации за работата на опитни психотерапевти от трите школи (психодрама, групов анализ и групови отношения), направих скромни опит за един качествен, а не количествен микро-анализ на резултатите от собствената им рефлексия върху техния богат професионален опит, свързан с темата за ролята и същността на автентичното им присъствие по време на работата им в групи. Използвайки транскрибираните аудио – записи от записаните им групови сесии, прилагам методиката на Квале (Kvale, 1996), комбинираща синтез и категоризация на значенията в тематичните вербализации. Този интегративен подход позволява, най-просто казано, извличането и подреждането на ключовите измерители на характеристиките и формите на автентичното терапевтично присъствие от записите на терапевтичните сесии и синтезирането им в концентриран смислен вид, който описва основните параметри на ролята на груповия психотерапевт на „сцената на автентичността”.

Технически, първоначално записите на всички сесии се транскрибират и изчитат, за да се въведе цялостния смисъл на изследването – търсенето на признаците на автентичното присъствие на психотерапевта. Като втора стъпка, всеки запис се преглежда отново – този път, изречение по изречение, - като от него се извличат смислените тематични единици изведени от материала за сесията. Като трети етап, темата изразена в смислената единица се оформя максимално ясно. Всяка смислена единица се добавя към съответната ѝ тема, или ако няма подходяща в която да се разположи, се създава нова тема. Темите, идентифицирани в записите на поне две от сесиите преминават към по-нататъшен анализ. Като четвърта стъпка, темите със сходно значение и разбиране по отношение на психотерапевтичното присъствие, се подлагат на по-задълбочена категоризация, включваща тези общи черти. На петия етап, най-същностните, значими теми и изведени категории се включват заедно в още по-високо ниво на категоризация, наречено „новосъздадени сфери“. След допълнително преосмисляне се извеждат и новосъздадени сфери, включващи всичките теми от предварително изведените описателни категории.

В моето микро-проучване тези три новосъздадени сфери оформят и основата на предлагания тук модел за изследване и наблюдение на автентичното присъствие на психотерапевта. Допълнителна стъпка - проведена от мен по методиката на Квале, - включваше и сравняването на нововъзникналите сфери с оригиналните записи и цитати, изведени от записите, и предвидени за по-нататъшно обяснение на значенията на темите и

категориите. Моделът за микро-анализ на автентичното присъствие на груповите психотерапевти от психодраматичното и психодинамичното поле на груповата практика разкрива три главни области, изведени от качествения анализ на публикациите на мостри от работата им. Първата област представя ролята на терапевта в **етапа на подготовката му за работата с групи** и включва всички поведения на терапевта, очертаващи капацитета му за автентично присъствие, което може да бъде преживяно по време на сесия. Втората област се съсредоточава върху **процеса, в който психотерапевтите се настройват за това, което правят по време на груповата сесия**. Третата област включва **действителните прояви на автентично присъствие по време (в хода) на сесията на групата**.

За разлика от автентичното присъствие, което не винаги може да бъде осигурено по време и в хода на груповата сесия, капацитета за него може да бъде укрепен по време на подготовката за груповата работа. Този етап протича непосредствено преди и в началото на груповата сесия, но също така и в ежедневието на психотерапевтите и от трите школи (психодрама, групов анализ и групови отношения). В професионално отношение те споделят независимо един от друг, че работят с:

- „изясняването на съзнателните и несъзнателните си намерения за автентично присъствие в груповата работа”;
- че „освобождават в себе си пространство за това присъствие”;
- „оставяйки настрана личните си проблеми и влиянието на теоретичните модели, предварителните концептуални схеми и терапевтични планове”;
- Така „култивират една своеобразна и устойчива вътрешна нагласа за отвореност, автентичност, приемане, интерес и действително неосъдително отношение към съдържанието и процеса на груповата работа”.
- В житейски план, психотерапевтите и от трите направления разкриват:
- една „тенденция към екзистенциално-философска ангажираност с автентичното и рефлексивното си присъствие в собствения си живот”;
- „търсене и създаване на възможности за личностно израстване”;
- „практика на автентично присъствие в личния и социалния си живот”;
- „своеобразна саморефлексивна медитация и непрекъсната грижа за подобряване на разбирането на себе си и на собствените потребности, емоции и преживявания”.

Втората област от микро-анализа ми на автентичността на терапевтичното присъствие като трансформиращ фактор за ефективността груповия процес обхваща това, което правят груповите психотерапевти от трите направления, навлизайки в самата груповата сесия. Тук както представителите на психодрамата, така и тези на груповия анализ и груповите отношения показват:

- „ориентация към отвореност, приемане, спонтанност, готовност за допускане на участниците в групата до себе си”.
- Този аспект на автентичното присъствие има измеренията на „ярка и конкретна сетивна и телесна възприемчивост”;
- на „слушане с „трето ухо“ (включено и активно изслушване)”;
- „свърхсензорно възприемане и общуване”.
- Отличително черта - и в трите школи, - е „насоченото към себе си, към собствените преживявания в груповата ситуация внимание”;
- „използването на себе си като инструмент на груповата работа”;

- „засилената спонтанност и креативност”;
- „грижата за взаимното доверие в групата”;
- „автентичността и вътрешна съгласуваност на действията със собствените дълбинни преживявания в груповата ситуация”;
- „пребиваването и връщането – на себе си и на другите, - в настоящият момент „тук и сега“”.

Много от терапевтите споделят и демонстрират в началото на сесията:

- „ориентация към достигане „до” и свързване „с” участниците в групата и с групата като едно органично цяло”;
- „присъствие, което излъчва достъпност”;
- „откритост за среща”;
- „прозрачност”;
- „конгруентност”
- и „интуитивен отклик на случващото се в групата и с нейните членове”.

Третата област от терапевтичното присъствие на „сцената на автентичността”, която се откроява при анализа на записите на сесиите и в трите направления – психодрама, групов анализ и групови отношения, - е самото преживяване и изразяване на автентичното присъствие на психотерапевтите по време и в хода на сесията на групата. Тук се откриват поне четири области, в които практиката на представителите на психодраматичния и психодинамичния подходи към груповата психотерапия показва значителни сходства. На първо място, това включва „преживяването на пълно потапяне на терапевтите в момента с групата”. Втората област включва „преживяването на разширяващо се осъзнаване и чувствителност, настройвайки се към множеството нюанси, съществуващи във всеки момент по време на работата с групата и използвайки както себе си, така и връзката с хората в групата”. Третата област обхваща спектъра от „усещания на терапевтите за силно свързване със себе си при навлизането в преживелищния свят на членовете на групата”. И накрая, „самата автентичност на психотерапевтичния отговор към групата”.

При това, потапянето в груповия процес е форма на:

- „поемане навътре - на дълбоко съпреживяване без привързване”;
- „центриране към настоящето (близка свързаност с всичко случващо се и отнесено към текущия момент)”;
- „задълбочена осъзнатост”;
- „бдителност”;
- „фокусираност в процеса”.

То се допълва и прераства в автентично разгръщане на присъствието, за което са характерни „специфични усещания” като „усещане за безвреме”;

„витална енергия” и „поток”;

„вътрешна просторност” „разширено и задълбочено осъзнаване” (mindfulness);

„чувствителност и възприемчивост за случващото се в текста, подтекста и контекста на груповия процес”. Постигат се и се поддържат: „повишено качество и интензитет на мисловното и емоционално преживяване”; а оттук и „центрираност”; „устойчивост на вниманието”; „дълбочинна включеност в работата на групата”, които допълнително ангажират работата на терапевта с „взаимното доверие” и „антиципацията и фасилитацията (улесняването) на предстоящото да се случи в груповия живот”.

Автентичното присъствие на груповите психотерапевти и от трите направления в груповата терапия достига до състоянието на:

- „съществуване “заедно с” и “за” хората в групата”, което усилва
- „терапевтичната чувствителност” и „терапевтичната интенция”;
- „генерализираната благоразположеност”;
- „чувството на уважение към и приемане на хората в групата”.

Очевидно е, че след направения качествен микро-анализ можем да разглеждаме профилите на автентичното присъствие на груповите психотерапевти с психодраматичен и психодинамичен подход като много близки, ако не и принадлежащи към един обобщен, универсален за трите школи и много необходим фундамент за успеха на груповата психотерапия.

Автентичното присъствие на психотерапевтите и от трите школи (психодрама, групов анализ и групови отношения) може да се разглежда и като постигане и поддържане на едно „специфично спонтанно състояние на пълно възприемане на случващото се в груповия живот в текущия момент и непосредствен контакт с изразяваните в него вътрешни (интрапсихични) и социални преживявания на хората в групата”, което на свой ред позволява да се изразяват и развиват по-автентични групови отношения.

Без автентичното присъствие на психотерапевта действието на повечето от останалите – по-рано представени в текста, - терапевтични фактори на груповата динамика не би било пълноценно, а в някои случаи и възможно.

В КРАЯ НА МОНОДРАМАТА:

ЗАКЛЮЧИТЕЛНИ ДУМИ НА АВТОРА ПРЕДИ ДА СЕ РАЗОТИДЕТЕ

Развитието на груповата психотерапия е пряко свързано – според мен, - с продължаващата еволюция на взаимодействието между психодраматичните и психодинамичните подходи към груповите процеси, представявани от едно великолепно и безсмъртно „трио” – Морено, Фулкс и Бион, - и тримата с много последователи и интерпретатори.

Не е ясно дали тримата биха се съгласили с мен техните идеи и подходи в груповата работа и груповата психотерапия да бъдат преднамерено и целенасочено съчетавани както предлагам тук. В действителност, много от идеите и на тримата имат достатъчно мощно самостоятелно въздействие върху теорията и практиката на груповата работа и психотерапия. Взети заедно „три в едно”, обаче, тези знания, идеи и практически методи на работа овластяват допълнително груповия психотерапевт да изследва интегративния им потенциал като взаимнодопълващи се, взаимнообогатяващи се – реално полифонични, - подходи в изследователската и терапевтичната практика в човешките групи и общности. За мен е естествено много от идеите и методите на работа създадени в психодрамата да проникват в груповия анализ, много от идеите на Бион (школата на груповите отношения) да се използват от психодрама-терапевтите и груповите аналитици, и т.н.

Може би Морено би казал нещо в подкрепа на хипотезата ми формулирана в самото начало на тази монодрама и на този текст? Например, че именно на „сцената на автентичността” в един едновременно спонтанен и креативен процес на интеграция и взаимнодопълване груповите психотерапевти все пак желаят и вече могат да преоткриват желанието си да създават нови и нови оригинални решения хармонично да използват и надграждат подходите и постиженията на Морено, Фулкс и Бион и техните последователи, оставайки едновременно лоялни и честни както към всеки един от тях, така и към тримата взети заедно. Хм, „3 в 1”?

А вие какво бихте казали за всичко това сега? Благодаря и до нови срещи!

ИЗПОЛЗВАНА ЛИТЕРАТУРА:

- Димитров, П., Матеева, Н. (2012а). Методи за изследване на групово-динамичните процеси и влиянието им върху развитието на автентичността и себerefлексията: Възможност за приложение в семейните системи. Сборник Научни доклади от Научната конференция „Семейство и солидарност между поколенията” – октомври 2012 г., Институт за изследване на населението и човека – БАН, Психологични изследвания, 2012.
- Димитров, П., Матеева, Н. (2012б). Защитни съпротиви срещу промяната и неавтентичност в Т-групите: Изводи за програмите за учене през целия живот. Сборник доклади от Научно-практическа конференция “Учене през целия живот: Опитът на Норвегия”, София, 14 октомври 2012 г., Фондация „Човешките ресурси в България и евроинтеграцията”.
- Димитров, П., Матеева, Н. (2012в). Психоаналитичната интерпретация на груповите процеси в спортно-състезателната дейност – Пример за работа с Едиповия комплекс в Tour de France. Сборник научни доклади от XVIII-та Научна конференция „Личност.Мотивация. Спорт.”, ноември 2012 г., Катедра психология, педагогика и социология - Национална Спортна Академия, София.
- Димитров, П., Матеева, Н. (2012г). Автентичността като предиктор на ефективността на военните мисии – Преглед на опита в армията на САЩ. Сборник научни доклади на Юбилейната научно-приложна конференция „Съвременни предизвикателства пред медицинското и психологическото осигуряване на мисии и операции извън страната”, ноември 2012 г., Военномедицинска академия, София.
- Димитров, П., Матеева, Н. (2012д). Пътуване към автентичността: Справяне със стреса в учителски групи. Сборник Доклади от Третата Национална конференция „Стресът в професията на учителя”, Варна, март 2012 г., том, 1.
- Матеева, Н. (2011). Изследване на понятието автентичност в психотерапевтичен контекст. Сборник научни доклади от VI Национален конгрес по психология – 2011 година, Българско списание по психология, 2011, бр. 3-4, стр.722-729.
- Матеева, Н. (2012а). Автентичността като многомерен психологически конструкт. Сборник научни доклади от XI Международна научна конференция „Приложната психология: възможности и перспективи” – 2012 година, Варненски Свободен Университет, Варна, 2012 г.
- Матеева, Н. (2012б). Консултативният процес – пространство за автентичност. Сборник научни доклади от I-ви Национален конгрес по клинична и консултативна психология – 2012 г., София, СУ „Св. Климент Охридски”, Сборник по клинична и консултативна психология, Изд.къща „Стено”, 2012, ISBN 978-954-449-598-5, стр. 295-303.
- Матеева, Н. (2012в). Автентично присъствие на психолога по време на кризи. Сборник научни доклади от V-та Национална школа за докторанти и млади изследователи „Социалните науки и ролята им в преодоляването на различен тип кризи”, Департамент по психология, Институт за изследване на населението и човека – БАН, май 2012 г., Психологични изследвания, 2012.
- Матеева, Н. (2012г). Фокус групи при етническа толерантност в бизнес среда. Сборник научни доклади от V-та Национална школа за докторанти и млади изследователи „Социалните науки и ролята им в преодоляването на различен тип кризи”, Департамент по психология, Институт за изследване на населението и човека – БАН, май 2012 г., Психологични изследвания, 2012.
- Матеева, Н. (2012д). Автентична психосоциална реадaptация на преживелите природни бедствия. Сборник научни доклади – Симпозиум по медицинска география и медицина на бедствените ситуации с международно участие „Традиции и съвременност в медицинската география и медицината на бедствените ситуации”, София, 25-26 октомври 2012 г.
- Матеева, Н. (2012е). Терапевтични фактори на груповата динамика в групи за психосоциална реадaptация на преживелите природни бедствия. Сборник научни доклади – Симпозиум по медицинска география и медицина на бедствените ситуации с международно участие „Традиции и съвременност в медицинската география и медицината на бедствените ситуации”, София, 25-26 октомври 2012 г.
- Матеева, Н. (2014). Интерактивно-процесуален анализ на „групата-като-цяло” – Сходства и различия в подходите на Фулкс и Бион. Сборник научни доклади на VII-я Национален конгрес по психология, София, ЛМ Плюс.
- Матеева, Н., Димитров, П. (2012а). Въпросник за изследване на автентичността (Authenticity Inventory, AI-3): Българска адаптация. Сборник научни доклади от XI Международна научна конференция „Приложната психология: възможности и перспективи” – 2012 година, Варненски Свободен Университет, Варна, 2012 г.
- Матеева, Н., Димитров, П. (2012б). Опосредстваша роля на качеството на човешките отношения в работната група и субективната значимост на труда във взаимовръзките между личностна автентичност и удовлетвореност от условията на труд (Пилотно изследване – резултати). Българско списание по психология, 2012, бр. 1-2.
- Матеева, Н., Димитров, П. (2012в). Автентичността в психоаналитичната ситуация: отправни моменти. Българско списание по психология, 2013, бр. 3-4, стр. 109-122.
- Матеева, Н., Димитров, П. (2012г). Изграждане и утвърждаване на автентичността на А-за в контекста на семейните отношения: задача на развитието в началото на зрелостта. Сборник Научни доклади от Научната конференция „Семейство и солидарност между поколенията” – октомври 2012 г., Институт за изследване на населението и човека – БАН, Психологични изследвания, 2012.
- Матеева, Н., Димитров, П. (2012д). Трансформиращи фактори на груповата динамика: Ефекти на ученето и промяната през целия живот. Сборник доклади от Научно-практическа конференция “Учене през целия живот: Опитът на Норвегия”, София, 14 октомври 2012 г., Фондация „Човешките ресурси в България и евроинтеграцията”.

- Матеева, Н., Димитров, П. (2012е). Българска методика за анализ на влиянието на груповата динамика в спортна, образователна, психотерапевтична и бизнес среда. Сборник научни доклади от XVIII-та Научна конференция „Личност.Мотивация. Спорт., ноември 2012 г., Катедра психология, педагогика и социология - Национална Спортна Академия, София.
- Матеева, Н. & Димитров, П.(2014). А?! Защо и как автентичността наистина е от значение?. София, ЛМ+”, ISBN 978-954-91472-8-5.
- Anzieu, D. (1989). Beckett and Bion, *International Review of Psycho-Analysis* 16: 163–69.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Prentice Hall: New Jersey.
- Binswanger, L. (1963). *Being-in-the-World: Selected Papers of Ludwig Binswanger*. Trans. Jacob Needleman. New York: Basic Books.
- Bion, W.R. (1961). *Experiences in Groups*. London: Tavistock.
- Bion, W. R. (1967) Notes on memory and desire. *Psychoanalytic Forum* 2:271-280 (Ed.) J. London.
- Bion, W.R. (1970). *Attention and Interpretation*. London: Tavistock.
- Bion, W. R. (1974) *Bion’s Brazilian Lectures-1*. Rio de Janeiro: Imago Editora Ltda
- Bion, W.R (1982). *The Long Weekend*. Abingdon: Fleetwood Press.
- Bion, W.R. & Rickman, J. (1943). *Intra-group Tensions in Therapy*, *The Lancet* (ii): 678–81.
- Blatner, A. & A. (1988). *Foundations of Psychodrama: History, Theory, & Practice*. New York: Springer.
- Bleandonu, G. (1996). *Wilfred Bion. His Life and Works 1897–1979*. London: Free Association Books.
- Boss, M. (1963) *Psychoanalysis and Daseinsanalysis*. Trans. Ludwig Lefebre. New York and London: Basic Books.
- Bradshaw, T. K. (1998). *Principles of psychodrama*. In: Holmes,P. Et al. (Eds.)*The Handbook of Psychodrama*.
- Brenner, C. (1955) *An Elementary Textbook of Psychoanalysis*. New York: International Universities Press, Inc.
- Breuer, J. & Freud, S. (1893-1895) *Studies on Hysteria*. Standard Edition, 2: 1-305. London: Hogarth Press, 1955.
- Brown, D. (1985). *Bion and Foulkes, Basic Assumptions and Beyond*, In: Pines,M. (Ed.), *Bion and Group Psychotherapy*. London: Routledge.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). *The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 822–848.
- Brown, J.A.C. (1961). *Freud and the Post-Freudians*. London: Penguin.
- Bustos, D. (1994). *Wings and roots*. In: P. Holmes,P., Karp,M. & Watson,M. (Eds.) *Psychodrama since Moreno*. London & New York: Routledge.
- Clayton, L. (1982). *The Use of the Cultural Atom to Record Personality Changes in Individual Psychotherapy*. *Journal of Group Psychotherapy. Psychodrama and Sociometry*, p.111.
- Clayton, M. (1994). *Role theory and its application in clinical practice*. In: P. Holmes,P., Karp,M. & Watson,M. (Eds.) *Psychodrama since Moreno*. London & New York: Routledge.
- Corey, G 2004. *The theory and practice of group counseling* (6th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Dalal, F. (1998). *Taking the Group Seriously*. London: Jessica Kingsley.
- de Maré , P.B. (1983). *Michael Foulkes and the Northfield Experiment*, In: M. Pines (Ed.), *The Evolution of Group Analysis*. London: Routledge.
- Dimitrov, P. (2008). *Organizational Psychodynamics*. Sofia-Blagoevgrad, Iranik-M.
- Dimitrov, P., Mateeva, N. (2012a). *Why Authentic Presence of HR Professionals and OD Consultants Matters in the Workplace?* Proceedings of the International Conference „Good Practices, Issues and Innovations in Quality and Efficiency management of Vocational Training”, Sofia, 1 June 2012.
- Dimitrov, P., Mateeva, N. (2012b). *Defense Mechanisms and Inauthenticity in Group Dynamics Settings*. Proceedings of the VI-th International Conference “Language, Individual & Society”, Sunny Beach - September 2012, *Journal of International Scientific Publications*, Volume 6, Part 1, pp. 20-31.
- Dimitrov, P., Mateeva, N. (2012c). *A New research Model for Studying the Effects of Transformative factors of Group Dynamics on Authenticity and Empathy Development*. Proceedings of the VI-th International Conference “Language, Individual & Society”, Sunny Beach - September 2012, *Journal of International Scientific Publications*, Volume 6, Part 1, pp. 43-59.
- Fairbairn, W.R. (1963). *Synopsis of an object-relations theory of personality*, London: Routledge & Kegan.
- Foulkes, S.H. (1937). *On Introjection*, *International Journal of Psychoanalysis* 18: 269–93.
- Foulkes, S.H. (1946a). *On Group Analysis*, *International Journal of Psycho-Analysis* 27: 46–51.
- Foulkes, S.H. (1946b). *Group Analysis in a Military Neurosis Centre*, *The Lancet* (i): 303–313.
- Foulkes, S.H. (1946c). *Principles and Practice of Group Therapy*, *Bulletin of the Meninger Clinic* 10: 85–89.
- Foulkes, S.H. (1965). *Therapeutic Group Analysis*. London: Allen and Unwin.
- Foulkes, E. (Ed.) (1990). *S.H. Foulkes: Selected Papers*. London: Karnac.
- Foulkes, S.H. & Lewis, E. (1944). *Group Analysis: Studies in the Treatment of Groups on Psychoanalytical Lines*, *British Journal of Medical Psychology* 20: 175–84.
- Freud, S. (1915) *Observations on transference-love (Further recommendations on the technique of psycho-analysis III)*. Standard Edition, 12: 157-71. London: Hogarth Press, 1958.
- Freud, S. (1921). *Group Psychology and the Analysis of the Ego*, Standard Edition, Vol. 18. London: Hogarth Press, 1955.
- Freud, S. (1930). *Civilization and its Discontents*. Standard Edition, 21: 59-145. London: The Hogarth Press, 1961.

- Freud, S. (1974). The Standard Edition of the Complete Psychological Works Vol. XI, XII, XVIII (Ed. By J. Strachey) London: The Hogarth Press.
- Goldman, M., & Kernis, M.H. (2002). The role of authenticity in healthy psychological functioning and subjective well-being. *Annals of the American Psychotherapy Association*, 5, 18-20.
- Greenson, R. (1967). *The Technique and Practice of Psychoanalysis*. London: The Hogarth Press.
- Guignon, C. (2004). *On Being Authentic*. London and New York: Routledge.
- Hargreaves, R. (1945). Letter to Foulkes, 30th August 1945, Wellcome Institute Archives, Library of the History of Medicine; PP/SHF, C3/6.
- Harrison, T. (2000). Bion, Rickman, Foulkes and the Northfield Experiments. London: Jessica Kingsley.
- Harter, S. (2002). Authenticity. In: C.R.Synder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 382-394). Oxford, England: Oxford University Press.
- Heidegger, M. (1962). *Being and Time*. Trans. J. Macquarrie and E. Robinson. New York: Harper and Row.
- Heidegger, M. (1971). *Poetry, Language, Thought*. Trans. Albert Hofstadter. New York and London: Harper and Row.
- Heidegger, M. (2003). *Philosophical and Political Writings*. Manfred Stassen (Ed.) New York and London: Continuum.
- Holmes, P. (1992). *The Inner World Outside. Object Relations Theory and Psychodrama*. London & New York: Tavistock/Routledge.
- Kellermann, P. F. (1992). *Focus on Psychodrama. The Therapeutic Aspects of Psychodrama*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Kennard, D. (1998). *An Introduction to Therapeutic Communities*. London: Jessica Kingsley.
- Kernis, M. H., & Goldman, B. M. (2005). Authenticity: A multicomponent perspective. In: A. Tesser, J. Wood, & D. Stapel (Eds.), *On building, defending, and regulating the self: A psychological perspective* (pp. 31– 52). New York: Psychology Press.
- Kernis, M.H. & Goldman, B.M. (2006). A multicomponent conceptualization of authenticity: theory and research, In: Zanna, M.P. (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology*, Academic Press, New York, NY, pp. 283-357.
- Kivlighan, DM & Holmes, S.E. (2004). The importance of therapeutic factors: A typology of therapeutic factors studies. In: J. L. Delucia-Waak, D. A. Gerrity, C. R. Kalodner, & M. T. Rita (Eds.), *Handbook of group counseling and psychotherapy* (pp. 22-36). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Knowlson, J. (1996). *Damned to Fame: The Life of Samuel Beckett*. London: Bloomsbury.
- Lakey, C.E., Kernis, M.H., Heppner, W.L., & Lance, C.E. (2008). Individual differences in authenticity and mindfulness as predictors of verbal defensiveness. *Journal of Personality*, 42, 230-238.
- Laing, R. D. (1960). *The Divided Self*. New York: Pantheon Books.
- Laing, R. D. (1969). *Self and Others*, 2nd rev. ed. New York: Pantheon Books.
- Langs, R. (1992). *A Clinical Workbook for Psychotherapists*. London & New York: Karnac Books.
- Leavy, S. (1980). *The Psychoanalytic Dialogue*. New Haven, CT and London: Yale University Press.
- Leavy, S. (1988). *In the Image of God: A Psychoanalyst's View*. New Haven, CT and London: Yale University Press.
- Lewin, K. (1947). *Frontiers in Group Dynamics*, *Human Relations* 1: 5–41.
- Loewald, H. W. (1980). *Papers on Psychoanalysis*. New Haven, CT and London: Yale University Press.
- Luhrmann, T.M. (2000). *Of Two Minds*. New York: Random House Inc.
- Main, T.F. (1946). *The Hospital as a Therapeutic Institution*, *Bulletin of the Meninger Clinic* 10: 66–70.
- Malan, D.H., Bacal, H.A., Heath, E.S. & Balfour, F.H.G. (1968). *A Study of Psychodynamic Changes in Untreated Neurotic Patients*, *British Journal of Psychiatry* 114: 525–51.
- Marineau, R. F. (1989). *Jacob Levy Moreno (1889-1974). Father of psychodrama, sociometry, and group psychotherapy*. London & New York: Tavistock/Routledge.
- Mateeva, N., Dimitrov, P. (2012). The relationship between Authenticity and Emotional Well-Being. *Proceedings of the VI-th International Conference "Language, Individual & Society"*, Sunny Beach - September 2012, *Journal of International Scientific Publications*, Volume 6, Part 1, pp. 32-42.
- Mills, J. (2003). A phenomenology of becoming: Reflections on authenticity. In Frie, R. (Ed.), *Understanding Experience: Psychotherapy and Postmodernism*, pp. 137-160. London and New York: Routledge.
- Mitchell, S. A. (1992). True selves, false selves, and the ambiguity of authenticity, In N. J. Skolnick and S. C. Warshaw (Eds.) *Relational Perspectives in Psychoanalysis*. Hillsdale, N. J.: Analytic Press.
- Moreno, J. L. (1980). *Psychodrama, Volume I*. Beacon, N.Y.: Beacon House, Inc. (Original work published 1946)
- Moreno, J. L. (1987). *The Essential Moreno* (Ed. by Jonathan Fox) New York: Springer Publishing Company.
- Moreno, J. L. (1953). *Who Shall Survive?* Beacon, N.Y.: Beacon House Inc.
- Neri, C. (2008). Authenticity as an Aim of Psychoanalysis. *The American Journal of Psychoanalysis*, 68, pp.325-349.
- Nietzsche, F. (2002). *Beyond Good and Evil*. Trans. J. Norman. Cambridge: Cambridge University Press.
- Nietzsche, F. (2003). *Writing From the Late Notebooks*. Trans. K. Sturge. Cambridge: Cambridge University Press.
- Peterson, C., & Seligman, M.E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press.
- Pines, M. (Ed.) (1985). *Bion and Group Psychotherapy*. London: Routledge.
- Racker, H. (1968). *Transference and Countertransference*. New York: International Universities Press.
- Sanfuentes, M. (2003). *Regression and Group Psychotherapy*, Doctoral thesis in the Centre for Psychoanalytic Studies, University of Essex.

- Schneiderman, S. (1983). Jacques Lacan: The Death of an Intellectual Hero. Cambridge, MA and London: Harvard University Press.
- Sheldon, K.M. Ryan, R.M., Rawsthorne, L.J., & Hardi, B. (1997). Trait self and true self: Cross-role variation in the big-five personality traits and its relations with psychological authenticity and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1380-1393.
- Snyder, C.R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind, *Psychological Inquiry*, 13, 249–275.
- Taylor, C. (1991) *The Ethics of Authenticity*. Cambridge, MA and London: Harvard University Press.
- Thompson, M. G. (1994). *The Truth About Freud's Technique: The Encounter With The Real*. New York and London: New York University Press.
- Thompson, M. G. (1996). The rule of neutrality. *Psychoanalysis and Contemporary Thought*, Vol. 19, No. 1.
- Thompson, M. G. (2004). *The Ethic of Honesty: The Fundamental Rule of Psychoanalysis*. Amsterdam and New York: Editions Rodopi.
- Thompson, M. G. (2006). Vicissitudes of Authenticity In the Psychoanalytic Situation. *Contemporary Psychoanalysis*, Vol.42, pp. 139-176.
- Torres, N. (2003). Gregariousness and the Mind, In: R. Lipgar & M. Pines (Eds), *Building on Bion: Roots*, pp. 85–117. London: Jessica Kingsley.
- Turquet, P. (1975). Threats to Identity in the Large Group, In: L. Kreeger (ed.), *The Large Group*. London: Constable.
- Williams, A. (1989). *The Passionate Technique*. London and New York: Routledge.
- Winnicott, D. W., (1989). *Psychoanalytic Explorations*. (Eds.: C. Winnicott, R. Shephard, M. David) Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Winship, G. (2003). The Democratic Origins of the Term ‘‘Group Analysis’’: Karl Mannheim’s ‘‘Third Way’’ for Psychoanalysis and Social Science’, *Group Analysis* 36(1): 37–51.
- Wood, A.M., Maltby, J., Caliousis, M., Linley, P.A., & Joseph S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the authenticity scale. *Journal of Counseling Psychology*, 55, 385-399.
- Yalom, I & Leszcz, M 2005, *The theory and practice of group psychotherapy* (5th ed.). NY: Basic Books.