

Boga. Głównie ze względu na przyjęte założenie, że dojrzały obraz Boga oczyszczony jest z cech antropomorficznych, w których miejscu pojawia się rozumienie transcendencji Boga i jego duchowej natury. Czy sama metoda – graficzne przedstawienie Boga – nie wymusza „ludzkiego” wizerunku Boga? Natomiast próba symbolicznej jego prezentacji stawia przeszkody we wnioskowaniu o osobowej naturze Boga. Czy zatem badacz, decydując się na użycie rysunku projekcyjnego „Mój Bóg i ja”, nie stworzył sobie poznawczej pułapki?

Pomimo wskazanych wątpliwości natury metodologicznej książka *Oblicza postmodernistów* jest bardzo cenną publikacją, godną polecenia wszystkim tym, których intrygują przemiany cywilizacyjne, a wraz z nimi transformacja wizerunku człowieka. Jej lektura z racji wagi podejmowanych zagadnień oraz niezwykle przystępnego i ciekawego sposobu ich prezentacji zapewnia czytelnikowi dużą przyjemność intelektualną. Warta jest zatem przeczytania.

Beata Mirucka
Uniwersytet w Białymstoku

SPRAWOZDANIE Z KONFERENCJI¹
„13TH ANNUAL CONFERENCE OF ASSOCIATION
FOR COGNITIVE ANALYTIC THERAPY”
LONDYN, 4-5 MARCA 2005 ROKU

W dniach 4 i 5 marca 2005 roku w Londynie odbyła się kolejna – już trzynasta – konferencja naukowa organizowana przez Association for Cognitive Analytic Therapy (ACAT), którego założycielem jest prof. Anthony Ryle. Miejszem obrad było Centrum Konferencyjne Biblioteki Brytyjskiej w Londynie. Temat spotkania brzmiał: „Body, Brain and Beyond and CAT – Neuroscience, embodiment and transpersonal experience in psychotherapy”.

W konferencji wzięło udział liczne grono psychoterapeutów, psychologów, lekarzy psychiatrii oraz wiele innych osób związanych z terapią kognitywno-analityczną (Cognitive Analytic Therapy – CAT) lub nią zainteresowanych, przybyłych z całego Zjednoczonego Królestwa Wielkiej Brytanii, a także Irlandii Północnej, Finlandii oraz Grecji i innych krajów.

Konferencję otworzyła prof. Mary Dunn, która jest obecnym przewodniczącym stowarzyszenia CAT. Wykład inauguracyjny wygłosiła dr Roz Carroll, psychoterapeutka i członek Society for Neuro-Psychoanalysis, a także ekspert na poziomie ministerstwa oraz trener i superwizor w Chiron Centre for Body Psychotherapy. W swoim wykładzie pt. *Affect regulation and the body in psychotherapy* zaprezentowała nowy materiał teoretyczny oraz ukazała, odwołując się do wyników badań, jak krytyczną rolę odgrywa terapeuta, wpływając na regulację afektywną pacjenta, kiedy podejmuje interwencje odnoszące się bezpośrednio do ciała. Zwróciła uwagę, że w neurologii afekt (emocja i/lub uczucie) widziany jest jako centralna funkcja świadomości oraz że zaburzenia w regulacji afektywnej leżą u podstaw zaburzeń osobowości. Porównawszy mózg do drzewa, zaś ciało do

dostarczających składników odżywczych korzeni, przypomniała o tym, że mózg jest niezłączny z ciałem. Jej zdaniem zwracanie świadomości i uwagi klientów na mikroruchy, gesty, uczucia i wzory oddychania pomagają im w głębszym zrozumieniu ich doświadczeń oraz w umacnianiu psychofizycznej jedności („aktywnego sojuszu umysłu i ciała”).

Dr Nicola Diamond, kierownik i wykładowca studiów doktoranckich w Regent College w Londynie, psychoterapeutka prowadząca prywatną praktykę psychoanalityczną, w referacie pt. *Attachment: The body and trauma*, ukazała w kontekście rozwojowym – odwołując się do fenomenologii oraz psychoanalizy i neurologii – badania nad traumą w relacjach: załamanie i perwersyjne więzi między niemowlęciem, dzieckiem, dorosłym a otoczeniem. Skupiła się na tym, jaki wpływ na poczucie własnego ciała mają wyparte, jednak nadal obecne w pamięci cielesne doświadczenia przeżytych traumatycznych wydarzeń. Wystąpienie zostało urozmaicone prezentacjami multimedialnymi, w których zaprezentowane zostały wypowiedzi amerykańskich badaczy, m.in. profesora Allana N. Schore’a, na temat neurobiologicznych podstaw dialogowości oraz interesujące badania nad dialogiem pomiędzy dzieckiem i rodzicem, który kształtuje się już w najwcześniejszym okresie dzieciństwa i ma wpływ na to, jak jednostka odczuwa relacje z innymi oraz jaki typ przywiązania rozwinię się u niej. Badania mózgu wykazują – zdaniem Schore’a – że jeśli pewne struktury mózgu odpowiedzialne za emocje nie są stymulowane już w dzieciństwie lub ich rozwój zostanie zahamowany przez jakieś traumatyczne zdarzenie, wówczas może okazać się, że w późniejszym wieku dana osoba ma braki w odczuwaniu pewnych emocji.

Oba referaty zostały podsumowane w dyskusji oraz wypowiedziach uczestników konferencji. Po dyskusji przewidziano szeroką ofertę warsztatów, m.in. dotyczących pracy z marzeniami sennymi, stratą osoby bliskiej, poszerzenia świadomości mimiki oraz obecności wewnętrznego głosu, a także np. pracy z pacjentami z cukrzycą, którzy mają problemy z utrzymaniem samokontroli, przy zastosowaniu terapii kognitywno-analitycznej. Na wybranym przeze mnie warsztacie na temat straty, który prowadziła psycholog kliniczny Anna Jellema, miałam możliwość zapoznania się z teorią przywiązania i ilustracją praktycznego zastosowania CAT u klientów po stracie osoby bliskiej. Po prezentacji wszyscy uczestnicy, dobierając sobie partnera do ćwiczeń, mogli poprzez bardziej osobisty dialog przedyskutować doświadczenia związane z całą sytuacją terapeutyczną oraz problemy dotyczące leczenia pacjentów.

W dwóch kolejnych wykładach zostały zaprezentowane przykłady z praktyki klinicznej. Mary Walsh, odwołując się do pojęcia uważności jako stanu umysłu, który jest świadomy i skoncentrowany na tym, co wydarza się w terażniejszości bez dokonywania oceny, oraz który można osiągnąć dzięki medytacji (ale nie tylko), ukazała możliwość zastosowania go w terapii kognitywno-analitycznej tak w pracy grupowej, jak i w indywidualnych przypadkach. Autorka zaprezentowała badania przeprowadzone na grupie studentów uczestniczących w jej warsztatach.

Wykład zamykający pierwszy dzień konferencji dotyczył znaczenia wytworów artystycznych pacjentów uczestniczących w terapii CAT. Rose Hughes oraz Pam Perry, prezentując obrazy i rzeźby wykonane przez pacjentkę, ukazały zarówno jej indywidualny świat przeżyć i doświadczeń, które trudno było jej samej uzewnętrznić, jak i to, w jaki sposób przeżycia oraz uczucia doświadczone w pamięci, snach, refleksjach i życzeniach mogą zostać odzwierciedlone poprzez sztukę.

Drugi dzień rozpoczął się dość niespodziewanym akcentem, jakim było przeprowadzenie ćwiczenia rozgrzewającego uczestników konferencji ze względu na panującą w sali

chłód (trudności z regulacją klimatyzacji), poprowadzonego przez Margaret Landale (specjalizującą się w terapii zaburzeń związanych ze stresem oraz zaburzeń psychosomatycznych). W swoim wykładzie pt. *Innate imagery – tapping into the resources of the embodied mind* Landale zilustrowała przykładem klinicznym wrodzoną wyobraźnię wizualną, rozumianą jako taką formę myślenia, które opiera się na percepcji sensorycznej. Jest to wyobraźnia prewerbalna, leżąca u podstaw naszego świadomego myślenia, wpływająca na procesy fizyczne, emocjonalne i poznawcze – co można wykorzystać w krótkoterminowej psychoterapii CAT. Ukazała także praktyczne sposoby, w których wrodzona wyobraźnia wizualna może pomóc wpłynąć na negatywne stany emocjonalne, uzyskać dostęp do nieświadomych rdzennych przekonań oraz ucieleśnionych wspomnień (*embodied memories*), co umożliwia samowiedzę i samoświadomość oraz sprzyja integracji. Z najnowszych badań wynika, że najbardziej bezpośrednia droga wpływania na stany emocjonalne prowadzi poprzez „ucieleśniony umysł”, czyli inaczej – poprzez percepcję sensoryczną i układ limbiczny.

Nigel Wellings – również psychoterapeuta i psychoanalityk, dyrektor Center for Transpersonal Psychology – w swoim wykładzie zatytułowanym *Not pushing the river: Contemplative values in psychotherapeutic work* wskazał na fakt, że niemal wszystkie modele psychoterapeutyczne zachęcają do refleksji, co pomaga znaleźć pełnię ekspresji językowej różnorodnych przeżyć i doświadczeń. W uzyskaniu uważności szczególnie przydatna jest buddyjska metoda opisywana jako pusta uwaga (*bare attention*) lub pozbawiona wyboru świadomość (*choiceless awareness*). Pomaga ona pacjentowi i terapeutce pozostawać w terażniejszości i oferuje wartościową drogę do „bycia czasami nieznosnie świadomymi tego, kim jesteśmy”, a to może być wykorzystywane w terapii CAT.

Dyskusję podsumowującą oba wykłady poprowadził dr Ian Kerr, zwracając uwagę na różnice między medycznym pojęciem leczenia objawów a leczeniem rozumianym w psychoterapii.

Interesującym akcentem tego dnia było ponadprogramowe wystąpienie Julie Lloyd oraz byłego przewodniczącego ACAT Steve’a Pottera na temat: *With war in mind: Using the tools of CAT to illustrate the relational mind-set behind Blair’s case for war with Iraq in 2003*. Do analizy dialogowej z pomocą metod CAT użyto przemówienia „charyzmatycznego” mówcy, jakim jest premier Zjednoczonego Królestwa.

Kolejna sesja warsztatowa dotyczyła takich tematów, jak leczenie syndromu chronicznego zmęczenia, wykorzystanie muzyki w terapii CAT oraz symboliki snów.

Ostatni wykład, pt. *Take heart. Addressing institutionalised somatisation*, stanowiący kliniczną ilustrację dotyczącą problemu somatyzacji u osób w podeszłym wieku, wygłosiła Laura Sutton – psycholog kliniczny oraz praktyk i superwizor CAT w Suffolk Mental Partnership NHS Trust.

Program konferencji uświetniła również mniej formalna część spotkania – uroczysta kolacja. W miłej i przyjacielskiej atmosferze, przy smacznym jedzeniu i dobrym winie, toczyły się okraszane dowcipem dyskusje na temat dalszego rozwoju modelu CAT oraz planowanej już na marzec 2006 r. kolejnej konferencji.

Na koniec pragnę złożyć gorące podziękowania na ręce dr. Iana Kerra. Dzięki niemu mogłam uczestniczyć w tym ważnym naukowym wydarzeniu.

Anna Andrzejczak
Absolwentka psychologii na Wydziale Nauk Społecznych KUL