

Pasitikėjimas

Practising existential psychotherapy (2007)

p.61 pas Spinelli

Gal būtent tokia accepting therapist stance ir užtikrina, kad klientas pradeda manimi pasitikėti. Kad aš nesu priimamas kaip threat, kad keisiu jo pasaulį. Kad tik smalsauju ir tiek.

p.89 Trust reikalingas, kad galėtum challengint clients worldview

p.96 Kontraktas reikalingas, kad parodyti terapeuto trustworthiness. Kad jis yra žmogus besilaikantis žodžio. Sutartų taisyklių ir t.t. Kurios gali būti tiesiog magic feathers, bet jei T jų laikosi – juo galima pasitikėti.

Kokios yra mano kontrakto implicit ir explicit non-negotiable rules?

p.99 Trustworthiness demonstruojamas per making explicit implicit rules ir jų laikymąsi.

ET kaip the other yra suvokiamas kaip toks, kuris nesiekia joku būdu pakeisti mano worldview!!!! Dažnai visiškai kitoks nei prieš tai buvę others..

Spinellis apie pasitikėjimą biški rašo tales of un-knowing su ta MPD mergina

p.132 Phase one tries to establish a relationship that is experienced as trusting and trustworthy. Establishment of trust rests in a high degree upon the existential therapists ability and willingness to embrace with increasing adequacy the client's worldview as it presents itself in the therapy world (nekeičiant). The therapists attempts to *be with* and *be for* the client generate a movement towards *immediacy* in the contact. Immediacy reconnects that which is being stated with the being who is making a statement.

Kuriamas pasitikėjimu grįstas ryšys. Kartais vien to užtenka pokyčiui. Kai klientas dažnai pirmą kartą pajunta, kad jo worldview yra valid ir jo niekas nesiruošia keisti.

p.133 It is likely that, for many clients, simply the validation of their narrative is all that is required to provoke meaningful and lasting benefit.

Phase One: Co-creating the therapy world

Jaučiamas iš kliento trust yra požymis, kad galima pereiti į Phase Two.

Kas trukdo pereiti į phase two (o taip pat – trūkumai kuriant phase one): terapeuto nesilaikymas inter-relational frame conditions. Kliento tų conditions nesilaikymas. Per mažas attunement terapeuto descriptive teiginiuose, kuris nesugeneruoja pakankamai pasitikėjimo. ET statements do not follow directly from the client's statements or the initiatives leading to the statements are not made clear to the client, which may lead to the feelings of fear, suspiciousness in the client.

Taip tiesiai nepasako, bet išeina, kad būtent T pozicija generuoja pasitikėjimą. Tai, kad T nesiekia perdaryti, pakeisti kliento. Tai, kokias terapeutas turi *being qualities* ir kokią pasirenka *way of relatedness* su klientu.

Phase Two of therapy – terapeutas traukiasi toliau į šoną ir naudodamasis sukurtu pasitikėjimu leidžia sau įnešti naujus požiūrius, kurie gali mesti iššūkį kliento požiūriams. Tyrinėti daugiau ir tai, ką pats mano reikalinga tyrinėjimui. Visada atsiklausia ar klientas norėtų ten eiti. Žodžiu, jau ne tiek būna TIK su klientu ir jo fokusu, bet įneša daugiau savęs. Tai silpnina pasitikėjimą, meta iššūkį.

p.159 At least as importantly, working together on the client's dream often permits an intimacy between client and therapist that expresses the client's experience of both trustworthiness of the therapy world and his or her trust of, and ease in being with, the therapist. These, in turn, allow the therapist to further clarify and challenge the client's worldview and its relatedness to the client's concerns.

p.163 Apie self-disclosures. Yra covert ir overt. Jas abi patariama naudoti antroje fazėje, jei pirmoje: run the risk of focusing too soon upon the more implicit dispositional stances of the client's worldview and, as a consequence, may serve to counteract their intent by provoking unease as well as suspicion and distrust of both the existential psychotherapist and the therapy world. Pirmoje fazėje, jei pataikai su atsivėrimu „How on earth would a therapist have known *that*?“. Gali pridėti unnecessary power imbalance.

p.165 quasi-telepatiniai momentai, kai užbaigi kliento sakinį (present moments, Daniel Stern) – gali didinti closeness ir trust.

p.171 Setting, frame, contractual conditions – key factors in establishing a trustworthy relationship.

Spinelli “Practicing existential psychotherapy”

Three basic conditions (corner-stones) of existential phenomenology: relatedness, uncertainty, anxiety.

Existential psychotherapy is principally concerned with the investigation of dissonances and distortions imposed upon the process-like experience of worlding by structural worldview.

ET insists that human beings are not always free to choose. There is thrownness in the world...

Task of humankind is to be beings “shepherds”.

Padėti klientams owninti savo worldview as it is.

Un-knowing – aim: to discern that which is understandable within what is initially experienced as being un-understandable. (Kas yra suprantamo tame, kur tu jauti, jog nesupranti).

Esther Harding: conflict is the beginning of consciousness.

Visi klientai ateidami į terapiją patiria konfliktą, kovą. Konfliktas tarp worlding ir worldview.

ET koncentruojasi į klientą čia-dabar, į tokį, koks jis jau yra, ne į tokį, koku jis nori/siekia/gali būti.

Pasak Gadamerio – leisti dialogui pačiam nusistatyti kryptį, aptikti ją.

Trijų lygių pokyčiai:

Pirmas- sedimentacija išlieka (I hate myself), bet pasikeičia kiti konstruktai: kitų, pasaulio. (I hate myself, but others could love me).

Antras- pagrindinė sedimentacija pakinta (I hate myself → I sometimes hate myself), bet neįtakoja kitų dvejų.

Trečias – viskas kinta ☺ Pagrindinė ir kitos.

Kaye – psychotherapy is co-creation of novel meanings via mutual dialogue.

Two people agree to investigate the worldview adopted by one of them.

ET svarbu descriptive clarification of the what and how of experience. Faktai ir mano suvokimas, reakcija.

Svarbu, kad tiek T, tiek KL tyrinėjimo metu išlaikytų „stillness“. Nesistengtų niekaip pakeisti tos būsenos, kurią patiria ir t.t. Tiesiog būtų su tuo, kas yra ir stengtų tai pažinti, apibūdinti. Viena iš didžiausių kliūčių terapeutams ir yra tai, kad klientai nenori būti „ramiai“ ☺. Jie nori kuo greičiau atsikratyti tos būsenos ar konfliktų, kuriuos patiria. Čia svarbus paties T „stillness“, kaip pavyzdys, kaip alternative stance.

Jei Freud psichoterapiją daugiau lygino su archeologija, tai Binswangeris su antropologija.

Phase one daugiau domimasi konkrečiu konstruktu: self, other, world. Phase two – tarpusavio sąveika, kaip idėja iš vieno konstrukto įtakoja kitą ir t.t.

Anxiety kyla ir kai bandai destabilizuotis ir kai bandai išvengti worlding nestabilumo. Anxiety either way ☺.

Phase two daugiausiai we focused encounter

Rollo May. Psichoterapija turi mažai bendro su darymu žmonių laimingais ir daug daugiau bendro su darymu jų laisvais.

p.174 At any moment the circumstances of life might alter everything one of us held secure, valid and meaningful.

Jei klientas dinga ir tu teiraujiesi kur jis, būtinai nurodyti, kad teiraujiesi dėl savęs, nori suprasti ir tai nereiškia, kad nori su juo priverstinai tęsti terapiją. Tik nori atsakymų tam tikrų sau.

Beyond skills, beyond rules and regulations, it seems to me that it is *the way* that the therapist responds to the presence of the other who is the client that makes all the difference.