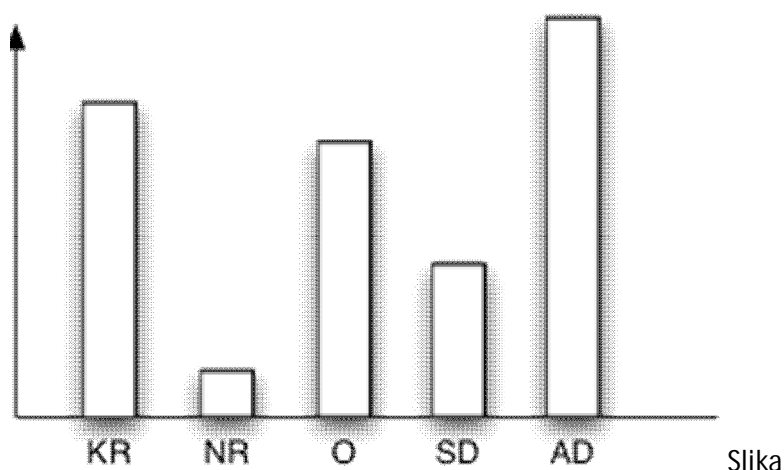

EGOGRAMI I „HIPOTEZA KONSTANTNOSTI“

JOHN M. DUSAY, MD

Pre sedam godina Pat, pacijent iz grupe transakcione analize, je ostvario svoj terapijski ugovor, koji je glasilo da nedeljno zaradi neto platu od šezdeset dolara, ili više. Kada se to ostvarilo, njegovo prekomerno korišćenje reči „trebalo bi da“, i „podrazumeva se“ je palo na normalan nivo u njegovom rečniku. Terapija se pretežno fokusirala na njegovu igru 'Zašto ne bi ti', 'Da... ali', i 'Glupan', a obraćeno je malo pažnje na skriptove zato što je njihova klinička i teorijska upotreba bila tek u začetku. Pretpostavljalo se da je konačna promena reči u Patovom rečniku spoljašnja manifestacija odgovarajuće promene iz ego stanja njegovog Adaptiranog Deteta u bolju poziciju ego stanja Odraslog. Nedavno su rađena istraživanja promena u ego stanjima kod drugih, i njihovo simbolično predstavljanje je razvijeno na sledeći način:

KLINIČKA OTKRIĆA

Meri, dvadesetšestogodišnja devojka, liberalno društvenog i seksualnog izgleda, koja nije mogla da doživi orgazam, je došla na tretman kako bi rešila taj problem. Ona je bila pobednica u većini slučajeva, zato što joj je data dozvola i pokazano joj je kako da bude „princeza“. Na nesreću, njena dominantna igra *Uradi mi nešto* je frustrirala njeno celokupno seksualno ispunjenje i dok je antiteza ovoj igri donela „poboljšanje“, ona nije donela orgazam. Meri je na sličan način bila zaintrigirana skriptnom analizom i pripisivala joj je povećanje razumevanja sebe, ali skriptna analiza, sama po sebi, nije donela razrešenja ugovora. Nakon nekoliko meseci upitala je trapeuta: „Šta nedostaje?“. Da bi se dobio odgovor napravljan je dijagram odnosa njenih različitih delova ego stanja, jednog u odnosu na drugi, i on je kasnije nazvan egogram. Meri i terapeut su se složili da je njen Negujući Roditelj bio najmanje katehovan u odnosu na njena druga ego stanja i da je njeno Adaptirano Dete bilo najviše katehvano. Ovo je prikazano egogramom „pre“ (Slika 1).



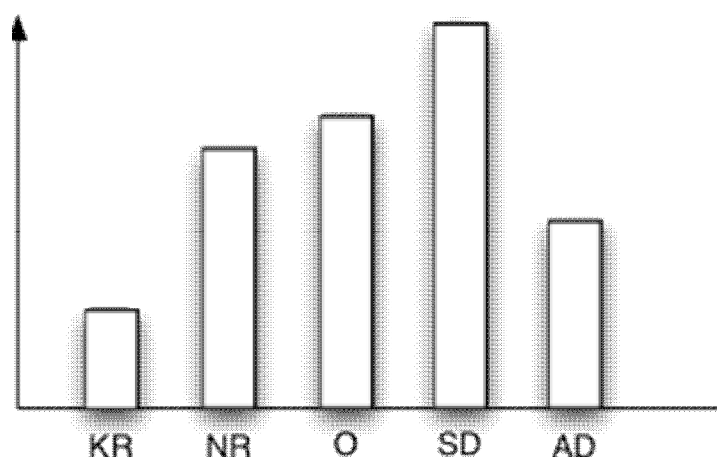
Slika

Meri egogram

(Pre orgazma)

Slobodno Dete, koje je takođe bilo slabo povezano sa njenim drugim ego stanjima je korišćeno tokom prethodne godine kroz tehnike geštalta, susreta i sati masaže, nezavisno od njenog tretmana koji je bio u toku. Ove tehnike oslobađanja Deteta nisu bile od koristi, što je na izvestan način iznenađujuće pošto su to obično preporučeni pristupi za oslobađanje seksualnosti na nivou „osećanja“. Kada je uočeno da je njen Negujući Roditelj najniži, ona i terapeut su razmotrili načine obogaćivanja tog područja njene ličnosti. Meri je odlučila da će pohađati školu kuvanja, ali je naišla na mnoge tipove otpora, tipa – Ovo neće biti dobro za mene. Ipak, analiza igre i upućivanje na egograme joj je omogućilo da ustraje u ovom pravcu i Meri je postala „zaluđena“ kuvanjem. Na kraju je postala kuvar za gurmane i pošto joj je bilo zadovoljstvo da sprema hranu za svoje goste, njen entuzijazam je bio u suprotnosti sa njenim istraživanjem orgazma. Nakon tri meseca postala je orgazmična, a njeno najbolje objašnjenje je bilo - „milo za drago“. Njen egogram nakon lečenja je otkrio svesnost negovanja, što je ukazalo na definitivnu promenu u njenim ego stanjima (Slika 2).

Egogrami predstavljaju intezitet i učestalost stimulusa koji izbija iz ego stanja, i oni pokazuju vizuelne simbole dominantnih ego stanja. Bilo kakvi nedostaci i/ili prekomerne količine se lako prikazuju vizuelno, što se može objasniti na način Odraslog. Igre i skriptni dijagrami su najkorisniji kod prikazivanja pravca transakcija, od jednog strukturnog dela do drugog, dok egogram naglašava intezitet. Pokušaji kod njegovog simbolizovanja sa standardnom igrom, ili skriptnim dijagramom, su odbačeni kao nepodesni, zato što su isprekidane linije, višestruke strelice i krugovi različitih veličina delovali zbunjujuće.



Slika 2

Merin egogram

(Nakon doživljavanja orgazma)

U Merinom slučaju uočeno je da kada je ego stanje Negujućeg Roditelja poraslo u intezitetu, kod Adaptiranog Deteta je opalo. Predviđanje stepena i pravca promene nije bilo poznato. Ova nesigurnost je osnažila potrebu da joj terapeut i nakon tretmana ostane dostupan kako bi ponudio zaštitu ukoliko je to neophodno, mada to može predstavljati zamku za vrstu udara i bežanje od konfrontacije sa grupom.

Validnost i pouzdanost egograma je testirana u nekoliko oblasti. Na seminaru Erika Berna u San Francisku, šest članova se prijavilo, a petnaest ostalih članova, koji su ih poznavali različite vremenske periode, su na tabli prikazali njihove egograme. (Ime „Dusay egogrami“ je predložio Stiven Karpman). Svaka osoba je sama nacrtala subjektov profil, a istovremeno je i sam subjekat nacrtao svoj profil. Bilo je skoro sto posto saglasnosti u pogledu viših i nižih kolona egograma, koji su se sastojali od pet ego-stanja: Roditelj sa predrasudama, Negujući Roditelj, Odrasli, Slobodno Dete i Adaptirano Dete. Takođe su primećena dva primetna izuzetka među učesnicima. Jedna osoba je za nijansu pogrešno procenila egogram drugog člana, ali je na svom papiru napisala „Jedva da ga poznajem“. Drugi promašaj je bio od umorne osobe koja je spavala tokom seminara.

U kliničkoj praksi, autor je imao sto posto uspeha u primamljivom manevru „Pokazao si mi svoje i ja ću ti pokazati svoje“, u kojem pacijent u individualnom tretmanu, ili u grupi, sam crta svoj egogram, i onda ga upoređuje sa egogramima koje su nacrtali ostali članovi grupe ili terapeut. Jedno veče, u kući porodice Šif, dok se govorilo o subjektu egograma, jedan od članova porodice koji nije bio prisutan od početka, je pozvan da nacrtava dva egograma sebe. Prvi je bio prikaz puta na kom je bio u vreme kada je postao član deo porodice Šifovih, a drugi je predstavljao funkcionisanje njegovog sadašnjeg ego stanja. Oni su pokazali dramatičan

prelaz, koji je bio u pozitivnoj korelaciji sa naznačenom promenom u njegovom intelektualnom funkcionisanju. Članovi porodice Šif, koji su ga tokom tog vremena posmatrali, su se složili sa tm.

Dr Džordž Tomson je u svom istraživanju adekvatno pokazao validnost priznavanja ego stanja. Harli i Porter su uočili validnost priznavanja ego stanja u učionicama koledža. Iako postoji zadivljujuća konzistentnost i saglasnost među iskusnim transakcionim analitičarima u pripremi egograma pacijenata, trenutno postoji samo delimičan naučni i Odrasli kriterijum za pravljenje ovakvih evaluacija. Ovo autora dovodi do zaključka da su procene intuitivno začete.

HIPOTEZA KONSTANTNOSTI

Hipoteza kaže da kada se intezitet jednog ego stanja poveća, intenzitet drugog se smanjuje zbog promene u psihološkoj energiji, čija ukupna količina ostaje konstantni faktor. Određeni biološki i sociološki faktori imaju značajan uticaj na intezitet i to dovodi do opšte psihosocijalne jednačine:

$$(R + O = D) mm = K$$

P, A i C predstavljaju sve delove ego stanja koji mogu biti odvojeni. Drugi se mogu dodati ako bude neophodno zbog kliničkog pojašnjenja. Na primer, Dete može biti podeljeno na Slobodno i Adaptirano, i opet, Adaptirano dete se može podeliti na Potčinjeni i Pseudo-buntovnički deo.

U mnogim stanjima, kada se čini da je kateksa veoma visoka (u ovoj raspravi termin kateksa se koristi kao sinonim za psihološku energiju) očigledno je da postoji dominirajuće ego stanje, uz minimalnu zastupljenost Roditelja i blagi trag prisustva Odraslog. Uz depresivne sindrome, čini se veštačkim da pojedinac veoma malo katehuje bilo koja ego stanja, i da postoje simptomi inhibicije, apatije i pesimizma. Ipak, očekuje se velika zastupljenost unutrašnje energije, što je dokazano brojnim biohemijskim otkrićima. Tiso je zabeleži visok 5-HIAA (5 hidroksindoleaktičnu kiselinu) koja predstavlja proizvod raspadanja iz metabolizma triptofana, i može biti pokazatelj unutrašnje mišićne aktivnosti kod depresivnog sindroma – visoka napetost, Adaptirano Dete. Grupa Majkla Riza je 1956. i 1957. godine istraživala lučenje nadbubrežnih žlezda, koje je povezano sa emocionalnim stresom kod depresivnih subjekata. Otkrića su pokazala izjednačavanje nivoa 17 hidroksi-kortikosteorida u plazmi; što je depresija bila ozbiljnija, nivoi kortikosteorida su bili viši. Viši nivoi kortikosteorida su uočeni više u depresivnoj fazi bipolarnog poremećaja, nego kod agitovane forme. Ovo ukazuje na skrivenu, ali jasnu aktivnost ego stanja, uprkos prisustvu inhibicije, što za iskusnog kliničara nije iznenađujuće, jer depresija zahteva dosta energije. Slični podaci su usledili kod drugih vrsta psiholoških

bolesti, posebno kod psihoza, u kojima su visoke količine unutrašnje tenzije otkrivene neuropsihološkim istraživanjem.

Deo jednačine, obeležen kao „mm“, predstavlja varijablu povezanu sa biološkim ili socijalnim faktorima. (simbol „mm“ je odabran zato što ukazuje na „majčino mleko“, i to je kolokvijalni način na koji je Erik Bern opisao biološku potrebu). Veličina „mm“ varira, i na nju može uticati kateksa u situacijama kao što su poremećaji tiroidne žlezde, gladovanje i ozbiljno kulturno uskraćivanja, od kojih je najstrašniji primer sindrom koncentracionog logora. Određene droge, kao što su heroin i, verovatno, amfetamini, teže da utiču na ukupno funkcionisanje ego stanja. (Povećano unošenje heroina snižava ROD katezu). Druga sredstva koja razvijaju zavisnost, kao što su alkohol ili hlompromazin (Torazin) selektivno utiču na specifično ego stanje. (Alkohol progresivno smanjuje R i O, dok hlompromazin smanjuje D i podiže R). Pošto ova „mm“ varijabla primarno predstavlja nepsihološke faktore, smatra se da je pokušaj psihološkog tretmana izglednijanja osobe beznačajan, čak iako psiha može značajno biti pod uticajem njegovog nutritivnog deficita. Slično tome, kulturno obogaćivanje predstavlja bolji tretman za kulturnu deprivaciju od psihoterapije, princip koji nije uvek priznat od strane odanih psihoterapeuta.

Do „K“ konstante se došlo kliničkim uočavanjem da, kada jedna varijabla poraste, druga opada. Ovo ukazuje da postoji konstanta količina psihičke energije i njeno korišćenje od strane jednog ego stanja izvlači energiju iz drugog. (Sadašnji pogled je da apsolutna konstantnost nije potpuno precizna, pošto je slična Volter Kenonovom predloženom konceptu homeostaze.)

RASPRAVA

Egogrami i hipoteza konstantnosti upućuju na psihološki pristup koji povećava korisnost više anatomskog i strukturalnog pristupa, utelovljenog standardnim modelima igre i skripta. Može se napraviti analogija sa kardiovaskularnim sistemom: anatomija srca i arterija delimično objašnjava krvni pritisak, ali za potpuno razumevanje je neophodno poznavanje fiziologije protoka i inteziteta. Ovaj pristup se bavi pritiskom, učestalošću i intezitetom, i čini ideju katekse razumljivijom.

U dva različita vremena svog pisanja Erik Bern se bavio tipom psiholoških formula, jednom kada je raspravljao o fenomenu grupne kohezije u datom momentu. On je formalizovao ovu hipotezu 1966. godine, kao: „Unutrašnja + Velika + Mala + Grupna aktivnost = K (Grupna kohezija u datom momentu). Drugi put je bilo kada je raspravljao o problemu „realnog selfa“, i postulirao tri stanja katekse: vezivanje, odvezivanje i oslobađanje. 1964. je napisao: „Slobodan + Nevezan = Aktivan“ kateksu u svojoj raspravi o majmunu na drvetu.

U skorije vreme, razvijene su mnoge kliničke tehnike koje naglašavaju intezitet ega. Neke od ovih su geštalt tehnike, i prateće procedure u kojima je primarni cilj „aktiviranje ego stanja“; i časovi o davanju određenih dozvola. Karpman je opisao tehniku Odraslog u kojoj su pacijenti sposobni da razmotre opcije odgovora na transakcioni stimulusi i da izbegnu fiksirane ili „zaključane“ transakcije. Štunzt je koristio nekoliko tehnika sa stolicom, u kojima je ohrabrivao pacijente da katehtuju sva svoja različita ego stanja. Zanimljivo, oboje su izabrali PR, NR, O, SD i AD.

Autorovo iskustvo u korišćenju egograma u grupama transakcione analize je da su egogrami korisni i lako razumljivi. Hipoteza konstantnosti daje dinamični fiziološki tip objašnjenja ovoj simboličkoj predstavi. Očigledno je da Dete može videti šta se dešava, Odrasli može asimilovati, a Roditeljskog protivljenja – nema.

Prevela: M. Pavlov, psihoterapeut