

MARTA ORAŃSKA-SZAŁOMSKA

Polskie Towarzystwo Psychoterapii Psychodynamicznej, Gdańsk  
e-mail: oranska.m@gmail.com

## Recenzja monografii Lecha Kality *Rytmy otchłani. Rozważania o wczesnych stanach umysłu* (Oficyna Wydawnicza Fundament, Warszawa 2022)

Lech Kalita – doktor nauk społecznych w dziedzinie psychologii, terapeuta, superwizor pracy terapeutycznej oraz ceniony tłumacz literatury z zakresu psychoterapii, debiutuje książką *Rytmy otchłani. Rozważania o wczesnych stanach umysłu*. Bezsporną wartością książki dr. Kality jest zestawienie psychoanalitycznych teorii rozwoju życia psychicznego, poczynając od twórcy psychoanalizy Zygmunta Freuda przez Melanię Klein, Donalda W. Winnicotta po bardziej współczesne rewizje klasycznych poglądów: kontynuatorów szkoły relacji z obiektem, teorii przywiązania oraz psychologii ego.

Należy podkreślić, że autor skupia się na koncepcjach zaliczanych do teorii relacji z obiektem oraz psychoanalizy relacyjnej wywodzących się z Wielkiej Brytanii i Stanów Zjednoczonych. Ponadto książka jest wnikliwym, intymnym i twórczym opisem pracy z pacjentami cierpiącymi z powodu psychotycznych stanów umysłu. Autor przybliża własny warsztat pracy, gdzie dialog werbalny jest tylko jednym z kanałów komunikacji, chociaż w psychoterapii ten kanał uznawany jest za główny bądź nawet najważniejszy. Autor opisuje, w jaki sposób czerpać z niewerbalnych komunikatów pacjenta w celu poszerzenia rozumienia i wglądu pacjenta. Tym samym książka *Rytmy otchłani...* to pożyteczna pozycja książkowa dla psycho terapeutów, adeptów szkół psychoterapii oraz psychiatrów – niezależnie od ich preferowanego paradygmatu teoretycznego.

W literaturze psychoanalitycznej wymiennie stosuje się określenia „wczesne stany umysłu” i „prymitywne stany umysłu”. Genezie tych rozważań i próbom opisu autor poświęca II roz-

dział swojej książki: *Wczesne stany umysłu. Perspektywy psychoanalityczne*. Za van Buuren i Alhanti – Kalita wczesne stany umysłu rozumie w następujący sposób:

W umysłach nas wszystkich istnieją wymiary, w których nie dysponujemy zdolnością do symbolizacji, fantazjowania, werbalizowania, przeżywania myśli i uczuć, marzeń i snów; nie umiemy przeżywać sprzecznych aspektów nas samych; nie potrafimy posługiwać się identyfikacją projekcyjną i budować skojarzeń; nie potrafimy żyć we własnym cielem i odkrywać znaczeń własnych przeżyć; nie umiemy wchodzić w relacje z drugą osobą. Nie możemy brać tych zdolności za pewnik (s. 30).

Ten sposób rozumienia wczesnych stanów umysłu według Autora pozwala „w owych wczesnych stanach widzieć sferę doświadczeń towarzyszącą nieustannie zdrowemu rozwojowi od niemowlęctwa po dorosłość”. Kalita podkreśla, że żadna z przytoczonych przez niego teorii nie rości sobie praw do bycia całościową, nową wersją psychoanalizy. To raczej koncepcje i techniki dostosowane na potrzeby pracy z określonymi grupami pacjentów.

Kolejne rozdziały książki Autor poświęca opisom pracy z poszczególnymi pacjentami oraz sposobom poszerzenia pola rozumienia świata wewnętrznego pacjenta. Szczególną uwagę zwraca na niewerbalne kanały komunikacji, odczytywanie sygnałów płynących z ciała (zarówno pacjenta, jak i terapeuty) oraz środki poszukiwania tego szerszego rozumienia. Za szczególnie użyteczne uznaje muzykę i li-

teraturę. Opisuje metodę głębokiego słuchania Pauline Oliveros, seminarium, w którym Autor brał udział w 2015 roku w Stanach Zjednoczonych, a później, z sukcesem, prowadził własne seminaria głębokiego słuchania w Gdyni. Grupa seminaryjna skupiona wokół Kality badała możliwości wzajemnego dostrojenia osób dorosłych – przyglądała się cielesnemu zaangażowaniu w niewerbalną komunikację w procesie psychoterapii (rozdz. III: „Głębokie słuchanie: poszukiwania na muzycznym krańcu dialogu terapeutycznego”).

Rozdział czwarty: „O trudnościach komunikacyjnych i muzyce psychotycznych stanów umysłu” autor poświęca analizie kontaktu, budowania komunikacji i rozumienia pacjentów w stanach psychotycznych, gdy traci na znaczeniu klasyczna praca na bazie tworzenia, rozumienia i interpretowania łańcuchów skojarzeń. W psychotycznych stanach umysłu dochodzi bowiem do zniszczenia połączeń pomiędzy odczuciami, emocjami a możliwościami ich werbalizacji, gdy napór doznań przekracza możliwości pomieszczenia ich w umyśle. Wspierając pacjentów w wydobywaniu się z ich stanów psychotycznych, Kalita wskazuje na trudny proces dostrajania się do afektu partnera komunikacji oraz umiejętności odstrajania się od tego afektu. Ta druga część procesu jest niezbędna, by móc dać sobie czas na zastanowienie i obserwację własnych stanów afektywnych i dopiero na tej bazie zbudować odpowiedź/interwencję, gdyż wciąż pozostajemy w obszarze terapii opartej na dialogu werbalnym. Celem autora jest poszerzanie rozumienia procesów za pomocą artystycznych środków wyrazu, tu skupia się wokół muzycznej twórczości Diamandy Galás.

Osoby pracujące bądź zainteresowane pracą z pacjentami psychotycznymi zapewne zwrócą uwagę na rozdział piąty publikacji, poświęcony specyficie przeniesienia towarzyszącemu terapeutom w pracy z pacjentami psychotycznymi („Kolor z innego wszechświata. O roli empatii wobec psychozy na tle twórczości i życia H.P. Lovecrafta”). Poczucie obcości, tak często i masowo pojawiające się w reakcjach przeciwprzeniesieniowych, autor ilustruje fragmentami i rozumieniem prozy Lovecrafta. Wskazuje na paradoks: pacjenci doznają wybuchów skrajnych uczuć w rozwiniętych, wytwórczych stanach

psychotycznych, jednocześnie doświadczając zubożenia afektywnego, wycofania, pustki i zubożenia. Wycofują się z rzeczywistości, gdyż taki stan pozwala unikać nieprzyjemnych emocji, których doświadczanie może grozić wybuchem kolejnego epizodu psychotycznego, ale to prowadzi do zubożenia relacji z otaczającym światem, skutkuje pogłębiającym się wyobcowaniem (De Masi). Zacytowane w monografii badania (D. Colson, W. Cain) wskazują, że w kontakcie z pacjentami psychotycznymi personel leczący (terapeuci, lekarze, pielęgniarki i inni specjaliści) doznaje uczuć bezradności, lęku, niepewności, pomieszania, przytłoczenia i frustracji, które mogą przeistoczyć się w złość i wrogość.

Kalita wskazuje na bardzo istotną rolę ciała w terapeutycznej pracy z pacjentami. Za Lombardim wskazuje, że psychiczne cierpienie niektórych pacjentów wynika z ugrzęźnięcia w danym stanie umysłu, bo zakłóceniu ulega płynny, oscylacyjny ruch od odczuć do myśli (ciało – umysł) i *vice versa*. Nie sugeruje tu żadnych specyficznych technik pracy z ciałem, wciąż pozostaje w metodzie rozumienia i werbalnych interpretacji, jednak z uwzględnieniem konkretnej rzeczywistości ciała, gdyż to właśnie ciało jest rozumiane jako fundamentalny kontekst istnienia (rodz. VI: „Ciało w psychoterapii wczesnych stanów umysłu”).

Swoje rozważania o wczesnych stanach umysłu Autor kończy, odnosząc się do doświadczeń nicości, pustki i braku znaczenia (rodz. VII: „Pulvis et umbra sumus”). Pochyla się nad próbami opisu i rozumienia stanów egzystencjalnych za pomocą teorii psychoanalitycznych, następnie jednak za pomocą sztuki, literatury oraz przypadków klinicznych krytycznie zastanawia się nad możliwością ich rozumienia. Przytacza myśl Lombardiego, że „nie wszyscy pacjenci są bezpośrednio zainteresowani głębokimi dociekaniem (...). Osoby doświadczające w swoim życiu pustki i nicości mogą bardziej potrzebować pomocy w życiu swoim życiem” (s. 242). Nie jest to jednak krytyka psychoanalitycznego sposobu myślenia. Kalita zwraca uwagę, że analityczne poszukiwanie prawdy i proces poszerzania samoświadomości uzupełnia się z pragmatycznym, skutecznym wymiarem terapii psychoanalitycznej.