

**Nebojša Jovanović<sup>2</sup>**

**Sandra Jovanović<sup>3</sup>**

OLI Centar za integrativnu  
psihodinamsku psihoterapiju,  
Beograd

## **Rad sa otporom u O.L.I. integrativnoj psihodinamskoj psihoterapiji**

### **Sažetak**

Rad sa otporom predstavlja jednu od centralnih tačaka psihoanalitičkog i psihodinamskog terapijskog procesa. U ovom radu prikazan je konceptualni i metodološki okvir rada sa otporom u O.L.I. Integrativnoj psihodinamskoj psihoterapiji (OLI IPP), savremenom psihoanalitički zasnovanom integrativnom modalitetu sa izraženim razvojnim fokusom. Polazeći od klasične psihoanalitičke koncepcije otpora, OLI IPP zadržava rad sa nesvesnim kroz analizu otpora i transfera ali uvodi i dodatnu ravan terapijskog rada: sistematsko praćenje procesa obrade emocija i razvoj bazičnih emocionalnih kompetencija kao funkcionalnih ego-sposobnosti. U radu se razmatraju ključni pojmovi OLI IPP relevantni za razumevanje otpora, uključujući sekundarnu dobit i kontraveštine, kao i specifičnosti teorije promene u ovom pristupu. Cilj rada je da prikaže na koji način OLI IPP proširuje klasični psihoanalitički rad sa otporom, pomerajući fokus sa interpretacije sadržaja ka razvoju kapaciteta ego za zrelu obradu emocija i upravljanje emocijama. Rad ukazuje na specifičan doprinos OLI IPP u razumevanju i radu sa otporom kao razvojnim fenomenom, a ne isključivo kao odbranom.

**Ključne reči:** otpor, integrativna psihodinamska psihoterapija, emocionalne kompetencije, ego psihologija, transfer, teorija promene.

---

2 [jnebojsa1@gmail.com](mailto:jnebojsa1@gmail.com)

3 [jovanovicsandra@hotmail.com](mailto:jovanovicsandra@hotmail.com)

## 1.UVOD

Otpor i transfer predstavljaju temeljne pojmove psihoanalitičkog metoda i ključne tačke razumevanja psihoterapijskog procesa. Još od svojih ranih radova, Sigmund Freud je uočio da se terapijski rad ne odvija linearno ka uvidu i promeni, već da je od samog početka praćen silama koje se tom procesu suprotstavljaju. Otpor je definisao kao sve ono što ometa napredovanje analitičkog rada, dok je transfer opisao kao specifičnu emocionalnu vezu u kojoj se raniji odnosi, afekti i fantazije ponovo oživljavaju u odnosu prema analitičaru (Freud, 1912; 1914). Upravo kroz rad sa otporom i transferom, prema Freudovom shvatanju, postaje moguće govoriti o psihoanalitičkom tretmanu u užem smislu.

Dalji razvoj psihoanalitičke teorije i kliničke prakse pokazao je, međutim, da rad sa otporom ne može biti sveden isključivo na tehniku interpretacije nesvesnog sadržaja. Ego psihologija, teorija objektnih odnosa i self psihologija postepeno su pomerile fokus sa isključivo nagonskih konflikata ka razvojnim kapacitetima ličnosti, funkcijama ega i sposobnosti regulacije afekta. U tom kontekstu, otpor se sve više razumeva ne samo kao odbrana od uvida, već i kao indikator razvojnih zastoja, deficita u funkcionisanju ega i ograničenih kapaciteta za obradu emocionalnog iskustva (Hartmann, 1939/1964; Anna Freud, 1936).

Ovakav teorijski pomak ima značajne implikacije za savremeni psihodinamski rad. Ako se otpor ne shvata isključivo kao nesvesno izbegavanje konflikta, već i kao signal nedovoljno razvijenih funkcionalnih kapaciteta, tada se i terapijski zadatak nužno menja. Pitanje više nije samo *šta* pacijent izbegava, već i *kako* obrađuje emocionalna iskustva i kojim se obrascima služi da bi nadomestio razvojne nedostatke.

Cilj ovog rada je da prikaže način na koji se sa otporom radi u O.L.I. Integrativnoj psihodinamskoj psihoterapiji (OLI IPP), savremenom psihoanalitički zasnovanom integrativnom pristupu sa jasno definisanim razvojnim okvirom. U radu će biti razmotreno kako OLI IPP zadržava klasično psihoanalitičko razumevanje otpora, ali ga istovremeno proširuje uvođenjem koncepta emocionalnih kompetencija, kontraveština i sekundarne dobiti. Posebna pažnja biće posvećena promenama u radnom savezu i ulozi terapeuta, kao i implikacijama ovakvog pristupa za razumevanje procesa promene u psihoterapiji.

## 2.Osnovni koncepti OLI IPP

### 2.1. Bazične emocionalne kompetencije

Osnovna razlika O.L.I. Integrativne Psihodinamske Psihoterapije od drugih psihoterapijskih pravaca je, po našem viđenju, u tom naglasku na radu na bazičnim emocionalnim kompetencijama, „softverima“ za obradu emocija. Te emocionalne kompetencije su izdvojene iz učenja četiri pomenute psihoanalitičke psihologije. One nisu mehanizmi odbrane, jer ne iskrivljuju stvarnost u svrhu zaštite psihe od anksioznosti. Brojni autori pomenutih psihoanalitičkih škola su prepoznali i opisali razvojna dostignuća u upravljanju emocijama, ali ih nisu definisali kao razvojna dostignuća koja prevazilaze mehanizme odbrane i predstavljaju zrele emocionalne kompetencije. U OLI metodu su osam emocionalnih kompetencija uzete kao teorijska osnova i osnova za integraciju tehnika drugih psihoterapijskih pravaca.

IPP daje jasne tabele sa pokazateljima zastoja u osam bazičnih emocionalnih kompetencija na bihevioralnom, emocionalnom, kognitivnom i konativnom planu, kao i oblike ispoljavanja zrele razvijene emocionalne kompetencije. Na taj način omogućuje terapeutima da jasno prepoznaju zastoj u razvoju kompetencije, da imaju smer u kojem razvoj treba da se kreće, “zonu narednog razvoja” klijenta. Pored toga, IPP ima razrađenu “taksonomiju psihoterapijskih ciljeva” u kojoj su

razvrstane brojne tehnike po tome koju kompetenciju mogu da razvijaju i na kom stadijumu razvoja. To daje mogućnost psihoterapeutima da, na strukturisan način, prepoznaju razvojni zastoj i izaberu tehnike koje će koristiti za razvoj bazičnih emocionalnih kompetencija koje su u zastoju.

### 2.1.1 Osam bazičnih emocionalnih kompetencija:

Psihodinamska Integrativna Psihoterapija ima jasno definisano područje ispitivanja: ispituje razvoj bazičnih emocionalnih (i kognitivno-konativnih) sposobnosti o kojima govore četiri psihoanalitičke psihologije.

IPP metoda se fokusira na dve glavne, složene sposobnosti: sposobnost za rad i sposobnost za ljubav. Ove dve složene sposobnosti neophodne za zrelo funkcionisanje su, poput „Lego kockica“, izgrađene od određenog broja manjih, mnogo jednostavnijih kockica-osam bazičnih emocionalnih kompetencija (Jovanović, 2013):

1 Neutralizacija (nazvali smo ovu kompetenciju u IPP “regulator psihe”) (Hartman, 1939 1950; Kris, 1951). sposobnost čoveka da održi svoje mišljenje razumnim tako što neutrališe svoje instinktualne energije (seksualnu i agresivnu) pretvarajući ih u neutralnu energiju koja služi rešavanju problema, razumnom mišljenju i dolaženju do cilja.

2 Mentalizacija - “artikulator psihe”, (Fonagy, 2001; 2002; 2003; 2005). Sposobnost da razmišlja o svom unutrašnjem stanju, kapacitet za razumevanje činjenice da drugi imaju sopstvena uverenja, želje i namere... razumevanje sopstvenih stanja i stanja drugih, motiva za određena stanja i ponašanja. Sposobnost da se stvori “mapa uma”

3 Celovitost objekta - “Lepak psihe” (Klein, 1940, 1948). To je sposobnost doživljavanja i prihvatanja druge osobe (ili nekog željenog cilja, posla, aktivnosti) kao celine. Sposobnost da budemo svesni i dobre i loše strane onoga što volimo i želimo. Sposobnost da to prihvatimo.

4 Konstantnost objekta - “Stabilizator psihe”, (Hartman 1952; Akhtar 1992; Burngam 1969; Mahler 1963) Sposobnost da imamo čvrstu unutrašnju povezanost sa voljenom osobom, bez potrebe za njenom stalnom prisutnošću, osnova nezavisnosti.

5 Tolerancija na ambivalenciju - “usmerivač psihe”, (Hartmann & Zimberoff , 2003). Sposobnost da se tolerišu oprečna osećanja prema drugoj osobi, sebi, aktivnostima... uz predominaciju pozitivnih osećanja. Sposobnost da se opredeli, odluči. Krene ka-ili od nečega.

6 Tolerancija na frustraciju - “Imunitet psihe”, (Freud, 1908; Kohut, 1971). Sposobnost da izađemo na kraj sa neprijatnostima koje nezadovoljenje nekih naših potreba izaziva u nama.

7 Volja - “Motor psihe”, (May, 1966; Rank, 1972). Sposobnost ulaganja kontinuiranih napora u ostvarivanje razvojnih ciljeva-sposobnost osobe da se razvija u samostalnu individuu.

8 Inicijativa - “pokretač psihe”, (Erikson, 1959; Ikonen, 1998). Sposobnost da se preduzme odgovornost za otpočinjanje ili započinjanje nečega, sposobnost da se misli i dela bez zahteva druge osobe.

### 2.1.2 Dve ravni psihoterapeutskog rada: ravan sadržaja i ravan procesa

-OLI IPP terapeut radi u dve ravni: ravni sadržaja i ravni procesa (Jovanović, 2025)

U ravni sadržaja prati klijentovu priču, njegove odnose sa ljudima, probleme, istorijat nastanka problema, detinjstvo, mladost, transfere na kasnije odnose, karakterne obrasce, psihodinamiku, pomaže klijentu u rekonstrukciji, “povezivanju tačkica” njegove životne priče u zrelu priču o sebi.

U **ravni procesa** prati kako klijent obrađuje emocije povodom sadržaja koje iznosi, traži tipične obrasce mišljenja, ponašanja, obrade emocija. Osvešćuje te obrasce sa klijentom, posledice tih obrazaca po funkcionisanje klijenta, određuje “zonu narednog razvoja” emocionalnih kompetencija klijenta i kreira plan za razvoj kompetencija i “prenos funkcija”(kroz deklarativno i proceduralno učenje prenosi na klijenta svoje razvijene funkcije, sposobnosti za zrelo obrađivanje emocija i upravljanje njima).

**Rad OLI Integrativnog Psihodinamskog Psihoterapeuta dobija svoje specifičnosti u ovoj fazi psihoterapijskog rada.** Metod rada se, dakle, može prikazati u nekoliko koraka:

- Otkrivanje kontraveština, „bagova“ u obradi emocionalnih informacija, načina na koji klijent stvara svoj problem pokušavajući da ovlada nekim razvojnim zadatkom na neadekvatan način.
- Suočavanje klijenta sa odbranama, kontraveštinama, neuspešnim oblicima adaptacije.
- Odricanje od sekundarne dobiti
- Edukovanje o emocionalnoj kompetenciji koja je zdrav adaptivni mehanizam. Pokazivanje „kako se to radi“, proceduralno učenje.

### 2.1.3 Prepoznavanje sekundarne dobiti, mehanizama odbrane i kontraveština

*Sekundarna dobit – korist od sopstvene štete:*

Jedan od bitnih razloga zbog kojih ljudi ne prelaze na zrelije obrasce, emocionalne kompetencije u kojima nema iskrivljavanja stvarnosti, niti manipulacije sobom i drugima je takozvana „sekundarna dobit“. Dobit je psihoanalitički koncept koji je prvi zabeležio i definisao Frojd (Freud, 1917). Opisao je dve vrste psihološke dobiti od bolesti: primarnu i sekundarnu. Za Freuda je primarna dobit bila smanjenje anksioznosti izazvano defanzivnom operacijom koja je rezultirala stvaranjem simptoma bolesti. **Freud je dalje definisao sekundarnu dobit kao međuljudsku ili socijalnu korist koju je pacijent postigao kao posledicu bolesti (npr. podrška, pažnja, sažaljenje, zaštita, dopuštanje zavisnosti...).** Smatra se da se i primarna i sekundarna dobit stiču nesvesnim mehanizmima.

Kada uspemo da povežemo simptome, patnju zbog kojih se osoba obraća psihoterapeutu (štetom koju ima od sekundarnih dobiti), sa njegovim sekundarnim dobitima, nezrelim i manipulativnim obrascima ponašanja, on dolazi u poziciju da bira (jer je sada svestan obrazaca). Da bira da li će se odreći sekundarnih dobiti ili će prihvatiti i pomiriti se sa patnjom koja je izazvana njihovom zloupotrebom.

*Kako istražujemo sekundarnu dobit?*

- ❖ Kroz interakciju sa klijentom, slušajući sadržaj koji klijent iznosi, terapeut traži odgovore na sledeća pitanja:
  1. Šta je sprečavalo klijenta da do sada promeni ono što želi da promeni kroz psihoterapiju?
  2. Šta dobija od stanja u kojem se nalazi? Šta bi izgubio kada bi se promenio onako kako kaže da želi? Da li je klijent spreman da plati “cenu” promene?
  3. Da li je razvio neke izbegavajuće obrasce, kombinacije mehanizama odbrane - ”kontraveštine” kojima održava status quo? Kako tačno funkcionišu ti obrasci?
  4. Na koji način pokazuje ambivalenciju prema promeni, otpore promeni (i otpore terapijskom procesu kada se definišu ciljevi).

Da bismo dobro razumeli obrasce ponašanja koji dovode do sekundarne dobiti nije dovoljno da razumemo samo šta klijent dobija na nerazvojan način, već i kako tačno to čini. Tako dolazimo do koncepta „kontraveština“.

### 3. Kontraveštine – „Vrši posao“ obrasci ponašanja

**Kontraveštine su složeniji oblici ponašanja od mehanizama odbrane, mogu uključivati više mehanizama odbrane i povezane obrasce ponašanja.** Mi koristimo pojam kontraveštine zbog naglaska na sposobnostima i „kontra sposobnostima“ (Jovanović 2013; Jovanović, Rudec 2024). Razlikujemo ih od mehanizama odbrane jer su kontraveštine, zapravo, zloupotreba mehanizama odbrane, njihovo korišćenje zbog „sekundarne dobiti“, i onda kada nije neophodno. Svaka od navedenih emocionalnih kompetencija, ako nije razvijena, zamenjena je nekom kontraveštinom.

Kada se osveste sekundarne dobiti i kontraveštine možemo pristupiti razvojnim rešenjima, razvoju bazičnih emocionalnih kompetencija.

Kako se može prepoznati razvijenost bazičnih emocionalnih kompetencija?

1. Uz pomoć tabela u kojima su navedeni oblici ispoljavanja zrelih i nezrelih emocionalnih kompetencija.
2. Prema dominantnom tipu anksioznosti klijenta
3. Prema sadržaju „narcističkog ponosa“ - vrsti neravnoteže u narcističkom sektoru ličnosti.
4. Pomoću dijagnostičkih sredstava koja se razvijaju u O.L.I. IPP.

O.L.I. IPP ima jasno definisane oblike ispoljavanja zastoja za svaku od osam emocionalnih kompetencija na emocionalnom, bihevioralnom, kognitivnom i konativnom nivou. Kao i oblike zrelog ispoljavanja svake kompetencije.

Kako svaka od navedenih bazičnih emocionalnih kompetencija ima svoj algoritam, korake koji se odvijaju u našem mentalnom aparatu kada je primenjujemo, možemo jasnije odrediti i vrste učenja i psihoterapijske tehnike koje doprinose razvoju ili deblokiranju određene sposobnosti. U tome nam pomaže i taksonomija terapijskih ciljeva koju smo razvili radi jasnijeg razvrstavanja psihoterapijskih tehnika i vrsta učenja u procesu psihoterapije.

Terapijske tehnike su „sortirane“ po tome koju sposobnost i u kojoj fazi razvoja mogu da pokrenu ili deblokiraju. Brojne tehnike drugih psihoterapijskih pravaca, kao i one razvijene u OLI IPP opisane su u knjizi Psihoterapijske tehnike za razvoj bazičnih emocionalnih kompetencija (Cmiljanović; Škorić, 2024).

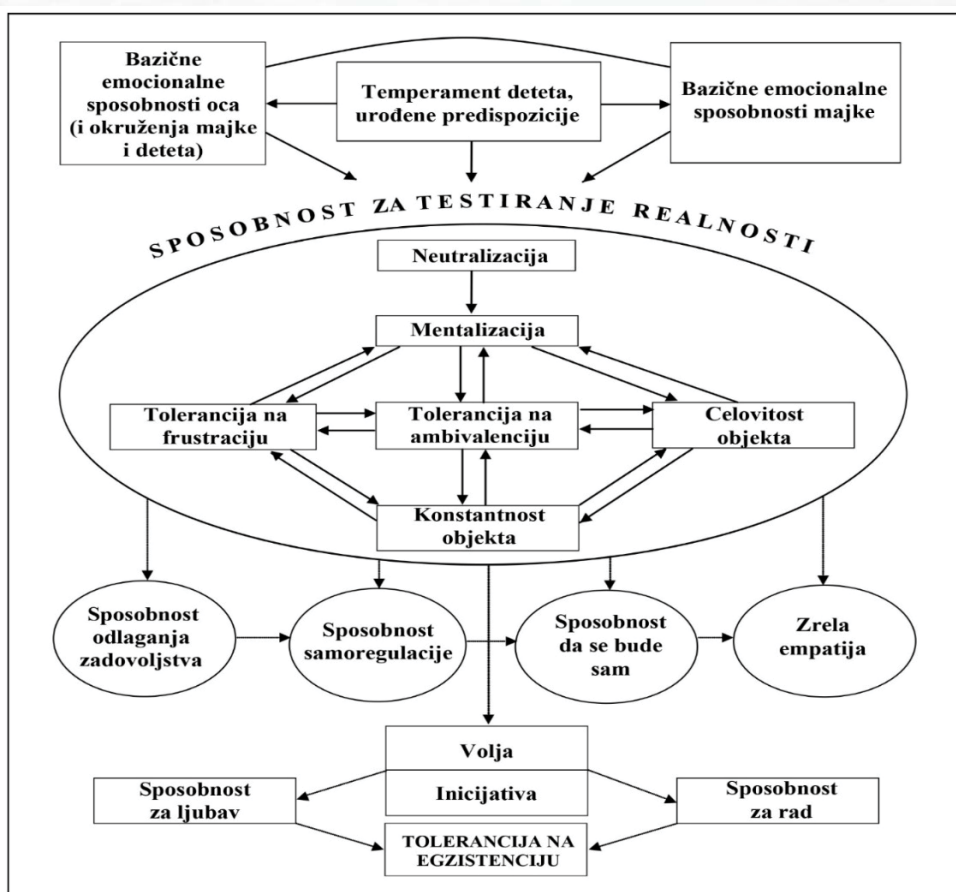
O.L.I. metod daje i taksonomiju psihoterapijskih ciljeva, ukazujući na to koje vrste učenja se odvijaju u procesu psihoterapije i koje sposobnosti se aktiviraju kroz određeni oblik učenja (Tabela 1).

**Tabela 1. Taksonomija psihoterapijskih ciljeva**

| Vrste učenja-znanja                | Bazične emocionalne kompetencije-procesi |                    |                      |                            |                              |       |             |
|------------------------------------|------------------------------------------|--------------------|----------------------|----------------------------|------------------------------|-------|-------------|
|                                    | Neutralizacija i mentalizacija           | Celovitost objekta | Konstantnost objekta | Tolerancija na frustraciju | Tolerancija na ambivalenciju | Volja | Inicijativa |
| <b>Konceptualno – deklarativno</b> | T                                        | E                  | H                    | N                          | I                            | K     | E           |
| <b>Proceduralno</b>                | T                                        | E                  | H                    | N                          | I                            | K     | E           |
| <b>Metakognitivno</b>              | T                                        | E                  | H                    | N                          | I                            | K     | E           |

### 3.1 Krajnji ciljevi terapijskog delovanja

Krajnji cilj terapijskog delovanja je razvoj zrele sposobnosti klijenta za ljubav i rad, samostalno nošenje sa izazovima koje život postavlja pred njega, razvoj zrelih emocionalnih kompetencija koje omogućuju njegov kapacitet za uzajamnost u odnosima. Razvoj bazičnih emocionalnih kompetencija osnažuje Ego klijenta, njegovu sposobnost da testira realnost, bude realističniji, celovitije opaža sebe i druge, dobro razume sopstvene i tuđe postupke, kontroliše afekte, odlaže zadovoljenje potreba, poštuje tuđe i svoje granice, prevazilazi ambivalenciju i odlučuje, ima snažniju volju za ostvarenje postavljenih ciljeva i sposoban je da preduzme inicijativu po sopstvenom nahođenju, uz preuzimanje odgovornosti za rezultate (Jovanović, 2024). Razvoj bazičnih emocionalnih kompetencija, i njihovo sadejstvo, dovode do razvoja složenijih kompetencija kao što se može videti na narednoj slici 1:



**Slika 1-Dijagram bazičnih emocionalnih kompetencija i složenijih sposobnosti koje nastaju njihovom saradnjom**

Razvoj Ega utiče i na razvoj zrelijeg Super Ega koji postaje konzistentniji, mudriji, prelazi iz savesti zasnovane na strahu u humanističku savest, zasnovanu na ljubavi i potrebi da se održe dobri odnosi i vrednosti. Klijent postaje bolji čovek, što je krajnji cilj OLI IPP psihoterapije jer smatramo da su osnove mentalnog zdravlja dobrota i čvrstina, etičan uzajamni odnos sa drugim ljudima zasnovan na poštovanju i autonomiji (Jovanović; Stevanović, 2024).

#### 4. Teorija promene u OLI IPP

Kao oblik psihoanalitičke psihoterapije, OLI IPP preuzima i teoriju promene u psihoanalizi koju smo naveli ranije u poglavlju o radu sa otporom u psihoanalizi, ali uvodi i nove elemente, posebno se oslanjajući na teoriju promene Ego psihologije. Promena u psihoanalitičkoj terapiji odvija se kroz dinamičko delovanje tri osnovna principa: 1. razumevanja razvojne geneze simptoma, 2. aktivacije i analize transfera - korišćenja regresivnih stanja u svrhu rekonstrukcije i uvida, 3. prevazilaženje otpora promenama kroz analizu otpora. Teorija promene koju su uneli Ego psiholozi u psihoanalitički teorijsko metodološki okvir, pored navedenog, naglašava i druge mehanizme promene- metapsihološki pomak: od nagona ka funkciji.

Ego psihologija predstavlja najdublji zaokret u razvoju psihoanalitičke misli posle Sigmunda Frojda i Melanie Klein. Dok je klasična Frojdova metapsihologija polazila od nagona kao primarne sile koja pokreće psihički život, a Klein fokus pomerila na unutrašnji svet objekata i fantazija, ego psihologija postavlja u središte pažnje *funkcionalne kapacitete* uma — ono što Hajnc Hartman naziva „organizacijom ega kao aktivnog sistema adaptacije“ (Hartmann, 1939/1964). Taj pomak ne znači odbacivanje nagona ili objekata, već njihovo reinterpretiranje u svetlu funkcionalne samostalnosti ega.

U knjizi *The Ego and the Mechanisms of Defence* Ana Frojd (Freud, A., 1936) opisuje ego ne kao pasivnu žrtvu nagonskog pritiska, već kao sistem samoregulative koji koristi različite mehanizme da bi očuvao integritet i kontinuitet selfa. U tom smislu, odbrana se ne tretira više kao patologija, već kao *funkcionalni pokušaj ega da zadrži koherenciju u susretu sa afektivnim preopterećenjem*. Promena, dakle, ne nastaje kroz razaranje odbrane, već kroz njenu transformaciju u svesniji, fleksibilniji i adaptivniji oblik.

Hajnc Hartman, Ernst Kris i Rudolf Levenštajn (Hartmann, Kris, Loewenstein 1951) idu korak dalje i definišu pojam *autonomije ega* – sposobnosti uma da deluje nezavisno od nagonskog konflikta. Oni razlikuju primarnu autonomiju (urođene funkcije kao što su opažanje, mišljenje, učenje) i sekundarnu autonomiju, koja nastaje kada se nekadašnja odbrana pretvori u pozitivnu ego-sposobnost koja ne iskrivljuje stvarnost u svrhe odbrane. Promena se zato više ne meri stepenom oslobađanja nagonske energije, već stepenom funkcionalne autonomije – koliko osoba može da misli, oseća i deluje bez unutrašnje prinude.

David Rapaport (Rapaport, 1959) dodatno teorijski precizira ovu transformaciju uvodeći model *ego funkcija* (percepcija, pamćenje, mišljenje, testiranje realnosti, kontrola impulsa, sintetička funkcija). On pokazuje da je svaka od njih predmet razvoja i da terapijski proces mora istovremeno adresirati i konflikt i deficit funkcije. Na taj način ego psihologija uvodi novu, složeniju logiku promene: **pacijent ne menja samo sadržaje svesti, već način na koji njegov ego obrađuje stvarnost, emocije i ideje**. Ego psihologija nije napustila Frojdv san o oslobađanju nesvesnog – ona ga je proširila: oslobađanje se sada ne meri samo osvešćivanjem istine o prošlosti i njenog uticaja na sadašnjost klijenta, već i sposobnošću da se ta istina podnese i obradi, bez iskrivljivanja stvarnosti.

Ako je metapsihološki pomak ego psihologije označio prelaz od nagona ka funkciji, onda teorija promene u okviru te paradigme predstavlja pomeranje fokusa *od sadržaja ka procesu*. Promena više nije samo razotkrivanje skrivenog materijala iz nesvesnog, već reorganizacija načina na koji ego funkcioniše – njegovih kapaciteta za opažanje, regulaciju, sintezu i prilagođavanje. Ova koncepcija uvodi pojam funkcionalne transformacije ega: umesto da se menja ono *šta* čovek misli i oseća, menja se način *kako* misli i oseća. OLI IPP preciznije definiše te “Ego snage” o kojima govori Ego psihologija kao bazične emocionalne kompetencije, nalazi ih i u drugim psihoanalitičkim psihologijama, definiše njihove razvojne linije, tehnike koje mogu biti korisne u otklanjanju zastoja u razvoju tih kompetencija...na vrlo sistematičan način.

**Kao što smo već napomenuli**, OLI IPP terapeut radi u dve ravni: ravni sadržaja i ravni procesa.

**U ravni sadržaja**, kao u klasičnoj psihoanalizi, **prati klijentovu priču**, njegove odnose sa ljudima, probleme, istorijat nastanka problema, detinjstvo, mladost, transfere na kasnije odnose, karakterne obrasce, psihodinamiku, **pomaže klijentu u rekonstrukciji**, “povezivanju tačkica” njegove životne priče u zrelu priču o sebi.

**U ravni procesa** prati kako klijent obrađuje emocije povodom sadržaja koje iznosi, traži tipične obrasce mišljenja, ponašanja, obrade emocija. Osvešćuje te obrasce sa klijentom, posledice tih obrazaca po funkcionisanje klijenta, određuje “zonu narednog razvoja” emocionalnih kompetencija klijenta i kreira plan za razvoj kompetencija i “prenos funkcija” (kroz deklarativno i proceduralno učenje prenosi na klijenta svoje razvijene funkcije, sposobnosti za zrelo obrađivanje emocija i upravljanje njima).

## 5. Rad sa otporom u OLI IPP

Rekli smo, još u uvodnom delu ove knjige, da se otporom može smatrati sve što se protivi psihoterapijskom procesu i promeni, ali da je potrebno da radnim savezom sa klijentom jasno definišemo šta je željena promena, koji su putevi dolaženja do nje, šta su klijentovi zadaci u psihoterapijskom procesu. U klasičnoj psihoanalizi je to izbegavanje slobodnog asociiranja, kašnjenje, izbegavanje pamćenja snova... jer su to radni zadaci klijenta. U OLI IPP se, pored tih zadataka, uvode i drugi - vezani za zamenu mehanizama odbrane emocionalnim kompetencijama koje ne iskrivljuju stvarnost. OLI IPP terapeut, pored pomoći klijentu da uvidi svoje odbrambene mehanizme, pomaže klijentu i da uvidi čime može da ih zameni, kako da razvija i uvežbava te nove ego snage, te se otporom mogu smatrati i izbegavanja zrelijih oblika nošenja sa stvarnošću, regresije na ranije odbrambene manevre...

Prema tom modelu, rad sa otporom u OLI IPP se, u kratkim crtama, može prikazati kroz sledeće aktivnosti:

- **Otkrivanje kontraveština**, „bagova“ u obradi emocionalnih informacija, načina na koji klijent stvara svoj problem pokušavajući da ovlada nekim razvojnim zadatkom na neadekvatan način.
- **Suočavanje klijenta** sa odbranama, kontraveštinama, neuspešnim oblicima adaptacije. Jasno povezivanje tegoba zbog kojih se klijent obraća sa ovim odbrambenim strategijama. Definisane njihove štetnosti (i pored neke nerazvojne emocionalne koristi koju klijent ima od tih obrazaca - izbegavanje bola, neprijatnosti, odgovornosti...)
- **Prepoznavanje sekundarne dobiti - Odricanje od sekundarne dobiti**. Kroz proces koji se u OLI IPP naziva “**emocionalno računovodstvo**”, klijent stiče uvid u unutrašnju borbu između sila koje teže da izbegnu neprijatnost, bol, odgovornost, razvoj, teže privilegijama koje mogu izvući iz “bolesti” (pažnja, izazivanje krivice, vezivanje nekoga za sebe... linija manjeg otpora) i sila koje teže razvoju, odrastanju, preuzimanju odgovornosti (ali takođe imaju svoju “cenu”, zahtevaju veći trud, napor, realističnost...). Cilj “emocionalnog računovodstva” je da se klijent opredeli na koji od ova dva načina će se nositi sa životom. Ako se opredeli za razvoj, terapeut ga može podučavati novim razvojnim veštinama, emocionalnim kompetencijama bez većeg svesnog otpora ka njihovom učenju i usvajanju. Ovladavanje emocionalnim kompetencijama postaje deo radnog saveza, terapijskog dogovora.
- **Edukovanje o emocionalnoj kompetenciji** koja je zdrav adaptivni mehanizam. Pokazivanje „kako se to radi“, proceduralno učenje. **Prenos funkcija** sa terapeuta na klijenta

kroz načine na koji terapeut tretira emocionalne sadržaje, obrađuje emocije klijenta i njegove verbalizacije (o tome ćemo govoriti detaljnije u poglavlju o transferu).

- **Prorađivanje otpora koji se nesvesno mogu pojavljivati u toku procesa ovladavanja kompetencijama, regresija na ranije odbrambene šeme u stresnim situacijama...**

Primer:

**Ravan sadržaja:** *Klijentkinja priča o svojoj anksioznosti vezanoj za napredovanje na višu poziciju na poslu. Razmišlja o tome da li da prihvati poziciju rukovodioca, kako će se pokazati, da li će napraviti neku veliku grešku pri odlučivanju. Ona je dobar radnik, vredna, pedantna, odana, temeljna...ali kada izvršava nešto što joj je rečeno da uradi. Kada je u situaciji da ona treba da donese neku odluku, treba joj blagoslov, nečija potvrda da je odluka ispravna. Onda može da je sprovede u delo. Misli da joj ne nedostaje znanje i poslovne kompetencije za obavljanje posla. Ali, nema hrabrosti i samopouzdanja kad treba nešto da uradi na svoju ruku, bez potvrde nekoga drugoga. Čak i kada misli da ima znanja potrebnog da to sprovede u delo oseća se nesigurnom da donese odluku. Eto, i sada kada misli da je svojim trudom i znanjem zaslužila višu poziciju, oseća veliku napetost povodom te odluke...*

**Terapeut:** *Imam utisak da i od mene očekujete blagoslov, potvrdu da je to dobra odluka i da ćete se dobro snaći na poslu?*

**Klijent:** *O, da. Svo vreme čekam da čujem od vas potvrdu, iako znam da vi ne dajete savete... Možda ne direktno, ali da nekako iz vaših reči izvučem nešto iz čega ću zaključiti da se slažete, da neću pogrešiti...da, neki blagoslov.*

**Terapeut:** *(na osnovu ranije iznetog materijala o odnosu sa majkom) To mi je poznato u vašem ponašanju...*

**Klijent:** *Mislite na moj odnos sa majkom? Da, to je vrlo slično. Ona je uvek znala sve najbolje...I govorila mi "samo me ti slušaj i biće ti dobro." I slušala sam je, kao i drugi u porodici... Takva sam i na poslu. i bilo mi je uglavnom dobro...samo tako se ne može napredovati. Nekako uvek ostajem poslušno dete. Imam i dve koleginice sa kojima sam u nekako sličnom odnosu, iako nisu na višoj poziciji od mena, a ipak kao da jesu...Da, i od njih tražim blagoslov kao da su sposobnije od mene, mudrije, promućurnije...pa sledim njihove odluke i uradim isto što i one...na primer, kad su one uzimale kredit za stan, i ja sam se usudila verujući da one neće da se pređu, da nešto ozbiljno pogreše...*

**Terapeut:** *(prepoznavanje kontraveštine, pokušaj pravljenja radnog saveza o promeni) Jasno mi je da tražite blagoslov i da se oslanjate na tuđe procene i preuzimanje odgovornosti. Tako se osećate sigurnije, ne preduzimate rizik greške. Ali, čini se i da vam to u isto vreme i smeta, ne da vam da napredujete u karijeri. Da li želite da radite na tome da promenite tu svoju osobinu, obrazac ponašanja?*

**Klijent:** *Da, to stvarno želim, samo ne znam kako. Razumem da sam sigurnija kad se oslanjam na drugoga, da mi je tako lakše...ali mi je, čini mi se, veća šteta nego korist od toga...smeje se: Ona vaša psihološka matematika, emocionalno računovodstvo...U poslu mi je to blisko, razumljivo, nema dobiti bez ikakvog rizika, to je moja branša...ali, u emocijama, tek sad vidim da loše poslujem kad igram na totalnu siguricu...No, kako se to radi, kako se postaje siguran u sebe, svoje odluke, kako se postaje hrabriji...?*

**Terapeut:** *(Prelazak na ravan procesa, emocionalne kompetencije-prenos funkcija) Hm, verujete da je majka imala sve te osobine koje i vi želite, promućurnost, hrabrost da donese odluke, kao i te vaše drugarice...samo vam nije prenela način na koji to radi, te njene veštine razmišljanja,*

odlučivanja, procenjivanja...Kao da ih malo mistifikujete, da su nešto što vama nije dostupno. Da pokušamo da ih zajedno odgonetnemo? Šta to, zapravo, umeju da rade u svojoj glavi vaše prijateljice i majka.

**Klijent:** Pa, ne znam za majku. Ona je samo iznosila gotova rešenja i tražila da se sluša to što kaže. Nije nikada mislila na glas. Za razliku od vas...to mi sada pada na pamet, vi ste skroz transparentni, tačno vidim kako nešto analizirate, kako dolazite do pretpostavki, proveravate ih sa mnom...taj put do zaključka mi je vidljiv, jasan. I kod koleginica mi je jasnije. One, kad nešto treba da odluče, pričaju o tome, o dilemama, dobrim i lošim stranama odluke, opasnostima, prednostima, mogućnostima rešenja ako se pojavi neka prepreka...Samo, ja sam i to mistifikovala, umesto da ih analiziram, da vidim kako to rade...pa da i ja naučim. Evo, sad prvi put, pokušavajući da odgovorim na vaše pitanje, čujem sebe kako osvešćujem šta one rade, šta vi radite...Hm, pa to i nije nešto što se ne može naučiti, samo mora da se prepozna i vežba.

**Terapeut:** Dobro ste to primetili. Umesto stalnog oslanjanja na nekoga možete mu skinuti "cake", veštine...Da probamo da ih još preciznije definišemo...Šta tačno vaše koleginice i ja radimo kada se nađemo pred nekom nejasnoćom, dilemom, odlukom...?

**Klijent:** Vas sam, iz potaje, snimala šta radite. Smeje se. Zavaljuje se u fotelju kao ja. Vi se parvo lepo ovako zavalite, onda često zapalite tu vašu cigaru, što za mene nije obavezno, mislim pušenje...duboko udahnete i pogledate negde gore desno. Ne dajete odmah odgovor, ne žurite, razmišljate. Čitala sam negde vaše tekstove o emocionalnim kompetencijama. Nisam baš stručnjak za to, ali mi pada na pamet da je to ono što zovete neutralizacija, valjda, smirivanje, spuštanje lopte.

**Terapeut:** Smeje se: dobro ste me snimili. A i dobro ste pretpostavili da je to neutralizacija. I teorijsko znanje o nekoj kompetenciji može da pomogne da je naučimo bolje. I, šta ste još snimili?

**Klijent:** Da, meni je to jako bitno, to vaše "što na um, to na drum", razmišljanje na glas. Tako mi je vaš um jasniji, način razmišljanja. Prvo me je fasciniralo kako zapažate nejasnoće, šta vam nije dovoljno jasno u mojoj priči, to traženje kristalne jasnoće, pojašnjenja svega što bi drugima prošlo...kod vas deluje da sve mora da ima smisla, da uvek za sve postoji neki razlog, samo ga treba naći, a krije se u nejasnoćama. I dok pojašnjavam vama, i ja sama sebi postajem jasnija...moja stanja, emocije, strahovi...Zašto se osećam tako kako se osećam...pa i zašto drugi ljudi rade to što rade...Sad ću opet da nagađam, jel to ta vaša mentalizacija? Vi to meni trenirate mentalizaciju? Smeje se.

**Terapeut:** Pa, ako nemate ništa protiv, treniram. A vi to učite uglavnom nesvesno, a izgleda sada i svesno. To smo se i dogovorili da radimo.

**Klijent:** Jesmo, jesmo...I sviđa mi se to. Mislim, skroz daje neku drugu dimenziju ovom našem radu...to prepoznavanje i učenje veština. Razmišljam i o koleginicama. Kako one o svemu dobro promisle, ne zaleću se, ne oduševljavaju mogućnostima, ali se ni ne prepadnu opasnosti. Nego, lepo, sve stave na vagu, pošteno odmere, strapljivo, bace na papir za i protiv, prikupe sve informacije, konsultuju se...ali ne kao ja da traže blagoslov, nego informacije, iskustva...Onda kad sklope celu sliku, odvagaju pa odluče...zato su valjda i sigurnije u svoje odluke... (prepoznavanje celovitosti objekta, tolerancije na ambivalenciju). Vidim da mi sada klimate glavom (smeje se). Ne kao blagoslov, mada bi stara ja to tako protumačila, već kao povratnu informaciju. Sada kada mi je jasniji zadatak, kada vidim šta treba da učim i da ja to mogu, nekako imam više volje za ovaj naš zajednički zadatak.

## 6. Zaključak

Rad sa otporom predstavlja jednu od najzahtevnijih i najznačajnijih tačaka psihodinamskog psihoterapijskog procesa. O.L.I. Integrativna psihodinamska psihoterapija polazi od klasičnog psihoanalitičkog razumevanja otpora kao nesvesnog protivljenja promeni, ali ga proširuje i produbljuje razvojnim i funkcionalnim pristupom koji otpor sagledava i kao indikator nedovoljno razvijenih kapaciteta ego za obradu emocionalnog iskustva.

Osnovni doprinos OLI IPP ogleda se u jasnom razlikovanju između mehanizama odbrane, kontraveština i zrelih emocionalnih kompetencija. Time se terapijski fokus pomera sa same interpretacije otpora ka sistematskom razvoju sposobnosti koje omogućavaju klijentu da realističnije opaža sebe i druge, reguliše afekte, podnosi frustraciju i ambivalenciju, donosi odluke i preuzima inicijativu. Otpor se, u tom smislu, ne posmatra isključivo kao prepreka terapiji, već i kao signal mesta na kome je razvoj zaustavljen i gde je potrebno učenje novih načina funkcionisanja.

Uvođenjem koncepta sekundarne dobiti i kontraveština, OLI IPP dodatno precizira razloge zbog kojih klijent ostaje vezan za nezrele obrasce, iako mu oni dugoročno nanose štetu. Proces koji se u ovom pristupu naziva „emocionalno računovodstvo“ omogućava klijentu da svesno sagleda unutrašnji konflikt između kratkoročnih dobitaka i dugoročnih razvojnih ciljeva, čime se otpor premešta iz nesvesnog suprotstavljanja u prostor svesnog izbora.

Specifičnost rada sa otporom u OLI IPP ogleda se i u dvostrukoj ravni terapijskog procesa: radu sa sadržajem i radu sa procesom. Dok se u ravni sadržaja zadržavaju klasični psihodinamski elementi – analiza odnosa, istorije razvoja, transfernih obrazaca i karakterne dinamike – u ravni procesa terapeut aktivno prati način na koji klijent obrađuje emocionalna iskustva. Time se terapijski rad proširuje sa pitanja „šta se dogodilo“ na pitanje „kako se to u meni obrađuje“, što predstavlja ključni pomak u razumevanju promene.

Uloga terapeuta u ovom procesu takođe dobija drugačiju dimenziju. Terapeut u OLI IPP nije samo analitičar koji interpretira otpor, već i aktivni učesnik u razvoju ego funkcija – privremeni „pomoćni ego“ koji kroz transparentan rad, verbalizaciju procesa i zajedničko promišljanje omogućava prenos funkcija na klijenta. Taj prenos se odvija kroz kombinaciju deklarativnog i proceduralnog učenja, čime se otpor ne „razbija“, već postepeno prevazilazi razvojem novih kapaciteta.

Na taj način, teorija promene u OLI IPP ostaje utemeljena u psihoanalitičkom razumevanju konflikta, transfera i otpora, ali se nadograđuje konceptima ego psihologije i savremenih razvojnih modela. Promena se ne meri samo stepenom uvida, već i stepenom u kojem je klijent sposoban da toleriše emocije, donosi odluke, preuzima odgovornost i funkcioniše autonomnije u odnosima i radu.

Zaključno, rad sa otporom u OLI Integrativnoj psihodinamskoj psihoterapiji može se razumeti kao proces u kojem se otpor prepoznaje, razume, ali i koristi kao putokaz ka razvoju. Umesto da bude isključivo prepreka, otpor postaje mesto intervencije, učenja i transformacije – tačka u kojoj se susreću nesvesni konflikti, razvojni zastoji i potencijal za zreliji, slobodniji način življenja.

## Literatura

- Akhtar, S. (1992). Tethers, orbits, and invisible fences: Clinical, developmental, sociocultural, and technical aspects of optimal distance. In *When the Body Speaks: Psychological Meanings in Kinetic Clues*, ed. S. Kramer & S. Akhtar. Northvale, NJ.
- Burnham, D. L., Gladstone, A. E., & Gibson, R. W. (1969). *Schizophrenia and the Need-Fear Dilemma*. New York: International Universities Press.
- Cmiljanović, O., & Škorić, J. (2024). *Psihoterapijske tehnike za razvoj bazičnih emocionalnih kompetencija*. Novi Sad: Centar za nestalu i zlostavljano decu.
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle: Selected papers*. Psychological Issues, 1, 1–171.
- Fonagy, P. (2001). *Attachment theory and psychoanalysis*. New York: Other Press.
- Fonagy, P. (2003). The development of psychopathology from infancy to adulthood: The mysterious unfolding of disturbance in time. *Infant Mental Health Journal*, 24(3), 212–239.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. New York: Other Press.
- Fonagy, P., & Target, M. (2005). Mentalization and the changing aims of child psychoanalysis (1998). In L. Aron & A. Harris (Eds.), *Relational psychoanalysis: Innovation and expansion* (Vol. 2, pp. 253–278). Analytic Press.
- Freud, S. (1908). On sexual theories of children. *Standard Edition*, IX.
- Freud, S. (1912). Recommendations to physicians practising psycho-analysis. *Standard Edition*, 12.
- Freud, S. (1914). *Remembering, Repeating and Working-Through (Further Recommendations on the Technique of Psycho-Analysis II)*. *Standard Edition*, 12, 145–156.
- Freud, S. (1917). *Introductory lectures on psychoanalysis* (pp. 378–391). Vol. 16. London: Hogarth Press, 1959.
- Freud, A. (1936). *The Ego and the Mechanisms of Defence*. London / New York: International Universities Press.
- Hartmann, H. (1939). Psycho-analysis and the concept of mental health. *International Journal of Psycho-Analysis*, 20, 308–321.
- Hartmann, H. (1939/1964). *Ego Psychology and the Problem of Adaptation*. New York: International Universities Press.
- Hartmann, H. (1950). Comments on the psycho-analytic theory of the ego. In *Essays on Ego Psychology*. London: Hogarth; New York: International Universities Press, 1964.
- Hartmann, H. (1952). The mutual influences in the development of ego and id. In *Essays on Ego Psychology* (pp. 155–182). New York: International Universities Press, 1964.
- Hartmann, H., Kris, E., & Loewenstein, R. M. (1951). Comments on the formation of psychic structure. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 6, 11–38.
- Hartman, D., & Zimberoff, D. (2003). The existential approach in Heart-Centered therapies. *Journal of Heart-Centered Therapies*, 6(1), 3–46.
- Ikonen, P. (1998). On phallic defense. *Scandinavian Psychoanalytic Review*, 21, 136–150.
- Jovanović, N. (2013). *Sposobnost za ljubav i rad: OLI integrativna psihodinamska psihoterapija*. Beograd: Beoknjiga.

- Jovanović, N. (2024). Vertical Unconsciousness and New Defense Mechanisms. *Insights – Journal of the European Association for Integrative Psychodynamic Psychotherapy*, 1, 50–75. ISSN 3042-3333.
- Jovanović, N. (2025). *Razvoj bazičnih emocionalnih kompetencija u O.L.I. integrativnoj psihodinamskoj psihoterapiji*. Beograd: Kreativna knjiga & OLI Centar.
- Jovanović, N., & Rudec, M. (2024). What is the approach to anxiety disorder in O.L.I. integrative psychodynamic psychotherapy: Eight types of panic attacks. *Insights – Journal of the European Association for Integrative Psychodynamic Psychotherapy*, 1, 1–28. ISSN 3042-3341.
- Jovanović, N., & Stevanović, A. (2024). Transformations of the Superego in Contemporary Individuals. *Insights – Journal of the European Association for Integrative Psychodynamic Psychotherapy*, 1, 74–101. ISSN 3042-3333.
- Klein, M. (1940). Mourning and its relation to manic-depressive states. In *Love, Guilt and Reparation*. London: Hogarth Press.
- Klein, M. (1948). *Contributions to Psychoanalysis (1921–1945)*. London: Hogarth Press.
- Kohut, H. (1971). *The Analysis of the Self*. New York: International Universities Press.
- Kris, E. (1951). The development of ego psychology. *Samiksa*, 5.
- Mahler, M. S., & Furer, M. (1963). Certain aspects of the separation-individuation phase. *Psychoanalytic Quarterly*, 32, 1–14.
- May, R. (1966). The problem of will and intentionality in psychoanalysis. *Contemporary Psychoanalysis*, 3, 55–70.
- Rank, O. (1972). Will therapy, 1929–31. In *Will Therapy and Truth and Reality*. New York: Knopf.
- Rapaport, D. (1959). The structure of psychoanalytic theory. In *Collected Papers* (Vols. 1–2). New York: Basic Books.