

Zašto razumevanje ne vodi uvek do promene: od uvida do psihičke transformacije

Elena Vladislavovna Lebedeva¹

Specijalista EKPP, Moskva, Rusija · ORCID: 0009-0003-9932-950X

(stručni rad)

Za citiranje: Lebedeva, E. V. (2026). Zašto razumevanje ne vodi uvek do promene: od uvida do psihičke transformacije. *Uvidi*, 3, str. 142-151. **DOI:** <https://doi.org/10.67978/INSIGHTS.2026.3.9>

Sažetak

U radu se razmatra problem ograničene delotvornosti interpretacije u psihodinamskoj psihoterapiji. Uprkos centralnom mestu interpretacije u klasičnoj psihoanalizi, kliničko iskustvo pokazuje da osveščivanje nesvesnih konflikata ne vodi uvek do trajne psihičke promene. Mnogi analizanti pokazuju visok nivo samorazumevanja i sposobni su da prilično precizno opišu sopstvene unutrašnje konflikte i mehanizme funkcionisanja, a ipak nastavljaju da reprodukuju ranije oblike doživljavanja i ponašanja.

Autorka razmatra razliku između intelektualnog uvida i psihičke transformacije. Posebna pažnja posvećena je pojmovima kontejniranja, alfa-funkcije i prerade emocionalnog iskustva, koje je razvio V. Bion (W. Bion) i koji su dalje razrađeni u savremenim teorijama analitičkog polja. U radu se iznosi pretpostavka da su terapijske promene povezane pre svega sa preobražajem emocionalnog iskustva koje se ranije nije moglo psihički preraditi, a ne da su neposredna posledica osveščivanja ranije neosvešćenih aspekata unutrašnjeg života.

Primljeno: 4. 6. 2026.

Prihvaćeno: 14. 6. 2026.

Objavljeno: 20. 9. 2026.

OPEN ACCESS

© autor, CC BY 4.0

Ključne reči: interpretacija, uvid, psihička transformacija, kontejniranje, analitičko polje.

Uvod: problem analizanta koji razume, ali se ne menja

Poslednjih godina sve češće srećem analizante koji u kabinet dolaze već dobro upoznati sa psihološkim jezikom. Oni znaju istoriju svojih trauma, sposobni su da govore o mehanizmima odbrane, obrascima afektivne vezanosti i uticaju ranog iskustva na sadašnji život. Neki s lakoćom povezuju ono što se dešava u sadašnjosti sa događajima iz prošlosti i ponekad naslute terapeutove interpretacije i pre nego što budu izgovorene.

Spolja gledano, može izgledati da je takav rad blizu završetka. Ipak, klinička stvarnost često izgleda drugačije. Prođe mesec, godina, ponekad nekoliko godina, a uobičajeni načini doživljavanja i uspostavljanja odnosa ostaju gotovo nepromenjeni. Nastavljaju da se ponavljaju slični konflikti, vraćaju se poznata stanja anksioznosti, bespomoćnosti ili usamljenosti.

Ovaj paradoks zaslužuje posebnu pažnju. Ako razumevanje zaista ima preobražavajuću moć, zašto duboko samospoznanje tako često ne dovodi do vidljive promene? Zašto znanje o sopstvenoj patnji ne oslobađa od nje?

Najočigledniji odgovor jeste pretpostavka da analizant još uvek nije dovoljno razumeo sebe. Možda postoji preciznija interpretacija, dublji nivo konflikta ili još neotkriveni

¹ E-pošta: Lebedeva-1@mail.ru

nesvesni smisao. Međutim, kliničko iskustvo nas primorava da posumnjamo u takvo objašnjenje.

Sposobnost da se o doživljaju govori nipošto ne znači i sposobnost da se on proživi. Moguće je detaljno opisivati sopstveni bol a istovremeno ostati odvojen od njega, razumeti uzroke anksioznosti a i dalje biti pod njenom vlašću, videti razorni karakter svojih odnosa a iznova reprodukovati isti scenario.

Postepeno postaje očigledno da između razumevanja i promene ne postoji neposredna veza.

Ovo pitanje dotiče jedan od centralnih problema psihoanalitičke teorije: šta tačno proizvodi psihičke promene? Osveščivanje? Interpretacija? Uvid? Ili u terapijskom procesu deluje nešto drugo, što se ne može svesti na sticanje novog znanja o sebi?

Istorija psihoanalize je u mnogome istorija postepenog preispitivanja uloge interpretacije. Dok je klasični model pažnju usmeravao prvenstveno na otkrivanje potisnutog sadržaja, kasniji pravci sve su se češće okretali pitanju o tome kako emocionalno iskustvo postaje dostupno za psihičku preradu.

Posebno mesto u tom kretanju zauzimaju ideje Vilfreda Biona. Njegov rad pomerio je fokus pažnje sa sadržaja nesvesnog na sposobnost psihe da prerađuje emocionalno iskustvo. U središtu se više ne nalazi skriveno značenje simptoma, već uslovi pod kojima doživljaj može biti preobražen u misao.

Takva perspektiva omogućava da se problem analizanta koji razume, ali se ne menja, sagleda drugačije. Možda izvor patnje opstaje ne zbog nedostatka znanja, već zato što određeno emocionalno iskustvo ostaje neprerađeno.

Tada zadatak terapije daleko prevazilazi objašnjavanje. Pred analitičarem se javlja potreba da stvori prostor u kome doživljaj može da dobije formu, značenje i mesto u analizantovom unutrašnjem svetu.

Upravo taj prelaz, od razumevanja ka psihičkoj transformaciji, biće predmet daljeg razmatranja.

Uvid kao neophodan, ali nedovoljan uslov terapije

U ranim radovima Sigmunda Frojda (Freud) može se pratiti vera u preobražavajuću moć osveščivanja. Ono što je bilo potisnuto trebalo je da postane dostupno svesti; ono što se odigravalo kroz simptom trebalo je da dobije mogućnost da bude shvaćeno i imenovano. Pretpostavljalo se da se psihički konflikt razrešava kroz svoje postepeno otkrivanje. Frojd je terapijski efekat analize vezivao za širenje područja svesti i pretvaranje nesvesnog u svesno (Freud, 2006).

Klinička praksa, međutim, ubrzo je pokazala da je situacija znatno složenija.

Među prvima je na ovu protivrečnost ukazao Džejms Strejči (James Strachey). Analizirajući prirodu terapijskog dejstva psihoanalize, došao je do zaključka da promene ne zavise samo od sadržaja interpretacije, već i od emocionalnog konteksta u kome ona nastaje. Upravo u tom kontekstu Strejči uvodi pojam mutativne interpretacije (mutative interpretation). Njen terapijski efekat nije određen prenošenjem novog znanja o sebi, već time što interpretacija nastaje unutar živih odnosa transfera i doprinosi promeni načina na koji se ti odnosi doživljavaju (Strachey, 1934).

Ova ideja predstavljala je važan korak u razvoju psihoanalitičke misli. Kasnije je Bion (2008) pomerio težište psihoanalitičkog rada sa otkrivanja nesvesnih značenja na sposobnost psihe da prerađuje emocionalno iskustvo. Savremeni autori unutar tradicije analitičkog polja, sa svoje strane, analitičku situaciju posmatraju kao prostor

zajedničkog preobražaja doživljaja, gde je promena povezana s pojavom novih oblika simbolizacije iskustva (Ferro, 2007; Ferro i Civitarese, 2024).

Tako pitanje o granicama interpretacije nastaje unutar same istorije psihoanalize i odražava postepeni prelaz sa modela otkrivanja skrivenog sadržaja na model preobražaja emocionalnog iskustva.

Analizanti se često slažu s analitičarevim interpretacijama, priznaju njihovu tačnost, dalje razvijaju predloženu misao i nalaze joj potvrdu u sopstvenoj biografiji. Ipak, intelektualnu saglasnost ne prati uvek i unutrašnja promena. To je naročito jasno kod onih čije funkcionisanje uključuje visoku sposobnost refleksije. Oni su u stanju da konstruišu složena i ubedljiva objašnjenja sopstvenih stanja, ali pažljivo posmatranje pokazuje da njihov psihički život može ostati gotovo nepokretan. U takvim slučajevima uvid počinje da obavlja odbrambenu funkciju, održavajući distancu prema emocionalnom iskustvu.

Čovek može mnogo puta govoriti o svojoj usamljenosti, detaljno opisivati okolnosti svog života i razloge nepoverenja prema ljudima. Ali u jednom trenutku tokom seanse, u prostoriju ulazi sama usamljenost. Pauza postaje duža, glas se menja, javlja se osećaj unutrašnje praznine koja je ranije postojala samo u obliku priče.

Takva klinička zapažanja navode na pretpostavku da se psihička transformacija ne iscrpljuje gomilanjem uvida i interpretacija. Razumevanje zadržava važan značaj, ali samo po sebi još ne objašnjava kako dolazi do unutrašnjih promena. To nas primorava da se okrenemo pitanju o sudbini emocionalnog iskustva unutar psihe i o uslovima pod kojima doživljaj postaje dostupan mišljenju.

Nepreradeno emocionalno iskustvo

Bion (2008) je predložio da se mišljenje ne posmatra kao izvorna sposobnost psihe, već kao rezultat prerade emocionalnog iskustva. Prema njegovom shvatanju, ne postaje svaki doživljaj odmah predmet promišljanja. U početku emocionalno iskustvo može postojati u obliku sirovih utisaka koji još nisu dobili psihičku reprezentaciju i zato ostaju nedostupni mišljenju.

Da bi opisao takva stanja, uveo je pojam beta-elemenata (Bion, 2008). Oni nemaju psihičke reprezentacije i zato se ne mogu koristiti za mišljenje, pamćenje ili simbolizaciju. Usled toga psiha teži da ih se oslobodi kroz akciju, somatizaciju ili projektivnu identifikaciju.

Ova ideja omogućava da se drugačije sagleda mesto interpretacije u analitičkom radu. Savremena psihoanalitička kultura i dalje je sklona da interpretaciju posmatra kao glavni instrument promene. Ipak, postavlja se pitanje: šta se tačno interpretira ako emocionalno iskustvo još nije dobilo psihičku formu?

U takvim situacijama interpretacija može biti preuranjena. Analizant je u stanju da razume njen sadržaj, da se s njom složi, pa čak i da je uključi u sopstvenu priču o sebi, ali to još ne znači psihičku promenu. Naprotiv, ishitreno objašnjenje ponekad pogoduje intelektualizaciji doživljaja. Umesto susreta s emocionalnim iskustvom, nastaje još jedan oblik distance prema njemu. Zato značaj interpretacije nije određen samo njenim sadržajem, već i stanjem psihe u trenutku susreta s njom. Jedna te ista interpretacija može se pokazati preobražavajućom u jednom slučaju i gotovo beskorisnom u drugom. Njena terapijska vrednost zavisi od toga da li može da se uključi u proces prerade emocionalnog iskustva ili ne.

Jedna od centralnih Bionovih ideja jeste da ne postaje svako emocionalno iskustvo predmet mišljenja. Neki doživljaji ispostavljaju se kao suviše intenzivni ili suviše rani za psihičku preradu. Oni ne dobijaju ime, ne povezuju se s drugim elementima unutrašnjeg života i ne postaju deo osmišljenog iskustva. Umesto toga, oni nastavljaju da postoje u obliku emocionalnog dejstva, ispoljavajući se kao neobjašnjiva anksioznost, iznenadni bes, osećaj unutrašnje praznine, somatski simptomi ili razorni oblici ponašanja.

Ovde nije reč o mislima ili osećanjima u uobičajenom smislu. Pre je reč o fragmentima emocionalne stvarnosti koji još nisu dobili formu i značenje. Takvo iskustvo ne može se pamtititi ni simbolizovati, jer ga psiha nikada zaista nije ni preradila.

Ova perspektiva omogućava da se mnogim kliničkim fenomenima priđe na nov način. Analizant koji iznova ulazi u razorne odnose ne reprodukuje uvek poznati scenario kao rezultat nesvesnog izbora. Ponekad njime ovladava emocionalno iskustvo koje se ne može reprezentovati unutar psihe i zato se neprestano odigrava spolja. Slično se mogu razumeti i neki oblici somatizacije i projektivne identifikacije, kada se neprerađeno iskustvo izražava kroz telo ili počinje da postoji u umu druge osobe.

Takva zapažanja primoravaju nas da se udaljimo od predstave o psihoterapiji kao radu isključivo sa značenjima. Značenja se obično ne pojavljuju odmah. Na početku analitičkog rada često srećemo emocionalno iskustvo koje još nije postalo predmet mišljenja. Čovek u kabinet ne donosi samo priču o svojim doživljajima, već same doživljaje: anksioznost, strah, bespomoćnost ili očajanje koji se još ne mogu misliti.

Iz tog razloga, pred analitičarem stoji zadatak fundamentalniji od interpretacije. Neophodno je pomoći da doživljaj postane podnošljiv. Kliničko iskustvo pokazuje da se sposobnost da se emocionalno iskustvo proživi i sposobnost da se o njemu misli ne razvijaju uvek istovremeno. Dok god doživljaj ostaje nepodnošljiv, psiha će težiti da ga se oslobodi kroz akciju, telo, odnose ili samog analitičara.

Tek pošto emocionalno iskustvo postane podnošljivo, javlja se mogućnost mišljenja. Bion (2008) je taj proces nazvao alfa-funkcijom. Njen zadatak je da emocionalno iskustvo preobrazi u materijal pogodan za mišljenje, pamćenje, fantaziju i simbolizaciju. Kroz taj proces haotični utisci postepeno dobijaju psihičku formu i postaju deo unutrašnje stvarnosti.

S te tačke gledišta, psihički razvoj povezan je sa širenjem sposobnosti za preradu emocionalnog iskustva. U psihoterapiji je zato važno ne samo ono što se doživljava, već i ono što postaje dostupno za sadržavanje, mišljenje i simbolizaciju. Upravo ta sposobnost stvara uslove za psihičku transformaciju.

Ova perspektiva neposredno vodi ka pojmu kontejniranja. Ako analizant emocionalno iskustvo još ne može da sadrži i misli, javlja se potreba za psihičkim prostorom unutar koga takva prerada postaje moguća.

Kontejniranje: sposobnost podnošenja

Ako je izvor psihičke promene povezan s preradom emocionalnog iskustva, postavlja se pitanje kako ta prerada postaje moguća.

Svaki analitičar se susreće sa situacijama u kojima čovek u kabinet donosi stanje koje je teško opisati običnim jezikom. To može biti anksioznost bez očiglednog uzroka, doživljaj unutrašnjeg raspadanja, osećaj praznine, bes ili tuga. Takva stanja retko postoje u obliku koherentne priče. Češće se ispoljavaju kroz atmosferu seanse.

Čovek može govoriti o svakodnevnim događajima, dok analitičar postepeno počinje da oseća napetost, zbunjenost, anksioznost, besmislenost onoga što se dešava ili očajanje.

Čini se da je najvažniji sadržaj prisutan u prostoriji, izvan reči.

Suočen s intenzivnim emocionalnim stanjem, analitičar često oseća poriv da onome što se dešava što pre dâ značenje. Želja da se doživljaj poveže s prošlošću ili smesti u neku teorijsku konstrukciju je razumljiva. Ipak, takva pozicija nosi izvestan rizik. Ishitreno objašnjenje može obavljati odbrambenu funkciju i pomoći analitičaru da se distancira od emocionalne stvarnosti druge osobe. U tom slučaju interpretacija počinje da služi ne istraživanju doživljaja, već njegovom izbacivanju.

Ako emocionalno iskustvo još nije dobilo psihičku formu, interpretacija često ostaje tek intelektualna informacija. Čovek je može razumeti i prihvatiti, a ipak do unutrašnje promene ne dolazi. Štaviše, preuranjeno objašnjenje može pojačati distancu između subjekta i njegovog doživljaja, pretvarajući razumevanje u način izbegavanja emocionalnog kontakta.

Bion je predložio drugačije viđenje analitičarevog zadatka. U njegovom modelu, primarna funkcija majke nije da objasni odojčeve doživljaje, već da ih primi i sadrži. Odojče donosi strah, uzbuđenje, glad, frustraciju i užas u još neuobičajenom stanju. Zadatak majke je da to iskustvo primi, preradi ga unutar sopstvenog psihičkog aparata i vrati ga detetu u podnošljivijem obliku. Bion je taj proces označio pojmom kontejniranja (Bion, 2008).

U analitičkom radu, kontejniranje znači sposobnost da se doživljaj primi a da se odmah ne teži da ga se čovek oslobodi ili da mu se dâ konačno značenje. Ono što se donosi u kabinet nije samo sadržaj misli i sećanja, već i oni aspekti doživljaja koji se još ne mogu samostalno sadržati. Analitičar mora da podnese periode neizvesnosti, održavajući kontakt s doživljajem sve dok on ne postane dostupan mišljenju.

U tom smislu, kontejniranje nije toliko tehnička procedura koliko određena unutrašnja pozicija analitičara. Postepeno analizant počinje da koristi tu funkciju kao model za formiranje sopstvenih psihičkih sposobnosti. On otkriva da se doživljaj može sadržati a da se ne uništi i da on sam ne bude njime uništen; da anksioznost može postati predmet refleksije, a bol deo unutrašnjeg iskustva.

Upravo pod takvim uslovima postaje moguća unutrašnja transformacija. Doživljaj koji je ranije postojao kao nepodnošljivo stanje postepeno dobija psihičku formu i postaje dostupan mišljenju. Kontejniranje stvara uslove za taj proces.

S te tačke gledišta, analitički rad nije ograničen na prenošenje novog razumevanja. Njegov značaj leži u stvaranju uslova u kojima emocionalno iskustvo može biti sadržano, prerađeno i mišljeno. Ova perspektiva prirodno vodi ka sledećem pitanju: gde se tačno odvija ta transformacija, unutar analizanta, unutar analitičara, ili u posebnom prostoru koji nastaje između njih u analitičkom susretu?

Analitičko polje kao prostor transformacije

Pojam analitičkog polja postao je jedan od najznačajnijih pravaca u razvoju postbionovske misli. Fero (Ferro, 2007) ga posmatra kao emocionalno okruženje zajedničkog stvaranja značenja, u kome materijal analitičke seanse stvaraju oba učesnika u procesu. U tom pristupu, analizantov unutrašnji svet prestaje da se posmatra kao nepromenljiv predmet istraživanja i postaje deo neprekidno razvijajuće emocionalne stvarnosti.

Razvijajući ovu liniju mišljenja, Fero i Čivitareze (Ferro i Civitarese, 2024) naglašavaju da je analitičko polje prostor emocionalne rezonance, gde psihički sadržaj dobija novu formu i postaje dostupan mišljenju.

Ako nam kontejniranje pomaže da razumemo kako emocionalno iskustvo postaje podnošljivo, teorija polja nam omogućava da vidimo gde se taj rad odvija. Tokom analitičkog susreta nastaje posebna stvarnost koja ne pripada isključivo nijednom učesniku. Materijal seanse formira se u prostoru zajedničke nesvesne interakcije.

Analizant donosi fragmente svog unutrašnjeg sveta: osećanja, sećanja, fantazije, telesne senzacije. U procesu zajedničkog rada ti elementi se postepeno povezuju jedni s drugima, dobijaju nova značenja i uključuju se u širi kontekst psihičkog života.

Dok se analitičar nekada shvatao prvenstveno kao tumač skrivenih značenja, sada se sve veći značaj pridaje njegovom učešću u stvaranju uslova pod kojima značenja mogu da nastanu. Emocionalna stvarnost koja se javlja u analizi nije gotov sadržaj koji čeka da bude dešifrovan, već živi proces koji se razvija i preobražava u samom susretu.

Promene ne postaju uvek vidljive u trenutku interpretacije. Čovek može napustiti seansu bez osećaja važnog otkrića ili novog razumevanja, a ipak posle izvesnog vremena primetiti da se sam način proživljavanja sopstvenog iskustva promenio. Stanja koja su se ranije doživljavala kao nepodnošljiva postaju podnošljivija, a afekti koji su zahtevali neposrednu akciju ili pražnjenje postepeno dobijaju mogućnost da budu mišljeni.

U tom smislu, analitičko polje se može shvatiti kao prostor psihičke transformacije. Ovde postaje moguć prelaz od neposrednog emocionalnog dejstva ka njegovoj unutrašnjoj preradi. Ono što je ranije postojalo kao nepodnošljivo stanje postepeno dobija simbolički oblik i utkiva se u tkivo unutrašnjeg života.

Klinička vinjeta

Tridesetpetogodišnja analizantkinja potražila je terapiju zbog ponovljenih neuspeha u odnosima. Svaka nova veza počinjala je intenzivnom emocionalnom uključenosti i očekivanjem bliskosti, ali se posle nekoliko meseci odnos neizostavno pretvarao u izvor anksioznosti, ljubomore i bolnog osećaja odbačenosti.

Do trenutka kada je naš rad počeo, ona je već imala višegodišnje iskustvo u psihoterapiji. Dobro se snalazila u psihološkoj literaturi, slobodno je koristila stručnu terminologiju i pokazivala visok nivo refleksije.

U ranim fazama terapije činilo se da je svoju ličnu istoriju razumela prilično duboko. Analizantkinja je detaljno govorila o majci koja je umela da smenjuje periode topline s periodima emocionalne hladnoće i odbacivanja. S lakoćom je povezivala svoj sadašnji strah od gubitka odnosa s ranim iskustvom afektivne vezanosti, razumela poreklo svoje ljubomore i govorila o zavisnosti od objekta, separacionoj anksioznosti i nesvesnom očekivanju napuštanja.

Svaka nova interpretacija brzo se uključivala u već uspostavljen sistem samorazumevanja. Ipak, posle godinu dana rada postalo je jasno da to razumevanje gotovo da nije uticalo na prirodu njenih emocionalnih reakcija. Ako partner ne bi odgovorio na poruku ili bi otkazao susret, sve nagomilano razumevanje kao da bi nestalo. Iznova bi je preplavila panika: noći su prolazile bez sna, telefon je beskonačno proveravan, a čekanje na odgovor pretvaralo se u gotovo fizički doživljen bol.

Interpretacije koje su se ticale straha od napuštanja primala je sa spremnošću. Slagala se, razumela i dalje razvijala misao. Ipak, iznutra se ništa nije menjalo.

Postepeno je u radu počeo da se javlja osećaj da je u ćorsokaku. Svaka seansa delovala je smisleno i produktivno, ali iza tog utiska krila se čudna nepokretnost procesa.

Posebno važni pokazali su se moji sopstveni doživljaji. U jednom trenutku počelo je da mi se čini da se terapija vrti u krug. Osetila sam želju da pronađem novu interpretaciju koja bi konačno omogućila da rad krene napred. Kasnije je postalo jasno da je ta težnja reprodukovala istu dinamiku u kojoj je i sama analizantkinja bila zarobljena: obe smo pokušavale da izbegnemo susret s doživljajem praznine ispunjavajući ga potragom za objašnjenjima. Vremenom je postalo očigledno da je upravo ta atmosfera bila deo analitičkog materijala.

Iza beskrajnih razgovora o odnosima krilo se nešto drugo. Govorila je o svojoj anksioznosti, ali je gotovo nikada nije doživljavala u kabinetu. Govorila je o bolu, a ipak je sam bol ostajao izvan analitičkog susreta. Postepeno su se reči pretvarale u način održavanja distance prema emocionalnom iskustvu.

Prekretnica je nastupila tokom jedne seanse. Analizantkinja je govorila o nedavnom sukobu s partnerom i odjednom je začutala. Obično su se takve pauze brzo popunjavale objašnjenjima, refleksijama ili pitanjima. Ovog puta dogodilo se nešto drugo.

Posle duge tišine tiho je rekla:

„Čini mi se da ću, ako neko prestane da me voli, jednostavno nestati.“

U prostoriji se javio osećaj gotovo fizičke ranjivosti. Po prvi put nije bila reč o istoriji odnosa, ni o majci, ni o afektivnoj vezanosti, ni o strahu od napuštanja kao psihološkom pojmu. U analizi se pojavio sam doživljaj.

Iza reči o ljubomori i zavisnosti otkrio se strah od unutrašnjeg nebića. Postalo je jasno da se ona ne plaši toliko gubitka objekta koliko gubitka sopstvenog postojanja u njegovom odsustvu.

To razumevanje, međutim, nije dovelo do neposredne promene. Naprotiv, tokom narednih nedelja žena kao da je izgubila interesovanje za rad koji se odvijao. Počela je češće da kasni na seanse, donosila je uglavnom svakodnevni materijal i detaljno govorila o problemima na poslu i o odnosu s partnerom. Analitički proces sve se više pomerao ka intelektualizaciji.

U jednom trenutku javio se osećaj da se vraćamo na početnu tačku. Kasnije je postalo jasno da je i to kretanje bilo deo procesa. Približavanje doživljaju unutrašnjeg nebića pokazalo se toliko anksiogenim da je psiha težila da kroz razgovore, objašnjenja i analizu spoljašnjih događaja povрати svoju uobičajenu distancu.

To je bilo naročito jasno u kontratransferu. Posle nekih seansi javljao se osećaj dosade i besmislenosti. Postojala je želja da se proces ubrza ili da se vratimo interpretacijama koje su ranije delovale produktivno. Postepeno je postalo moguće da se ta stanja sagledaju kao odraz ćorsokaka u kome je i sama analizantkinja bila zarobljena.

Mnogo meseci to iskustvo bilo je prisutno u terapiji, ostajući skriveno iza brojnih objašnjenja. Posle prvog susreta s doživljajem praznine, dugo je izbegavala tu temu, vraćajući se razgovorima o partneru, prepisci i svakodnevnim sukobima. Svaki put kada bi se razgovor približio unutrašnjem osećaju nebića, pažnja bi se ponovo pomerala na spoljašnje događaje.

Narednih meseci fokus rada postepeno se pomerio sa analize odnosa na istraživanje same praznine. Bilo je više pauza, više tišine, manje interpretacija i više pažnje prema onome što se u sadašnjem trenutku javljalo između nas.

Vremenom je počela da primećuje koliko brzo pokušava da svaku emocionalnu prazninu ispuni govorom, fantazijama ili anksioznim mislima. Postepeno je postalo moguće razlikovati trenutke kada se strah od napuštanja javljao i pre nego što bi se pojavili ikakvi stvarni znaci odbacivanja.

Ono što se promenilo nije bio toliko skup uverenja koliko njen odnos prema sopstvenim stanjima. Anksioznost nije nestala, ali je prestala da se doživljava kao apsolutna stvarnost. Pojavio se prostor za posmatranje. Javila se sposobnost da ostane uz svoje stanje a da se u njemu potpuno ne rastoči.

Nešto kasnije izgovorila je rečenicu koja je, po mom mišljenju, odrazila suštinu promene koja se dogodila:

„Ranije mi se činilo da se, ako osetim tu prazninu, sa mnom dešava nešto zaista strašno. Sada razumem da je mogu osetiti i da i dalje ostanem ono što jesam.“

U tim rečima postala je vidljiva promena koju je teško svesti na uvid ili na novo znanje o sebi. Promenio se sam način proživljavanja doživljaja koji se ranije osećao kao nepodnošljiv.

Takva klinička zapažanja primoravaju nas da se još jednom vratimo pitanju o prirodi psihičke promene. Ako se terapijska transformacija ne može svesti na osvešćivanje nesvesnih konflikata, šta to tačno čovek stiže tokom analitičkog rada?

Šta se menja tokom analitičkog rada

Kliničko iskustvo pokazuje da psihička transformacija ne pogađa samo sadržaj unutrašnjeg sveta, već i načine psihičkog funkcionisanja. Tokom analitičkog rada menja se odnos prema sopstvenom emocionalnom iskustvu.

U ranim fazama terapije mnoge analizante obuzimaju njihovi doživljaji. Anksioznost se doživljava kao pretnja, usamljenost kao potvrda sopstvene nepoželjnosti, a stid kao dokaz unutrašnje manjkavosti. Doživljaj i predstava o sebi su stopljeni.

Kako se analitički proces razvija, ta stopljenost postepeno ustupa mesto sposobnosti za unutrašnje posmatranje. Doživljaji zadržavaju svoj emocionalni značaj, ali prestaju da potpuno određuju psihički život. Javlja se mogućnost da se oni drže unutar prostora mišljenja, da se o njima razmišlja i da se povežu s drugim aspektima unutrašnjeg iskustva.

Reč je o razvoju sposobnosti da se emocionalno iskustvo preobrazi u predmet unutrašnjeg mišljenja. Strah se može doživeti kao strah, bol može postati predmet refleksije, a gubitak može zadržati svoj značaj a da ne razori sposobnost da se misli o onome što se dešava. Ta mogućnost formira se unutar odnosa i postepeno se internalizuje kao stabilna psihička funkcija.

Jedan od rezultata analitičkog rada jeste razvoj unutrašnjih funkcija kontejniranja. Formira se sposobnost da se podnesu neizvesnost i frustracija, da se održi kontakt sa sopstvenim doživljajima i da se ne pribegava neposrednom pražnjenju kroz akciju.

Takve promene postaju vidljive i daleko izvan analitičke situacije. Raste sposobnost podnošenja ambivalencije, smanjuje se zavisnost od impulsivnih načina reagovanja, a javlja se veća sloboda u odnosu prema sopstvenom emocionalnom iskustvu. S te tačke gledišta, psihička transformacija jeste razvoj sposobnosti da se bude subjekt sopstvenog iskustva. Doživljaji prestaju da se doživljavaju kao nešto što potpuno određuje unutrašnji život i postaju deo psihičke stvarnosti koja se može sadržati, misliti i uključiti u širi kontekst sopstvenog postojanja.

Zato se terapijska promena retko javlja kao rezultat jednog jedinog uvida ili jedne tačne interpretacije. Češće je ona rezultat postepenog formiranja unutrašnjih uslova kroz koje emocionalno iskustvo dobija formu, značenje i mesto u psihičkom životu.

Zaključak: od znanja o sebi ka sposobnosti da se bude sa sobom

Pitanje o tome šta tačno proizvodi psihičku promenu ostaje jedno od centralnih pitanja psihoanalize. Dugo se vremena interpretaciji i uvidu pripisivala vodeća uloga u objašnjavanju terapijskog dejstva. Ipak, kliničko iskustvo pokazuje da razumevanje sopstvenih konflikata ne dovodi uvek do trajne unutrašnje promene.

Ideje razmotrene u ovom radu upućuju na to da presudno nije znanje o sebi kao takvo, već sudbina emocionalnog iskustva unutar psihe. Moguće je duboko razumeti uzroke svojih doživljaja a zadržati isti način njihovog proživljavanja. Transformacija postaje moguća kada emocionalno iskustvo koje se ranije opiralo mišljenju postane sposobno da bude sadržano, prerađeno i uključeno u unutrašnji život.

S te tačke gledišta, kontejniranje i analitičko polje nisu pomoćni elementi terapije, već uslovi unutar kojih se odvija psihička promena. Upravo unutar odnosa postaje moguć preobražaj doživljaja u misao, i afekta u iskustvo koje se može misliti i prisvojiti.

Rezultat analitičkog rada zato se ne može svesti na gomilanje uvida ili na postizanje potpunijeg samorazumevanja. Daleko je značajniji razvoj sposobnosti da se ostane u kontaktu sa svojom psihičkom stvarnošću a da se ne pribegava njenom neposrednom poricanju, izbacivanju ili odigravanju.

U tom smislu, psihoanaliza podrazumeva ne samo širenje znanja o sebi, već i razvoj sposobnosti da se ostane u kontaktu sa sopstvenim emocionalnim iskustvom. Tamo gde doživljaj dobija formu, značenje i mesto u unutrašnjem životu, postaje moguće ne samo razumevanje, već i psihička transformacija.

Reference

- Bion, W. R. (2008). *Naučenje kroz iskustvo doživljavanja* [Learning from experience]. Moskva: Kogito-Centar. (na ruskom)
- Ferro, A. (2007). *Psihoanaliza: stvaranje priča* [Psychoanalysis: Creating stories]. Moskva: Nezavisimaja firma „Klass“. (na ruskom)
- Ferro, A., & Civitarese, G. (2024). *Analitičko polje i njegove transformacije* [The analytic field and its transformations]. Moskva: Beta 2 Alpha. (na ruskom)
- Freud, S. (2006). *Uvod u psihoanalizu: predavanja* [Introductory lectures on psychoanalysis]. Sankt Peterburg: Azbuka-Klasika. (na ruskom)
- Strachey, J. (1934). The nature of the therapeutic action of psycho-analysis. *International Journal of Psycho-Analysis*, 15, 127–159.

Abstract

The article examines the problem of the limited effectiveness of interpretation in psychodynamic psychotherapy. Despite the central place of interpretation in classical psychoanalysis, clinical experience shows that the awareness of unconscious conflicts does not always lead to stable psychic change. Many analysands demonstrate a high level of self-understanding and are able to describe their internal conflicts and mechanisms of functioning with considerable precision, yet they continue to reproduce previous modes of experiencing and behaviour.

The author considers the distinction between intellectual insight and psychic transformation. Particular attention is given to the concepts of containment, alpha function, and the processing of emotional experience, developed by W. R. Bion and further elaborated in contemporary theories of the analytic field. The article proposes

that therapeutic change is associated primarily with the transformation of emotional experience that had previously resisted psychic processing, rather than being a direct consequence of becoming aware of previously unconscious aspects of inner life.

Keywords: interpretation, insight, psychic transformation, containment, analytic field.