

"Psihologii trebuie sa renunte la iluzia unui singur adevar"

Scris de Psihologie.ro

Vineri, 04 Aprilie 2008 23:47 - Ultima actualizare Luni, 28 Aprilie 2008 04:22



Helene Cadot, psiholog clinician si psihoterapeut francez specializat in analiza tranzactionala si psihoterapie integrativa, a acordat site-ului nostru un interviu in exclusivitate. Helene Cadot a sustinut, la Bucuresti, in zilele de 12-13 aprilie, cursul ["Relatia cu pacientul si nevoile relationale ale psihoterapeutului"](#)

Helene Cadot este psiholog clinician, psihoterapeut si este specializata in analiza tranzactionala CTA – PTSTA (P), fiind totodata certificata ca trainer si supervizor de Asociatia Internationala de Psihoterapie Integrativa (IIPA).

Spuneti-ne cateva cuvinte despre formarea dvs si activitatile dvs. profesionale.

Inainte de a urma cursurile de psihologie la Universitatea de Psihologie Clinica, si implicit de a deveni psiholog clinician, am calatorit mult, am invatat limbi si culturi straine, am muncit in diverse tari (Franta, Germania, Japonia). Am obtinut diploma de studiu de la Institutul de Limbi si Civilizatii Orientale din Paris (limba si civilizatia japoneza). Am trait 3 ani in Japonia, la Kyoto, am muncit la Osaka si Kyoto si am calatorit mult prin Asia in aceasta perioada. Mi-am dezvoltat profund abilitatea de a comunica cu oameni din alte culturi.

La intoarcerea in Europa, am studiat 5 ani Psihologia si m-am format timp de mai mult ani in psihanaliza freudiana, Gestalt si analiza tranzactionala, cu formatori din diferite tari si de diverse abordari (din Italia, Argentina, America, Franta etc.). Am fost certificata CTA, apoi PTSTA, in psihoterapie.

M-am format timp de 15 ani in psihoterapie integrativa, in abordarea initiata de Richard Erskine. I-am tradus cartea "Integrative Psychotherapy in action" si principalele articole in franceza.

Puteti citi, in franceza, un articol tradus de Helene Cadot, la www.integrativetherapy.com.

In 2007, am obtinut certificarea de trainer si supervizor din partea Asociatiei Internationale de Psihoterapie Integrativa (IIPA). Sunt membra a Comitetului de Standarde de Formare si

"Psihologii trebuie sa renunte la iluzia unui singur adevar"

Scris de Psihologie.ro

Vineri, 04 Aprilie 2008 23:47 - Ultima actualizare Luni, 28 Aprilie 2008 04:22

membru al Comitetului Editorial al revistei editate de IIPA. Predau "Psihoterapie integrativa" in cadrul congreselor anuale ale Asociatiei, impreuna cu o echipa multiculturala.

Site-ul oficial al IIPA este www.integrativeassociation.com.

Sunt de 25 de ani psihoterapeut independent, fac terapie cu adulti (individuala, de cuplu si cu grupuri). Formez si supervizez de 9 ani psihoterapeuti si ii pregatesc pentru certificare. De cativa ani, particip la programul international de formare in analiza tranzactionala creat de John Parr, in Romania (Bucuresti si Timisoara). Am fost invitata de mai multe ori sa formez viitori psihoterapeuti in analiza tranzactionala si psihoterapie integrativa in Slovenia.

Exista tendinta in psihologie de a integra diverse orientari teoretice in practica terapeutica? De ce?

Traditional, dezvoltarea psihologiei a fost influentata de ideea "adevarului" (originara din stiinte si filozofie). Ori, de la jumatatea secolului XX, s-a ajuns la intelegerea ca diferitele teorii, discursuri (psihologice sau de alt fel) sunt, de fapt, doar niste "modele" care tind sa cearna si sa reprezinte diferite aspecte ale realitatii lumii si/sau ale fiintelor umane si ale dinamicii existentei lor.

Psihologii si-au dat seama ca raportandu-se doar la o teorie/abordare, trec cu vederea complexitatea psihologica a clientilor lor, lucru ce ii facea orbi. De aceea, trebuiau sa renunte la iluzia unui "singur adevar" pentru a infrunta si pentru a-si reprezenta complexitatea realitatii umane, fapt ce i-a condus pe practicieni si pe teoreticieni sa incerce sa fie integrativi.

Dar, uneori, din pacate, se ramane la un simplu eclecticism: cand integrarea modelelor nu a fost organizata, nici destul de studiata. In acest caz, ne confruntam cu o juxtapunere de modele, nu cu un model "integrativ".

Exista bariere irevocabile intre diverse orientari (un behaviorist poate interpreta vise sau un psihanalist sa aplice desensibilizarea)?

Fiecare terapie, pentru a fi coerenta, trebuie sa se raporteze la o meta-psihologie, din care sa decurga.

Exista meta-psihologii antagoniste si altele care sunt compatibile (de exemplu, exista compatibilitate intre meta-psihologia Gestaltului si a Analizei Tranzactionale, fapt ce a permis practicienilor din Analiza Tranzactionala sa introduca in practica lor tehnici din Gestalt).

Trebuie sa fim prudenti in legatura cu generalizarile si sa evitam neintelegerile: de exemplu, in cadrul psihanalizei freudiene, analizele au ca regula de a nu atinge corpul pacientilor; si, totusi, desigur ca se lucreaza si cu corpul prin procesul de simbolizare al somatizarilor si durerilor, de pilda.

"Psihologii trebuie sa renunte la iluzia unui singur adevar"

Scris de Psihologie.ro

Vineri, 04 Aprilie 2008 23:47 - Ultima actualizare Luni, 28 Aprilie 2008 04:22

In psihoterapia integrativa (asa cum este promovata de IIPA), exista o viziune integrativa globala asupra fiintei umane care presupune o intelegere adecvata a modalitatilor variate prin care diferitele parti ale Sineului (afectiv, cognitiv, fiziologic, comportamental) se manifesta in cazul fiecarui client.

Care sunt problemele cu care se confrunta un psiholog care alege perspectiva integrativa in practica sa?

As vorbi mai degraba de responsabilitati decat de probleme:

- In plan clinic – sa aiba o formare solida si o analiza personala riguroasa pentru a face fata disociatiilor, clivajelor, fragmentarilor, regresunilor uneori profunde; sa fie stapan pe sine, previzibil si coerent.
- In plan cognitiv – sa stie sa utilizeze diferitele modele fara sa-si propuna sa le « aplice » pacientilor.
- In plan etic – sa fie atent in permanenta la contratransferul sau, la limitele lui, si sa apeleze mereu la o terta persoana calificata pentru a-si clarifica procesele interne si externe.

Winnicott spunea ca un psihoterapeut integrativ nu-si poate face munca plecand de la un « sine Fals ». De aceea, consider ca trebuie sa ai o maturitate psihica si cognitiva inainte de a deveni psihoterapeut integrativ.

Care este specificul terapiei integrative? Principiile de baza?

Iata cum prezinta Richard Erskine, in cartea sa scrisa in colaborare cu Janet Moursund si Rebecca Trautmann, specificul relatiei terapeutice in psihoterapia integrativa:

“Dezvoltarea terapeutica este ancorata in relatie (Jordan, 1989; Miller, 1986). Doar in cadrul relatiei, contactul cu Sinele si cu ceilalti se dezvolta, acolo ne regasim amintirile, si in cadrul relatiei Sinele se reintegreaza. Fara o relatie bazata pe contactul dintre terapeut si client, terapia e, cel mult, un proces mecanic, axat pe simptom: incercam sa aflam ce comportamente/atitudini nu merg, incercam sa le schimbam, si asta e tot. Intr-o terapie orientata pe relatie, se intampla cu totul altceva: este abordata persoana in ansamblul sau, persoana este ajutata sa-si regaseasca partile personale fragmentate si este ajutata sa le regrepeze – fapt ce constituie esenta schimbarii. (Hycner & Jacobs, 1995)”

In privinta principiilor psihoterapiei integrative, pentru a le cunoaste in amanunt ii sfatuiesc pe psihologii romani interesati sa participe, la fiecare doi ani, la Congresul International IIPA, sa citeasca articolele de pe site-ul IIPA si sa se aboneze la Jurnalul International de Psihoterapie Integrativa.

"Psihologii trebuie sa renunte la iluzia unui singur adevar"

Scris de Psihologie.ro

Vineri, 04 Aprilie 2008 23:47 - Ultima actualizare Luni, 28 Aprilie 2008 04:22

In ce consta cursul pe care il veti sustine pe 12-13 aprilie in Romania, intitulat ["Relatia cu pacientul si nevoile relationale ale psihoterapeutului"](#)

?

Tematicile cursului sunt:

1. Vor fi prezentate si explicate cele opt principii relationale. Sunt nevoile pe care le are orice persoana cand relationeaza cu cineva. Daca nevoile nu sunt satisfacute, pastrarea relatiei va deveni dificila sau dezagreabila si, in cele din urma, relatia va inceta.

2. Vom face exercitii pentru ca participantii sa-si dezvolte abilitatile in a identifica aceste nevoi, exercitiile fiind o ocazie de a discuta cu ceilalti despre ce descopera despre sine, descoperind zonele de confort si cele de disconfort... punctele "oarbe" legate de nevoile lor relationale.

3. Fiecare client are nevoile sale personale: legate de trecut, cele din trecut care sunt fixate in prezent si nevoile actuale. El intalneste un terapeut care are, la randul lui, nevoile sale relationale vechi, vechi si fixate si actuale. Ce se poate intampla cand se intalnesc ? Care sunt punctele de dificultate, conflictele potentiale, impasurile, riscurile?

Care sunt sfaturile dvs pentru studentii la Psihologie care doresc sa devina psihoterapeuti integrativi?

Le recomand sa urmeze o analiza personala indelungata in psihoterapie integrativa. Cum poate acest fapt inca nu e posibil in Romania, sa aleaga o analiza personala in psihanaliza, care este benefica pentru ca le permite sa clarifice zonele de conflict din psihic, sa le linisteasca, sa traverseze zonele de clivaj, de fragmentare si sa ajunga la o personalitate mai unificata. Si, poate, sa aleaga un psihanalist care se raporteaza la teoriile Sinelui, care sunt mai sensibile la dinamica relationala.

Le recomand sa citeasca cartile scrise de Erskine si Moursund, printre care si "Psihoterapia in Actiune". In aceasta carte, sunt prezentate numeroase secvente de munca terapeutica si comentarii pedagogice foarte utile, care explica alegeri strategice si tactice ale terapeutului, fiind un excelent manual pentru a invata arta psihoterapiei integrative.