

Ogledanje

Kao razojni i terapijski proces

Reakcije ogledanja

Odnose se na:

- terapijske procese
- procese ranog razvoja
- svakodnevni život

Ogledanje kao terapijski faktor (Foulkes)

- Reakcije ogledanja se uglavnom pojavljuju kada se dvoje ili više ljudi sretne i udje u interakciju. Osoba vidi sebe ili deo sebe –obično potisnuti deo sebe- reflektovan u interakcijama drugih osoba (članova grupe) Osoba vidi druge koji reaguju na isti način na koji ona to čini, ili kao suprotnan način od sopstvenog ponašanja.
- **Osoba uči o sebi—što je fundamentalan proces u razvoju ega—kroz efekte koje ima na druge i kroz sliku koju drugi stvaraju o njoj. (Foulkes, 1964, p. 110).**

Ogledanje

- Ogledanje je koncept koji se zasniva na više psihoanalitičkih koncepata, pre svega konceptima projekcije i identifikacije, ali je ovaj skup različitih procesa zbog svog značaja dobio sopstveni naziv. (Foulkes, 1964, p. 81)

Ogledanje kao razvojni proces

Foulkes – dete izrasta iz pozicije primarnog narcizma kroz porast svesti o sebi koji se stvara kroz refleksije koje dolaze od spoljnog sveta i koje mu pomažu da diferencira izmedju onoga što ono jeste i onoga što nije. (Foulkes & Anthony, 1955).

Ogledanje kao proces ranog razvoja

- Za Winnicott-a prvo ogledalo je majčino lice u kome beba vidi sebe kroz refleksije tj. majčinu ekspresiju, u njenim očima (bukvalno i metaforički)
- Majka selektuje obrasce ponašanja njenog deteta na koje će reagovati/odgovoriti i na taj način, kroz njenu ekspresiju (ogledanje koje nudi) predstavlja detetu sliku o njemu samom.
- Majka postavlja ograničenja detetovih aktivnosti, i samo kroz ta ograničenja može se pojaviti prepoznatljiv (recognizable) identitet.
- Oblici koje detetova slika o sebi dobija su refleksije majčinih nesvesnih potreba u vezi sa detetom – primarni identitet (Lichtenstein 1977)

Zajednički prostor

- Niko ne postoji u vakumu!
- Zajednički prostor je neopshodan za diferencijaciju individue; samo kada vidimo ljude zajedno možemo da poredimo i prepoznamo ono što je neobično ili jedinstveno u svakom. U zajedničkom svetu individua otkriva svoj identitet, svoje različitosti u odnosu na druge. (Deys Naines 1981)

Ogledanje u individualnoj i grupnoj psihoterapiji

- Klijentkinja opisuje različito iskustvo iz individualne grupne terapije u kome navodi da:
- U individualnoj terapiji terapeut je držao ogledalo u kome je ona mogla da vidi neprepoznate delove sebe i kada bi dovoljno ugledala te delove terapeut bi „sklonio“ ogledalo tako da može da se pojavi još neka (drugačija) perspektiva/slika.
- U grupi, svi članovi su predstavljali ogledala tako da je u svakom trenutku mogla da ugleda više različitih odraza (perspektiva) sebe što je ponekad doživela kao preplavljujuće.

Terapeut kao ogledalo

- Intervencije i interpretacije–aktivni način terapeuta da bude ogledalo za klijenta
- Terapeut fokusira pažnju na skrivene aspekte onoga što se dešava
- Terapeut nije pasivna površina za ogledanje već kroz selekciju sadržaja, reči, slike i metofore koje koristi on drži ogledalo za pojedinca ili grupu kako bi on/oni mogli da vide specifične/posebne aspekte sebe.

Benigno ogledanje

- Dovodi do otkrivanja sopstvenih različitih „lica“ tj. aspekata onako kako su **reflekovani u drugima i od strane drugih**
- Cilj je integracija i ujedinjenje raznorodnih ličnih faktora i karakteristika u koherentnu celinu.

Negativno ogledanje

- Nešto što nam se ne sviđa kod druge osobe može reprezentovati sakrivene, nepoznate ili neželjene aspekte nas samih.
- “Ono što nismo se ispostavlja kao ono što jesmo”. (Pines)
- Dokle god se ove razlike u percepciji mogu pregovarati moguće je potići napredak u pogledu razumevanja i integracije ovih odbačenih i neželjenih aspekata selfa.

Negativno ogledanje

- Kada konfrontacije, odbacivanje i devaluacija zamene refleksiju – nema razmene i učenja.
Primitivno konfrontiranje, deskruktivno i bez refleksije predstavlja ranu negativnu formu dijadnog odnosa. Bez snažne medijacije situacija je nerešiva. (Pines, 1978).
- U negativnom ogledanju nema kapaciteta za susret u zajedničkom prostoru, a time nema ni prihvatanja onih aspekata sopstvenog selfa koji je reflektovan u drugom, a nema ni prihvatanja drugog u sebi.

Uloga terapeuta kod negativnog ogledanja

- Uloga terapeuta ili drugih članova grupe je da postane medijator ili pregovarač koji prepoznaje, definiše i održava prisutnim i sličnosti i razlike.

Rekapitulacija

Razvoj ličnosti i ogledanje

- **Novorodjenče saznaje ko je ono za svoju majku a samim tim i za sebe, kroz njene odgovore (ekspresiju i reakcija)**
- Novorodjenče otkriva da ima veliku moć da izazove osmehe i grimase, prijatne ili neprijatne zvuke
- Ono postepeno postaje svesno uticaja koje ima na druge što ga „informiše“ o sebi samom; jedno ponašanje izaziva osmehe i prijate zvuke i čini da se ono oseća lepo, dok drugo ponašanje izaziva neprijatne grimase i čini da se oseća loše
- „Ja sam izvor obe vrste reakcija“

Rekapitulacija

Razvoj ličnosti i ogledanje

- Foulkes – fundamentalni proces u razvoju ličnosti kroz koji osoba počinje da spoznaje sebe odvija se kroz:
 - efekte (uticaj) koje osoba ima na druge
 - sliku koju drugi formiraju o njoj

Da bi preživeli i razvijali se moramo biti sposobni da vidimo sebe kroz druge i da budemo vidjeni od strane drugih.

Rekapitulacija

Razvoj ličnosti i ogledanje

- Ogledamo se u drugima tako što vidimo svoje potisnute/otcepljene delove koji nam se dopadaju ili nedopadaju u drugima, prepoznamo sebe u drugima
- Drugi nam nude ogledanje tako što nam pokazuju šta izazivamo u njima, tj. kakav efekat imamo na njih (bilo konstruktivan ili destruktivan)
- Oba načina ogledanja pomažu osobi da diferencira ono što jeste od onoga što nije