

IDENTITATEA PROFESIONALĂ A PSIHOLOGULUI NARATIV

*Svetlana TOLSTAI**Universitatea de Stat din Moldova*

În articol este descrisă în linii generale construirea identității profesionale a psihologului narativ.

Cuvinte-cheie: *identitate, psiholog, psihologie narativă, poziție.*

PSYCHOLOGIST'S NARRATIVE: PROFESSIONAL IDENTITY

This article describes in general construction of professional identity narrative psychologist.

Keywords: *identity, psychologist, psychology narrativ, position.*

Construirea identității profesionale a psihologului este un aspect important al formării sale profesionale și în susținerea carierei sale, având propria sa valoare.

Sub termenul de *identitate*, în acest caz, se înțelege un set de valori, principii, idei, cunoștințe și competențe legate integru pentru a-și spune sieși și altor oameni istorii despre cine a fost și cine ar dori să devină ulterior.

Caracteristica profesională de dezvoltare a psihologului, în comparație cu alte profesii, este că obiectul său cognitiv și activitatea sa transformatoare este realitatea vieții omului în viața de zi cu zi și în situații de extremă, retrăirile sale, alegerile sale, acțiunile sale etc. Însuși psihologul, aparținând la o varietate de oameni, este unul dintre cei spre care este orientat propriul său impact profesional.

Primind pregătirea profesională de psiholog, omul nu poate evita „studiul” realității proprii sale vieți, cu un punct de vedere profesional-psihologic, ceea ce este suficient pentru a provoca disconfort sever, așa cum există la momentul dat cunoașterea psihologică, care poate fi numită, în cel mai bun caz, eclectică, fiind uneori lipsită de consistență internă. În plus, în realitatea vieții persoanei care este instruită în psihologie persistă, pe lângă psihologie, alte contexte de organizare și înțelegere a emoțiilor, cum ar fi religia, tradițiile culturale, practicile spirituale, artistice etc.

Încercările de a reflecta toate aceste contexte, pentru a determina aplicabilitatea lor și „corectitudinea” pentru formarea unei traiectorii individuale de dezvoltare umană și poziția sa profesională în contextul traiectoriei individuale de multe ori provoacă distress, mai ales într-o situație în care un psiholog începe să lucreze independent și experiența practică îl face să privească altfel cunoștințele dobândite. Urmărirea parcurgerii profesionale a absolvenților facultăților de psihologie arată că după cinci ani de absolvire doar 15-17% continuă să lucreze în domeniul ales, cauza fiind, în opinia noastră, nu doar salariile mici în instituțiile bugetare, dar și disconfortul cauzat de dificultățile sus-menționate [2].

Pe parcursul studiilor, este necesar de a forma la viitori psihologi o atitudine critică sănătoasă față de propria lor activitate profesională, capacitatea de a identifica dificultățile existente pentru a dezvolta strategii de depășire, pentru a evalua eficacitatea propriilor intervenții și pentru a pune munca lor într-un context social și cultural mai larg. Psihologii învață abilități de lucru într-un grup de control reciproc, formează și consolidează relațiile lor în cadrul comunității profesionale care oferă suport social în rândul profesioniștilor – una dintre cele mai importante resurse pentru a depăși epuizarea emoțională.

Bazele teoretice și metodologice pentru construirea programelor de întreținere și care reconstruiesc identitatea profesională a studenților facultăților de psihologie și a tinerilor profesioniști sunt:

- ✓ conceptul de dezvoltare a funcțiilor psihice superioare și, în special, zona de dezvoltare proximă, dezvoltată de L.S. Vâgotsky și adepții săi;
- ✓ modul de abordare a educației adulților (P.Freyre);
- ✓ psihologia narativă a lui Jerome Bruner, D.Makadams etc.;
- ✓ abordarea narativă în practica cu oamenii (M.White, D.Epston și colegii lor) [1].

În cele din urmă, putem evidenția patru elemente principale sau principii:

1. Externalizarea
2. Deconstrucția
3. Repovestirea (re-authoring).
4. Recuperarea participării (re-membering) [3].

Externalizarea – problema este separată de om și este plasată în „afara” lui. Această abordare este radical diferită de ceea ce se obișnuiește în practica psihoterapeutică, cel puțin la momentul de distribuție a ideilor lui S.Freud, și se presupune că între om și problemă există o relație care se poate schimba. Problema este ca o „entitate separată” și are impact asupra diferitelor domenii ale vieții unei persoane (și nu doar asupra acestei persoane, ci și asupra familiei sale); poate fi construită o hartă a acestor influențe în baza căreia vor fi evaluate zonele care încă nu au fost capturate, și, desigur, poate avea loc monitorizarea ulterioară a „*Reconquista*” – recucerirea de către om a problemei vieții sale. Un exemplu frapant de externalizare este abordarea narativă în lucrul cu oamenii care suferă de utilizarea agresivă de substanțe psihoactive (în acest caz, ei pot învăța și schimba relația lor cu alcoolul) sau de anorexie nervoasă.

Deconstrucția, sau „despachetarea” – este o practică care a venit în abordarea narativă din postmodernism și poststructuralism în filosofie și teorie literară (Derrida, Bashlyar, Liotar etc.). Unul dintre principalele puncte pe care se bazează această practică este că știința este construită de oameni în procesul de activitate și de comunicare și această activitate în sine și comunicarea fac obiectul cunoașterii.

Deconstrucția este o analiză a contextului în care a existat fie una sau altă interpretare a evenimentelor sau experiențelor, influențe care au dus la prevalența anumitor cunoștințe sau înțelegeri. Din moment ce tot ceea ce se spune se spune de către cineva, iar acel cineva aparține unui anumit grup social și este probabil să vină cu reprezentanții lor și alte grupuri de oameni în relațiile de putere, este absolut rezonabil de a pune întrebări de genul: „Pentru cine a fost profitabilă această reprezentare? La care practici sociale contribuie răspândirea ei? Sunt eu oare de acord cu aceste practici sociale?”

Repovestirea – este procesul de construire a unei povești preferate, co-crearea unei „descrieri intense” a unei povești supuse (altfel numită „contrapovestire”) în viața unei persoane prin legarea unei singure secvențe temporare ca urmare a unor excepții de la povestea problemă dominantă („episoade unice”). În procesul de repovestire omul este în mare parte în contact cu principiile, valorile, obiectivele, intențiile și capacitățile sale, ceea ce face posibilă realizarea acestor intenții. O condiție importantă pentru eficacitatea procesului de repovestire este prezența publicului de susținere pentru o nouă povestire: cu cât mai multe persoane importante pentru autor, care știu despre această poveste și cred în ea, sunt prezente, cu atât povestea este mai adevărată și mai influentă. Sprijinul publicului, independența autorului poveștii de poziția de „terapeut” (cel care organizează repovestirea) se realizează prin utilizarea unei structuri specifice de intervievare a persoanelor prezente (practica „martorilor externi” (martor străin) sau „ceremonia autodeterminării”).

Recuperarea participării (re-membering) – o modalitate de a încorpora în structură cele mai influente persoane din viața unui om, grupul său de referință, acele personaje din prezentul și trecutul său, din viața reală sau din ficțiune, care ar putea contribui la dezvoltarea istoriei preferate din viața unei persoane [3, 2].

Viziunea narativă asupra lumii stabilește un sens deosebit atenției terapeutului.

Terapeutul care lucrează într-o abordare narativă va depune eforturi pentru:

- 1) a ajuta oamenii să vadă poveștile lor din diferite puncte de vedere, pentru a vedea modul în care acestea sunt concepute (sau deloc, că sunt construite);
- 2) a încuraja oamenii să se refere la istorii din viața lor nu ca la niște fapte pasive, ci ca la povești activ construite – în care autorul principal este omul însuși;
- 3) a nota limitările în poveștile vechi și a descoperi că există alte narațiuni posibile care pot fi efectuate într-un alt mod, pe calea preferată pentru om;
- 4) a dezvolta o înțelegere a povestirii dominante (sau a povestirii potențial dominante) în societatea noastră și a dezvolta modalități de cercetare comună a impactului acestor povestiri asupra vieții și relațiilor oamenilor care vin pentru consultări [1].

Intenția terapeutului narativ – colaborarea cu oamenii în dezvoltarea de noi narațiuni preferate despre sine și despre lumea în care trăiesc. Pentru această povestire terapeutul ascultă poveștile pe care oamenii le spun și pun întrebări, invitând oamenii să-și clarifice sensul la fiecare pas de conversație. Pentru Michael White, fondatorul practicilor narrative, intenția practicianului trebuie să vizeze adoptarea unei poziții „decentrate și influente” în raport cu clienții din terapie. Această poziție este valabilă și în cazul coach-ului (antrenorului) atunci când este vorba de un grup.

În continuare sunt prezentate și celelalte poziții ale terapeutului, propuse de Michael White:

Poziția terapeutului	Decentrată	Centrată
Influentă	În centrul discuției sunt cunoștințele clientului, iar cunoștințele, aptitudinile, abilitățile terapeutului constituie – în termenii lui Vâgotsky – sprijin pentru mișcare. Terapeutul nu este neutru, el recunoaște propriile particularități, diferențe, face vizibile inclusiv relațiile de putere. Toate acestea conferă putere. Noi nu trebuie să rezolvăm probleme, ci să cooperăm cu oamenii pentru a le dezvolta (odată ce au intrat în contact cu abilitățile lor) propriile capacități, cunoștințe, abilități, toate acestea permițându-le să trăiască (în înțelegerea lor) mai bine.	Poziție de autoritate profesională, cunoștințele terapeutului sunt mai valoroase, are o responsabilitate enormă pentru a rezolva problemele tuturor clienților. În centrul discuției sunt cunoștințele de specialitate, încearcă să-l învețe pe client să gândească „ca el”. Această atitudine este potențial împovărătoare pentru terapeut. Acesta este stors de puteri, epuizat (burnout).
Neinfluentă	În centrul atenției este cunoașterea clientului, dar terapeutul nu reacționează la această cunoaștere. Se prefacă că nu are preferințe proprii și are o atitudine oarecare față de cruzime, cum ar fi de ex. violența, fascismul etc. Terapeutul nu contribuie cu nimic la conversație, în timp ce poate acumula sentimente de neputință și agresiune față de client.	Ideile terapeutului sunt în centrul discuției, dar nimeni nu-l ascultă. Nu există feedback și nici schimbări. Nu poate face nimic. Pentru terapeut un risc de epuizare și frustrare.

A fi „decentrat” în niciun fel nu diminuează intensitatea angajamentul terapeutului în interacțiunea cu grupul și în raport cu fiecare membru în parte. A fi decentrat înseamnă a cunoaște să pui în valoare experiențele grupului și ale membrilor în mod individual pentru a acorda prioritate dezvoltării de cunoștințe și competențe în urma acestor experiențe.

A fi „influent” nu înseamnă să impui o viziune sau subiecte de discuție (reflecție). A fi influent înseamnă să te bazezi pe o inginerie de intervenție cizelată, de control și să angajezi grupul pe o cale a întrebărilor și interacțiunii cu un singur scop – extinderea (dezvoltarea) capacităților colective și avansarea, pas cu pas, spre obiectivul propus [3].

Ținem să menționăm, de asemenea, valoroasa idee de a conferi clienților statutul de *experți ai problemei*, fapt ce contribuie, cu siguranță, la soluționarea eficientă și mai rapidă a acesteia, totodată punându-se accent pe colaborarea dintre actorii principali – client-terapeut, în ceea ce privește parcursul problemei, instaurându-se o inginerie terapeutică ce are ca obiectiv rezolvarea ei.

Michael White a explicat clar care ar fi poziția de maximă eficacitate și reușită terapeutică. Astfel, poziția „decentrată și influentă” a terapeutului narativ este cea care favorizează în mod sigur demersul terapiei [3]. Se știe că această poziție este una înviorătoare pentru terapeut, fapt ce atrage în urma sa un feedback de conlucrare (cooperare) activă din partea clientului/clienților, iar odată cu această – încununarea cu succes a terapiei. Suntem de acord că anume această poziție este favorabilă „mișcării”, terapeutul oferind sprijin în acest sens, în centrul terapiei fiind aptitudinile și cunoștințele celui care solicită ajutor. Probabil, într-o astfel de abordare a problemei persoana se simte valoroasă, motivată și puternică pentru a schimba modul în care se prezintă, dând în același timp terapeutului feedback constructiv în legătură cu eficiența intervenției sale.

Bibliografie:

- LIEBLICH, A., TUVAL-MASHIACH, R., ZILBER, T. *Cercetarea narativă: citire, analiză și interpretare*. Iași: Polirom, 2000. 287 p. ISBN 973-46-04114-7
- SILLAMY, N. *Larousse. Dicționar de Psihologie*. București: Univers Enciclopedic, 1998. 347 p. ISBN 973-9243-25-8
- УАЙТ, М. *Карты нарративной практики*. Москва: Генезис, 2010. 326 с. ISBN 978-5-98563-229-3

Prezentat la 02.02.2015