

*Přehledová práce*

**Paul Wachtel o současné psychoanalýze**

Jakub Kuchař

**Paul Wachtel on Contemporary Psychoanalysis**

**Souhrn**

Paul Wachtel je současný uznávaný integrativní psychoterapeut a psychoanalytik. V této přehledové studii stručně představím jeho významné myšlenky týkající se psychoanalýzy. Především jeho pohled na vztahovou psychoanalýzu a její vztah k ortodoxní psychoanalýze, interpersonální a intrapersonální rozměr psychoanalýzy, self-stavy a neutralitu.

**Klíčová slova:** Paul Wachtel, současná psychoanalýza, cyklická psychodynamika, neutralita.

**Summary**

Paul Wachtel is a contemporary accomplished integrative psychotherapist and psychoanalyst. In this article I will introduce his significant thoughts on psychoanalysis, especially his view on relational psychoanalysis and its relation to the orthodox psychoanalysis, interpersonal and intrapersonal dimensions of psychoanalysis, self-states and the neutrality.

**Keywords:** Paul Wachtel, contemporary psychoanalysis, cyclical psychodynamics, neutrality.

**Úvod**

Paul Wachtel je jedna z velkých osobností současné americké integrativní psychoterapie. Na začátku své kariéry absolvoval psychoanalytický výcvik. Později se zaměřil na behaviorální terapii a ještě později se dokonce začal zajímat i o kognitivně a rodinnou psychoterapii. Celou svou kariéru mu však podle jeho slov psychoanalytické myšlení bylo nejbližší. **Wachtel považuje rozdělení na různé terapeutické směry a s ním spojenou vzájemnou nevráživost, vymezující se škatulkování, karikovaný zjednodušený pohled na ostatní směry a nedostatek komunikace mezi nimi za pokračování primitivního kmenového uspořádání. Priorita by podle něj měla být pomoci člověku a ne se vzájemně vůči sobě vymezovat a bojovat spolu. To byl také jeden z důvodů, proč pomáhal založit Society for the Exploration of Psychotherapy Integration (SEPI), společnost, ve které se schází experti z různých psychoterapeutických směrů a společně diskutují, vzájemně se obohacují a pokoušejí se vytvořit určitou formu sjednocené psychoterapie (Paul Wachtel on Therapeutic Communication, 2013).**

**Kritika americké ortodoxní psychoanalýzy**

V psychoanalýze je Wachtelovi nejbližší současná relační takzvaná vztahová psychoanalýza<sup>1</sup>, o které také Wachtel často publikuje. Kritizuje tradičnější americkou psychoanalýzu ze 70. let pro její hierarchickou a autoritářskou strukturu. Každý analyzand si musel v tomto tradičním přístupu projít určitými fázemi v psychoanalýze (např. překonáním oidipského komplexu), aby cítil a myslel si to, co si dle tehdejších psychoanalytiků měl myslet a cítit. Teprve potom se i z něho mohl stát analytik (Wachtel, 2013). V tomto období byla také přehnaně zdůrazňována anonymita, neutralita a primárnost vzhledu. Podle studie Lohsera a Newtona (1996) nebyl tento psychoanalytický přístup, jak se spousta lidí domnívá, praktikován Freudem. Ten se naopak podle dobových údajů poměrně dost angažoval ve vztahu se svými analyzanty a neutralitu tolik nedodržoval. Ortodoxní psychoanalytický přístup vznikl spíše po válce rigidním dodržováním a výkladem některých Freudových doporučení.

DS Horní Palata, Vojenská FN Praha, Česká republika  
**Adresa prekomunikáciu: Mgr. Jakub Kuchař,**  
Bělehradská 288/69, 12000 Praha 2, ČR  
E-mail: Jakub.Kuchar@email.cz

<sup>1</sup> Jak by mohlo z názvu vyplývat, tak nejde o párovou psychoanalýzu, ale o moderní směr individuální psychoanalýzy, ve které se klade důraz na vztah mezi analytikem a analyzantem a myšlenky sociálního konstruktivismu.

## Vztahová psychoanalýza

Wachtel (2010) opisuje vztahovou psychoanalýzu jako směr, který se nezajímá příliš o abstraktní teoretické problémy, ale zaměřuje se především na zkoumání techniky. Klade důraz na naše nevyhnutelné ponoření do vztahového matrix současných vztahů a také na nepřetržitý vývoj a proměnu osobnosti, která je s těmito vztahy nevyhnutelně spjata. Každá lidská bytost existuje ve vztazích k ostatním lidem, ale i k důležitým internalizovaným jedincům, kulturním tradicím, hodnotám, k minulosti, budoucnosti, naše ideálnímu self a podobně. Nejhlubší nevědomé procesy schované v naší mysli mohou být údajně chápány pouze ve vztahovém kontextu. Vztahoví autoři přenesli důraz z čistě vnitřního světa jedince právě na jeho vztahovost. Zároveň přetvořili mnoho původních pojmů do více kontextuální dimenze. Kvalitní psychoanalytická práce není dle Wachtela dogmatická aplikace rigidních psychoanalytických schémat na druhou osobnost, ale je spíše orientovaná na hluboké ponoření do analyzantovy subjektivity a prožívání jeho zkušenosti ve vztazích s ostatními. Vztahově orientovaní psychoanalytici autoři podle Wachtela také odstupují také často od rigidního, čistě psychoanalytického pohledu a propojují svoje vědomosti s výzkumem kojenců, teorií attachmentu, teorií nelineárních dynamických systémů, kognitivní vědou a neurovědou. Na druhou stranu, i přes společné zaměření na kontext a zájem o dopad vztahů na psychiku člověka, existuje i mezi vztahově zaměřenými autory poměrně velká diverzita a rozdílný pohled na určité elementy psychoanalýzy.

## Jedno-osobnostní a dvou-osobnostní psychologie

Často v současné psychoanalýze používané pojmy jedno-osobnostní a dvou-osobnostní psychologie jsou podle Wachtela v naprosté většině případů používány těmi, kteří se identifikují s dvou-osobnostním vztahovým pojetím a kritizují tradiční psychoanalýzu. Avšak v praxi nikdo nepochybně čistě jedno-osobnostní, nebo čistě dvou-osobnostně. Analytici se spíše blíží jednomu, či druhému pólu, ale práce pouze na jednom z těch pólů je prakticky skoro nemožná. I současní takzvaní jedno-osobnostní teoretici berou v potaz kontext, na druhou stranu dvou-osobnostní teoretici zase nejsou a možná ani prakticky nikdy nemohou být zcela ponořeni pouze do vztahové matice. Měli bychom tyto směry nazývat spíše „jedenačtvrt-osobnostní“ psychologie, nebo „jedenačtvrtě-osobnostní“ přístup. Wachtel (2010) by termín dvou-osobnostní psychologie nejráději nahradil pojmem kontextuální psychologie.

## Self stavy

Wachtel také rozpracovává své psychoanalytické pojetí self stavů. Tyto self stavy nám během dané situace pomáhají chápat, kdo vlastně jsme. Což není vůbec pevná a stabilní věc, ale věc měnící se v čase. Do určité míry jsou odlišné self stavy přirozené, ale pokud jsme ponořeni v jednom tak moc, že ostatní self stavy jsou nám naprosto nepřístupné, tak už to můžeme označit jako patologické. Během vzniku těchto self stavů se rozlišuje konsolidace, tedy upevnění si určitého vzorce, který má v té situaci smysl a diferenciaci, tj.

odlišení v jakém kontextu, za jakých podmínek se tento self stav objeví. Podle Wachtela (1980) jsou Piagetovy koncepty akomodace a asimilace velmi užitečné pro popis těchto střídajících se self stavů a dalších dějů v psychoanalýze. Vždy podle Piageta vnímáme současnou zkušenost podle nějakého starého schématu, do kterého si tuto zkušenost nějak přizpůsobujeme (můžeme používat Piagetův pojem asimilace). Tyto schémata se mění v různých situacích a pomáhají měnit naše self stavy. Můžeme potkat například někoho, koho dle našich starých zkušeností ohodnotíme jako kritického a potom, i když se ten člověk tak nechová, si tuto kritičnost v podstatě vykonstruujeme a to ovlivní, jak se k němu chováme. A to má velmi blízko k tomu, co psychoanalytici už velmi dlouhou dobu nazývají přenos.

## Cyklická psychodynamika

V roce 1977 Wachtel poprvé načrtl v knize *Psychoanalysis and behaviortherapy: Towardanintegration*, která propojuje psychoanalýzu a behaviorální psychoterapii svojí teorií cyklické psychodynamiky. Tato teorie je velmi podobná základům relační psychoanalýzy, které byly popsány o 6 let později Mitchell s Greenbergem v již zmiňované knize *Object relations in psychoanalysis*. Odvrací se v ní od klasického psychodynamického pojetí, podle kterého vše začíná v nevědomí, a poté se to projevuje v jiných psychických částech. Podle tohoto modelu se naopak behaviorální projevy, kognitivní vzorce, interpersonální stránka a nevědomí vzájemně ovlivňují oběma směry (tedy například chování má přímý vliv i na nevědomí a nevědomí na chování). Neřeší se v něm tedy pouze analyzantovo vnitřní prožívání oddělené od vnějšího světa. Z toho vyplývá propojení interpersonální a intrapersonální roviny do jednoho celku, jak je tomu právě u relační psychoanalýzy. Tento model také dle Wachtela (1977) vytváří prostor pro integraci konceptů z behaviorální a rodinné terapie s těmi psychoanalytickými.

## Neutralita

V jednom z dalších článků se Wachtel (1986) věnuje více dopodrobna psychoanalytické neutralitě. Pro tradiční psychoanalýzu je neutralita potřebná pro to, aby analytik negativně neovlivnil čistý vztah, do kterého by si analyzant mohl na analytika přenést z minulosti, co potřebuje. Sullivan však ve svém díle dokázal, že je nemožné nemít žádný vliv. Na to někteří psychoanalytici reagují postojem, že absolutní neutralita je sice nemožná, ale měli bychom se snažit aspoň o maximální možnou neutralitu (takzvanou relativní neutralitu). V praxi si můžeme vybrat epistemologický postoj, ve kterém buď přiznáváme vliv na analyzanta a všechno, co se mezi námi děje je do určité míry vlastně spoluvytvořené, nebo ten vliv popíráme a domníváme se, že jsme schopni, díky pravidlům neutrality, ze vztahové situace v podstatě zmizet a nemít žádný osobní vliv na analyzanta. Jak už z předchozího textu vyplývá, tak tento postoj absolutní neutrality je ale podle Wachtela utopie a ve skutečnosti je neuskutečnitelný. I když se identifikujeme s tradičním neutrálně vypadajícím postojem a hodně mlčíme, tak pořád něco komunikujeme a vliv máme. Nakonec však i Wachtel přiznává, že postoj a chování spojené s neutralitou však mohou mít v určitých situacích během psychoanalýzy taktický účel a užitek.

## Závěr

Paul Wachtel je velmi kreativní autor, který se nebojí jít za rámec klasických psychoanalytických teorií. Propojuje psychoanalýzu s dalšími psychologickými směry a někdy (např. při vzniku cyklické psychodynamiky) dokonce předběhl směřování současné americké mainstreamové psychoanalytické teorie.\*

---

\*Poznámka: Článek je vytvořen na základě úpravy kapitoly z diplomové práce „Relační psychoanalytické teorie“, která byla obhájena roku 2014 na Univerzitě Palackého v Olomouci.

## Literatura

**Kuchař, J.:** Relační psychoanalytické teorie [online]. Olomouc, 2013 [cit. 2016-05-01]. Diplomová práce. Univerzita Palackého v Olomouci, Filozofická fakulta. Dostupné z: <<http://theses.cz/id/ue7jai/>>.

**Locher, B., Newton, P.:** Unorthodox Freud. Guilford Press, 1996.

**Wachtel, P.:** Psychoanalysis and behavior therapy: Toward an integration. Basic Books, 1977.

**Wachtel, P.:** Transference, schema, and assimilation: The relevance of Piaget to the psychoanalytic theory of transference. The annual of psychoanalysis, 1980, s. 59-76.

**Wachtel, P.:** On the limits of therapeutic neutrality. Contemporary psychoanalysis. 1986.

**Wachtel, P.:** Relational theory and the practice of psychotherapy. Guilford Press, 2010.

**Wachtel, P.:** Paul Wachtel on Therapeutic Communication. 2013. Retrieved from [psychotherapy.net](http://www.psychotherapy.net): <http://www.psychotherapy.net/interview/paul-wachtel>

*Do redakcie došlo 2.5.2016.*