

Zastosowanie koncepcji obiektu przejściowego Donalda W. Winnicota w rozumieniu uzależnienia od alkoholu – czyli o ulubionych zabawkach alkoholika.

Damian Zdrada

Psychoanaliza – królowa (lub królowa babcia☺) psychoterapii – wniosła wiele w jej rozwój. Zdanie trywialne, aczkolwiek od czegoś trzeba zacząć. I nawet, jeśli obecnie psychoanalizyści patrzą z góry na psychoterapeutów twierdząc, że to, czym się zajmują to tylko jakieś poradnictwo (bo czy można mówić o zmianie osobistej, jeśli spotkania z terapeuta odbywają się tylko raz w tygodniu?), to nie ulega żadnej wątpliwości, że obecna psychoterapia nie wyglądałaby ciekawie, gdyby nie dorobek psychoanalityków. O ile Freud – można by rzec – nie przetrwał próby czasu i w zasadzie, jego myśl przypomina trochę pierwszą iskierkę, która w wielkim płomieniu gdzieś zanikła, o tyle dorobek tych, co przyszedli po nim, do dziś intryguje wielu terapeutów i zachęca do poszukiwań. Jednym z nich jest D. Winnicot. Wywodzi się z nurtu psychoanalityków, określanych jako „kleinistów” (od M. Klein, która była w wyraźnej opozycji wobec poglądów Freuda). To umieszcza go w nurcie, który z czasem został określony jako „relacja z obiektem” i który do dziś ma się całkiem dobrze.

D. Winnicot w zasadzie nie pozostawił po sobie jakiejś spójnej teorii, jednak wiele z jego pomysłów do dziś funkcjonuje, a my nawet nie zdajemy sobie sprawy z tego, że to on właśnie jako pierwszy wprowadził takie pojęcie. Jednym z jego odkryć, jest koncepcja tzw. **obektu przejściowego**. Jak się okazało, koncepcja ta może być niezwykle pomocna dla zrozumienia psychologicznych podstaw uzależnienia. Dlatego najpierw napiszę trochę o tym, czym jest ów obiekt przejściowy, a następnie przeniosę to na grunt uzależnień.

Gdy nauczyciele uczą się psychologii na studiach, prowadzący często mówi: „Gdy dziecko pojedzie na kilkudniową wycieczkę, należy uczulić rodziców, aby pozwolili dziecku zabrać ze sobą ulubioną maskotkę. Jeśli tego nie będzie miało, wówczas może mieć trudności z zasypianiem, będzie niespokojne. Bo ta maskotka, będzie dziecko uspokajać, to coś jakby substytut rodzica” Wszyscy chyba mieliśmy jako dziecko coś, do czego byliśmy jako dzieci szczególnie przywiązani. Pluszowy miś, samochodzik, poduszka itp. – to rzeczy, bez których nie mogliśmy się obejść. Właśnie to jest obiekt przejściowy. Coś, co daje uspokojenie. Sam Winnicot podkreślał, że w zasadzie obiekt przejściowy to coś pomiędzy kciukiem dziecka a maskotką. To coś, co stanowi tylko i wyłącznie jego własność. Obiekt przejściowy nie równa się pluszowy miś, ale czasem miś może być elementem obiektu przejściowego. To nie jest to, co dali mu rodzice, ale co samo wytworzyło (można rozróżnić więc „spersonifikowaną rzecz - pocieszyciela” od obiektu przejściowego). Różni się od obiektu zewnętrznego (w rozumieniu Klein), który musi zostać uwewnętrzniony. W zdrowym rozwoju, obiekt przejściowy zostaje „zawieszony”, jakby odłożony w jakieś bezpieczne miejsce. *Jednak bywają sytuacje, gdy relacja dziecka do obiektu przejściowego będzie zaburzona.* Wtedy jego miejsce zajmuje coś innego, rodzi to zaburzenia w procesie rozwoju (np. objawy i rytuały).

Czy teraz, drogi czytelniku, pojawia Ci się jakieś skojarzenie tego z używaniem alkoholu? Podam przykłady. (niektóre fakty są zmienione, aby nie można było rozpoznać tej osoby, ale sens jest zachowany)

1. Pewna Pani, uzależniona od alkoholu, opisywała sytuację z dzieciństwa: „Wtedy się tak przestraszyłam, że schowałam się za kanapą. Tuliłam się do swojego misia. Jednak ciocia, która była bardzo rozłoszczona, odnalazła mnie i powiedziała: a to tu się schowałam i jeszcze na dodatek trzymasz te starą szmatę - i wtedy wzięła ode mnie misia i wyrzuciła go do śmieci”. Ten przykład obrazuje sytuację, gdzie pacjentka straciła obiekt przejściowy. Nie mógł on zostać później „zawieszony”, proces

- rozstawania się z obiektem został gwałtownie przerwany. W ten sposób rozwinęło się u niej w dorosłym życiu uzależnienie od alkoholu jako rytuał, zastępujący obiekt.
2. Wypowiedź dorosłej pacjentki uzależnionej od alkoholu podczas dyskusji dotyczącej rozumienia Siły Wyższej: „Dla mnie, moją Siłą Wyższą, jest moja ulubiona maskotka. Przy niej, czuję się bezpiecznie”. Wypowiedź dorosłego mężczyzny, który przyjechał do ośrodka stacjonarnego, w dniu przyjęcia: „Dzień dobry, przyjechało nas dwóch: ja i mój miś”. To przykłady, gdy obiekt przejściowy nie został przekazany w stan zawieszenia. Z jakichś powodów, miś wciąż był im potrzebny.

Wśród badaczy obiektu przejściowego, istnieje do dziś niezgodność: czy obiekt jest rzeczywiście tym czymś, pomiędzy kciukiem a maskotką (a więc niezależnego od wpływu otoczenia wytworem dziecka) czy też pełni rolę pocieszyciela, zastępując matkę (niektóre badania wskazują, że niemowlęta, które miały intensywny kontakt fizyczny z matką, nie potrzebują obiektu przejściowego). Winnicot twierdzi jednak, że w zdrowym rozwoju dziecka, obiekt traci powoli na znaczeniu. Jest jednak możliwe, że dziecko nie rozstanie się z obiektem, ma to wówczas charakter regresywny. Jeśli w takiej sytuacji obiekt zostanie odebrany, wówczas dochodzi do wytworzenia objawów lub rytuałów. Rzuca to nowe światło na opisane powyżej w punkcie drugim sytuacje. Mamy do czynienia z regresją. Z kolei wymagania dorosłego życia niejako „odbierają” tym osobom obiekt przejściowy. Użycie alkoholu wspomaga więc relację z obiektem, pozwala zamknąć się w świecie, gdzie jest tylko obiekt i jego właściciel. Czy alkohol nie daje poczucia bezpieczeństwa? Czy nie koi do snu? Czy nie daje ulgi? Przecież to wszystko dawał kiedyś małemu dziecku pluszowy miś lub kocyk...

Czy zgadzamy się, aby dziecku odebrać maskotkę? Czy zgadzamy się, aby dorosłemu, który – w pewnej swojej części – jest nadal dzieckiem – odebrać jego maskotkę, która jest środkiem uzależniający? Dlatego leczenie uzależnień to nie odwyk. Nie można tylko odebrać komuś jego ulubioną maskotkę. Trzeba jeszcze zrobić, aby ktoś znalazł inną, jednak już nie tak niebezpieczną, jak ta, która była... Może też bardziej dostosowaną do wymogów dorosłego życia.