



Vera Batņa

Pasaule smiltīs

Smilšu spēles terapija

Vera Batņa

Pasaule smiltīs

Smilšu spēles terapija



No krievu valodas tulkojušas: *Inese Ābola*
Madara Junga

Recenzenti: *Dr. habil. psych. Ārija Karpova*
Dr. psych. Lūcija Rutka
Guna Čače
Māris Siliņš

Redaktore *Marija Kugele*
Literārā redaktore *Rita Cimdiņa*
Datorgrafika *Rudīte Kravale*

ISBN 978-9984-46-153-3

© V. Batņa
© “Izdevniecība RaKa”, 2011

SIA „Izdevniecība RaKa” K. Barona ielā 130, k. 6, Rīgā, LV–1012, tālr. 67312668
E –pasts: pasts@raka.lv, mājaslapa: <http://www.raka.lv>
Izdevniecības galvenais redaktors Vilnis Purēns
Izdevējdarbības reģistrācijas apliecība Nr. 2–0471
Realizācijas daļas tālr. 67291875
Iespiests SIA „Izdevniecība RaKa” tipogrāfijā

SATURS

LINDES FON KEIZERLINKAS PRIEKŠVārds.....	5
AUTORES PRIEKŠVārds	7
PATEICĪBAS	9
IEVADS	11
1. daļa. SMILŠU SPĒLES TERAPIJAS ATTĪSTĪBAS VĒSTURE.....	18
Smilšu spēles terapijas attīstība Latvijā.....	23
Smilšu spēles terapijā izmantojamie materiāli	25
1. Smiltis un ūdens.....	26
2. Miniatūru kolekcija	27
2. daļa. METODES TEORĒTISKAIS PAMATOJUMS.....	36
1. K. G. Junga teorija – smilšu spēles terapijas konceptuālais pamats.....	36
2. Psihes struktūra un dinamika pēc K. G. Junga teorijas	37
Apziņa un bezapziņa.....	37
Apzinātais un neapzinātais smilšu spēlē	38
Kompleksi	38
Arhetipi	39
Arhetipi smilšu spēles terapijā	40
Ego	40
Ego simboli smilšu bildēs	42
Ego un Patības attiecības	45
Persona	46
Persona smilšu bildēs	47
Ēna	48
Ēna smilšu bildēs	50
Anima-Animus	51
● Anima, „iekšējā sievietē”	51
● Anima vīriešu veidotajās smilšu bildēs	53
● Animus, „iekšējais vīrietis”	53
● Animus sieviešu veidotajās smilšu bildēs	55
Patība	55
Patības izpausme smilšu bildēs.....	56
3. Personības attīstība	57
Dzīves stadijas pēc K. G. Junga teorijas	57
Postjungisti un attīstības psiholoģija. M. Fordhams. E. Noimans.....	60
4. Individuācija	63
5. Transcendentā funkcija	64
6. Psihes simbolizējošās funkcijas formēšanās.....	65

7. Personības attīstības stadijas pēc E. Noimana un D. Kalfas	68
Psihes attīstības agrīnās stadijas	70
1. Pirmatnējās attiecības	70
2. Bērna Patības atdalīšanās no mātes	79
3. Centroversija – Patības konstelācija	82
Bērna ego attīstības stadijas pēc F. Noimana un D. Kalfas	84
3. daļa. SIMBOLI	97
1. Simbola daba	97
2. Simbola rašanās	97
3. Simbola funkcijas	98
4. Mītu simboliskā valoda	99
5. Simboli smilšu spēles terapijā	101
Simbolu izpratnes līmeņi smilšu spēles terapijā	103
4. daļa. SMILŠU SPĒLES TERAPIJA PRAKSĒ	107
1. Smilšu spēles terapija bērniem	107
Smilšu spēles rituāls bērniem	113
Sadarbība ar vecākiem	115
2. Smilšu spēles terapija pieaugušajiem	118
Smilšu spēles terapijas iespējas un uzdevumi darbā ar pieaugušajiem	118
Smilšu spēles procesa elementi pieaugušo terapijā	123
● Aicinājums uz spēli	123
● Smilšu spēles terapija kā klienta analītiskās terapijas procesa daļa	124
● Amplifikācija	125
● Atliktā interpretācija	127
3. Par smilšu bilžu interpretāciju	129
4. Terapeita loma	132
5. Transference un kontrtransference smilšu spēles terapijā	139
Kontrtransference Junga izpratnē	140
Dora Kalfa un viņas kontrtransferences koncepcija	144
Projektīvā identifikācija	146
Negatīvā un pozitīvā kontrtransference	147
Trijstūris „klients – smilšu kaste – terapeits”	150
5. daļa. KLĪNISKO GADĪJUMU APRAKSTS	
1. Artūra gadījums: „Baltā lāča garais ceļojums”	156
2. Annas gadījums: „Nāves pārvarešana”	199
TERMINU VĀRDNĪCA	223
IETEICAMIE INFORMĀCIJAS AVOTI	227
PIELIKUMS	231
Simboli	231
Esejas par smiltīm un ne tikai	233
Artūra smilšu bildes	265
Annas smilšu bildes	281

PRIEKŠVārds

Pagājušā gadsimta piecdesmitajos gados nelielā Šveices ciematiņā Hintercinenā radās neparasta ārstniecības metode, kuru tās pamatlicēja Dora M. Kalfa (*Dora M. Kalf*) nosauca par „smilšu spēli”. Varētu likties – kāds dīvains nosaukums terapijai. Tomēr runa šeit būtībā ir par jaunradišanas procesu smiltīs. Bērnu ārstes Margretas Lovenfeldas (*Margret Lowenfeld*) iedvesmota, sava Cīrihes skolotāja K. G. Junga (*C. G. Jung*) atbalstīta, balstoties uz reliģijas, filozofijas, mākslas un kultūras idejām, Dora M. Kalfa radīja to, ko varētu nosaukt par „dziedinošu attēlu veidošanu,” jo saskaņā ar K. G. Junga atzinumu „tur, kur racionālā valoda ir bezspēcīga, cilvēks spēj ar mākslas līdzekļiem radīt kriptogrammu līdziniekus, kas ataino dvēseles iekšējo stāvokli”. Terapeita uzdevums ir radīt drošu vidi, taktiski un draudzīgi būt līdzās šajā procesā un spēt iztulkot smilšu tēlu un simbolu valodu. Par to arī būs runa šajā grāmatā.

Smilšu spēles terapijam nepietiek tikai ar zināšanām psiholoģijā; viņam ir nepieciešama arī mākslas, literatūras, mitoloģijas un mūzikas izpratne. Dora M. Kalfa spēlēja klavieres, veidoja māla skulptūras un dzīvoja ļoti ciešā saskarē ar dabu.

Kaut arī sākotnēji šī izdziedēšanas metode bija paredzēta bērniem, drīz vien radās tās pielietojums arī pieaugušo terapijā, tā ātri kļuva populāra visā pasaulē – no Japānas un Eiropas līdz Amerikai un Kanādai. Un tomēr šī metode joprojām ir „līdz galam neatminēta mīkla”.

Kad pagājušā gadsimta deviņdesmitajos gados es pirmo reizi ieradus Latvijā, lai vadītu pirmo ģimenes terapiju apmācības kursu, kursu ietvaros iepazīstināju arī ar smilšu spēles terapiju. Šī progresīvā metode izraisīja dzīvu interesi un strauji izplatījās Latvijā. Esmu ļoti gandarīta, ka šobrīd jau pastāv Latvijas Smilšu terapijas biedrība un Smilšu terapijas institūts. Smilšu spēles tēlu valoda šķiet ļoti aizraujoša un vienkārša, bet tā spēj aizsniegt visdziļākos dvēseles slāņus un atsaukt atmiņā bērna dzīves preverbālā perioda pārdzīvojumus. Tādēļ esmu pārliecināta, ka smilšu terapija Latvijā atradusi savu īsto vietu – jūras apskalo-tajā balto smilšu, senu mītu un mūsdienīgu tehnoloģiju zemē. Šī metode palīdz izdziedināt sāpes un ciešanas, kuras nav iespējams izteikt, izlīdzināties ar savu likteni un izlīgt mieru ar citiem cilvēkiem.

Grāmatas autore Vera Batņa ir devusi nozīmīgu ieguldījumu smilšu spēles terapeitiskās iedarbības teorētiskajā izpratnē. Autore apkopojusi un aprakstījusi šai metodē pastāvošos uzskatus un pieredzi, kas būs vienlīdz noderīga kā topošajiem, tā arī jau praktizējošiem speciālistiem.

Novēlu grāmatai rast plašu ieinteresētu lasītāju loku un būt viņiem noderīgai!

*Linde fon Keizerlinka,
Vācijas Smilšu terapijas biedrības (DGST) priekšsēdētāja,
Apfelstedta, 2010. gada 8. martā*

PRIEKŠVārds

Šajā monogrāfijā par smilšu spēles terapiju esmu apkopojusi teorētiskās koncepcijas, kuras izmantoju savā ikdienas darbā, papildinot tās ar praktiskām rekomendācijām un klinisko gadījumu aprakstiem. Grāmata sakņojas ilggadējā pieredzē, ko esmu guvusi, izmantojot smilšu spēles terapiju psihoterapijas praksē, kā arī savā pedagoga darbā.

Smilšu spēles terapija ir terapeitiska metode, kuru izstrādājusi Dora Kalfa un kas balstās uz K. G. Junga psiholoģiskajiem principiem (*ISST Statutes, 2007*). Tas nav šķērslis, lai šo metodi nevarētu izmantot arī citu virzienu speciālisti. Bet tieši Junga uzskati par simbolu transformējošajām īpašībām un arhetipisko saturu atspoguļojoša simbolu izpratne dod šai metodei konceptuālo pamatu un spēku. Tādēļ speciālisti, kuri savā darbā jau izmanto smilšu spēles terapiju vai tikai uzsākuši tās apguvi, var daudz iegūt, iepazīstoties ar galvenajiem analītiskās psiholoģijas jēdzieniem un valodu.

Smilšu spēles terapijas popularitāti Latvijā, manuprāt, lielā mērā nosaka tas, ka mūsu multikulturālajā valstī pastāv nopietna vajadzība pēc metodes, kurai nacionālo valodu robežu nav. Tā ir metode, kurā saziņa notiek simbolu valodā – pašā senākajā valodā uz zemes, kas ir saprotama visām tautām un katram cilvēkam. Zīmīgi ir arī tas, ka grāmata vienlaikus tiek izdota latviešu un krievu valodā; tādējādi tā uzņemas vidutājas lomu kultūru dialogā. Manās mācību grupās latviski un krieviski runājošie kolēģi kopā mācās saprast simbolu valodu un prasmi saskarties ar tiem dvēseles slāņiem, kuros vienojošā ir daudz vairāk nekā atšķirīgā.

Smilšu spēles terapijas metodi es sāku apgūt Pēterburgā Īrijas kolēģu vadībā, tupināju mācības Latvijā, Vācijas kolēģu vadībā, Lindes fon Keizerlinkas vadībā kļuva par Starptautiskās Smilšu spēles terapijas biedrības (ISST) biedru. No 2005. gada jungisko analīzi apgūstu Starptautiskajā programmā, kuru organizēja Starptautiskā Analītiskās psiholoģijas asociācija. Latvijā šo programmu vada Viļņas Universitātes profesore Ph. D. Gražīna Gudaite. Jau otro gadu Zigmunda Freida Vīnes universitātē strādāju pie disertācijas par smilšu spēles terapiju un ceru, ka manu profesionālo kontaktu ģeogrāfija turpinās paplašināties. Esmu pārliecināta, ka smilšu spēles terapija var kļūt par cilvēkus vienojošu metodi, jo tā tiecas apmierināt vienu no galvenajām cilvēka pamatvajadzībām – tikt pamatnītam un saprastam.

Ceru, ka šajā grāmatā apkopotā informācija palīdzēs tiem, kuri vēlas apgūt smilšu spēles terapiju un uzzināt par to vairāk, savukārt praktizējošiem speciālistiem – ieraudzīt metodi jaunā gaismā. Grāmatā iekļautas nodaļas, kas veltītas

darbam ar bērniem, viņu vecākiem un pieaugušiem klientiem, tiek skaidroti atsevišķi praktiskā darba aspekti, kā arī pievienoti divi manas prakses gadījumu sīki apraksti, kas sniedz ieskatu terapeita ikdienas darbā.

Smilšu spēles terapijas metodes iekļaušana savā metožu arsenālā citu teorētisko virzienu piekritējiem piedāvā neizsmeļamas iespējas kā darbam ar dažāda vecuma klientiem, tā arī pašiem sev, strādājot kā individuālajā terapijā, tā arī ar pāriem un ģimenēm. Ja maziem bērniem jūtamam labumam var sniegt tradicionālā spēles terapija, tuvojoties pusaudžu vecumam, tās nozīme mazinās.

Tomēr nav iespējams pa īstam novērtēt šo metodi, izlasot par to grāmatā, – tāpat kā nevaram gūt īstu priekšstatu par svešu zemi, ja ne reizi neesam to apmeklējuši. Cilvēka ceļojums savā iekšējā pasaulē var būt aizraujošs vai grūts, bet tas vienmēr ir dziļi personisks un pietiekami vērtīgs, lai to uzsāktu. Globalizācijas un pragmatisma laikmetā dziļi personiskajam mūsu dzīvē diemžēl paliek arvien mazāk vietas. Lasot klīnisko gadījumu aprakstus, jūs sastapsieties ar ļoti intīmiem jaunu cilvēku pārdzīvojumiem, kuri meklēja un atrada palīdzību. Viņi abi uzticēja lasītājiem savus iekšējos atklājumus, piekrītot publikācijai.

Smilšu spēles terapija raisa manī entuziasmu. Sākumā tas bija iesācēja entuziasms, tagad tā ir iedvesma, kuru papildina un atbalsta pieredze. Vēlēšanās labāk palīdzēt motivē mani pilnveidoties pašai un mācīt citus, jo praktizēt smilšu spēles terapiju nebūt nav viegli. Es pati savu terapeitisko pieredzi vēl neesmu pilnībā pārdzīvojusi, es vēl esmu ceļā.

Katram terapeitam ir nepieciešams izveidot savu personīgo uzskatu svarīgos jautājumos. Personiska attieksme piešķir terapeita pozīcijai dziļāku sapratni, darot viņu par prasmīgāku klienta pavadoni ceļā uz individuāciju. Terapeita garīgais un intelektuālais meklējums mudina uz personīgu meklējumu arī klientu. Izteiktās patiesības ir nosacītas, bet tās atdzīvojas, kad iegūst personīgu jēgu un saturu.

Es nepiedāvāju lasītājam universālas zināšanas. Savā grāmatā es dalos dziļi personīgas pieejas pieredzē, kas iemantota no maniem skolotājiem, praksē un jauno speciālistu apmācībā. Ceru, ka kaut kur šīs grāmatas lapaspusēs jūs atradīsiet atbildes uz saviem jautājumiem vai vismaz gūsiet zināmu prieku no to meklēšanas. Dzīve ir paradoksu pilna. Gluži kā dzena koānā – uz katru jautājumu tajā nav tiešas atbildes. Tas liek mums patiesības meklējumos iet arvien dziļāk un, izmantojot mūsu dvēseles iekšējās zināšanas, atrisināt kārtējo grūto dzīves mīklu.

Autore