

# KŪRYBINĖ TUŠTUMA – EDUKACINĖ, PSICHOTERAPINĖ PRIEMONĖ KARINIO PERSONALO TRAUMINĖS PATIRTIES ĮVEIKOJE

**Jurgita Kuliešienė**

*Nepriklausoma tyrėja*

**Dr. Laima Sapežinskienė**

*Lietuvos sveikatos mokslų universiteto Medicinos akademija,  
Neuromokslų institutas, Elgesio medicinos laboratorija*

**Anotacija.** *Susidūrus su trauminiais patyrimais, vietoj natūralaus pokyčių išgyvenimo ir adaptacijos iššūkiams, karinio personalo gyvenimas kartais tampa padalintas ir fragmentiškas. Straipsnio tikslas – tirti, kaip ir kokią edukacinę ir psichoterapinę pagalbą galima teikti kariniam personalui, kad būtų įveikta trauminė patirtis. Remiantis neuromokslų tyrimais, geštalto intervencija yra grindžiama neuroplastiškumo teorija (Fuchs, 2002; Cozolino, 2006; 2016; 2017; Taylor, 2014; Solomon, & Siegel, 2017). Taikant geštalto holistinį terapinį požiūrį, ypač patyrimo / kontakto ciklo dalį, vadinamą „kūrybine tuštuma“, buvo išanalizuoti karinio personalo militaristinio gyvenimo patyrimai, ieškant „kūrybinės tuštumos“ pasireiškimo. Išvada: „kūrybinė tuštuma“, kaip geštalto patyrimo / kontakto ciklo dalis, sujungianti „nieko nedarymą“ su „veikla“, gali būti taikoma kaip efektyvi edukacinė, psichoterapinė priemonė karinio personalo trauminės patirties įveikoj.*

**Pagrindiniai žodžiai:** *geštalto terapija, karinis personalas, militaristinis gyvenimas, „kūrybinė tuštuma“.*

## **Įvadas**

Karinio personalo gyvenimo kokybė kinta ir yra veikiama stresinių ir trauminių patirčių. Karinė veikla – viena iš tų, kurios pasižymi profesinėje aplinkoje dažnai patiriamu stresu greitai besikeičiančiomis aplinkybėmis. Karo tarnyba kelia griežtus reikalavimus karių moraliniam, psichologiniam, intelektualiam, fiziniam bei techniniam pasirengimui.

**Aktualumas.** *Susidūrus su trauminiais patyrimais, vietoj natūralaus pokyčių išgyvenimo ir adaptacijos iššūkiams, kario gyvenimas kartais tampa padalintas ir fragmentiškas (Berghaus, & Cartagena, 2014:288). Fragmentacija yra karinio personalo gyvenimo padalijimo į profesines ir asmenines sritis, kurios yra izoliuotos*

viena nuo kitos, forma. Fragmentacija yra svarbi karių problema (Berghaus, & Cartagena, 2014:288).

**Mokslinė problema.** Kaip metodologiškai galima būtų paaiškinti, kad geštalto psichoterapija gali būti efektyvi edukacinė ir psichoterapinė priemonė kariniam personalui, patyrusiam trauminius įvykius ir savo gyvenimo fragmentaciją? Spręsdamos šią problemą patyrinėsime vieną iš pagrindinių teorinių geštalto psichoterapijos koncepcijų – „kūrybinę tuštumą“ (KT).

**Mokslinis tyrimo klausimas.** Ar gali KT, kaip geštalto patyrimo / kontakto ciklo dalis, būti taikoma kaip efektyvi psichoterapijos priemonė karinio personalo trauminių patyrimų įveikoje?

**Tyrimo objektas.** Karinis personalas ir jų gyvenimo patyrimai.

**Tikslas.** Išanalizuoti karinio personalo militaristinio gyvenimo patyrimus geštalto terapijos požiūriu, ieškant „kūrybinės tuštumos“ pasireiškimo.

**Uždaviniai:** 1) išanalizuoti geštalto patyrimo / kontakto ciklo modelį, pagrindinį dėmesį skiriant vienai iš jo dalių – „kūrybinei tuštumai“; 2) atlikti kokybinę fenomenologinę karinio personalo militaristinio gyvenimo patyrimų naratyvinę analizę, taikant pusiau struktūruotą interviu kaip geštalto terapinį / edukacinį eksperimentą; 3) išskirti tyrimo rezultatus, naudojant tematinę analizę, ir nustatyti „kūrybinės tuštumos“ pasireiškimo kontinuumą karinio personalo gyvenime.

**Tyrimo metodika ir mokslinio tyrimo eiga.** Karinio personalo trauminės patirties įveikimui reikalinga specifinė tyrimo metodologija. Sudėtingas karinio personalo gyvenimo tyrinėjimas galimas, metodologiškai taikant mokslinį sisteminių teorinių požiūrį. Tam, kad būtų geriau suvokiama karinio personalo išgyvenama realybė, taikomi įvairūs konceptualūs sveikatos, gerovės kultūros modeliai, pavyzdžiui, „kario adaptacijos modelis“ (Bliese & Castro, 2003), „stresą mažinančios hipotezės“ (Karasek, 1979), „potraumatinio streso sutrikimo teorija“ (Foa et al., 2005; Resick et al., 2008), „darbo ir šeimos konfliktas“ (Piftman, 1994), „godžios institucijos hipotezės“ (Segal, 1986), galios ir lyderystės santykių sprendimui taikomos įvairios vadovavimo bei savarankiškumo teorijos (Castro, Thomas, & Adler, 2006; Castro, 2014; Castro, & Kintzle, 2014; Sapežinskienė, 2005). Svarbu atsižvelgti ir į karinio personalo gyvenamąjį laiką, t. y. raidą, apimančią svarbius pokyčius, susijusius su tokiais gyvenimo įvykiais, kaip perėjimas į karo tarnybą; misijos, dislokacijos, persikėlimai, santuoka ir vaikai, grįžimas iš karo tarnybos bei kariuomenės palikimas, civilinės karjeros pradžia, išėjimas į pensiją ir pan. (Castro, 2014). Atlikta militaristinės psichologijos tematika publikacijų 2002–2014 metais metaanalizė (Daniels et al., 2015; Vermetten, & Jetly, 2018) parodė, kad daugelis problemų, turinčių įtakos psichikos sveikatos darbui su kariuomenės nariais ir jų šeimomis, geriausiai gali būti suformuluotos ir tiriamos taikant kokybinį metodą ir leidžiant pasidalinti savo patirtomis istorijomis. Kiti tyrimai, taikant kognityvinę terapiją, laikomą tyrimais pagrįsta potrauminių sutrikimų gydymui, parodė, kad trumpalaikės intervencijos nebuvo efektyvios teikiant pagalbą kariniam personalui gydant potrauminius sutrikimus (Haagen et al., 2015; Steenkamp et al., 2015; Den-

nis et al., 2016; Vermetten, & Jetly, 2018). Labiausiai kritiškai vertinama tai, kad po 1–3 intervencijų, ypač veteranai, kurie buvo patyrę trauminius įvykius, buvo stigmatizuojami kaip „sunkiai gydomi ar nepasiduodantys gydymui“ bei atmetami (Vermetten, & Jetly, 2018). Straipsnio autorės siūlo atkreipti dėmesį, kad metodologiškai būtų tikslingas geštalto psichoterapijos, kaip edukacinių ir psichoterapinių priemonių bei intervencijų, taikymas kariniam personalui, patyrusiam trauminę patirtį (Taylor, 2014:44). Metodologiškai pasirenkama holistinė geštalto teorinė perspektyva, taikoma militaristinės kultūros praktiniame kontekste ir kokybinis fenomenologinis atvejo analizės metodas. Barrett (2015) taikė geštalto požiūrį ir tyrė klasikines karo, karo istorijos problemas bei praktines problemas, susijusias su operacijomis mūšio lauke, ir gyvenimo iššūkius, jų sprendimus, parodydamas sėkmingą kareivį. Šio straipsnio autorės taiko fenomenologinį holistinį geštalto požiūrį, siekdamas įveikti trauminę patirtį, ir kaip psichoterapinę ir edukacinę priemonę pristato KT. Kadangi mes esame neatskiriamai susiję su mūsų aplinka, todėl veikiame ją, o mus taip pat veikia kontekstas, kuriame mes gyvename (Leary-Joyce, 2014:6). Remiantis neuromokslų tyrimais, geštalto intervencija yra grindžiama neuroplastiškumo teorija (Fuchs, 2002; Cozolino, 2006; 2016; 2017; Taylor, 2014; Solomon, & Siegel, 2017). Didėjantis tyrimų skaičius neuroplastiškumo srityje rodo, jog smegenys dėl nuolatinės organizmo ir aplinkos sąveikos yra epigenetinės struktūros (Fuchs, 2002:4). Iš esmės smegenys yra istoriškai besiformuojančios per asmens socialinius patyrimus. Todėl tiriant žmogaus prasmingų sąveikų su jo aplinka skilimus, svarbu tyrinėti asmenų subjektyvius patyrimus (Fuchs, 2002:4). Traumos teorija pateikia kontekstą geresniam PTSS simptomų suvokimui. Diagnozuojant PTSS požymius, jie gali būti nagrinėjami kaip kūrybinis prisitaikymas, nes simptomai apibūdina problemas, kurias įvardina patyrusieji traumą (Taylor, 2014:45). Geštalto požiūriu, patyrusiems traumą kai kurie tipiniai prisitaikymai yra būtini ir yra itin kūrybiški, pavyzdžiui, disociacijos atveju, o kai kurie gali būti savinaikinantys, pavyzdžiui, savęs žalojimas (Taylor, 2014:45). Kai kurie patyrusieji traumą asmenys išgyvena nepakeliamą gėdos jausmą. Gali būti tyrinėjama karinio personalo patiriama karinės profesinės kultūros ir karinės organizacijos daroma įtaka bei kokį individualų patyrimą išgyvena asmuo, sąveikaudamas su aplinka. Geštalto sąvoka nei lietuvių k., nei anglų k. nėra tiksliai verčiama, bet reiškia tam tikrą apibrėžtą formą. Geštaltas suvokiamas kaip tam tikra aplinkos (fenomenologinio lauko konfigūracija) dalis, į kurią nukreipiamas, sufokusuojamas asmens dėmesys.

**Mokslinio tyrimo eiga.** Taikyti kokybiniai fenomenologiniai tyrimo metodai, apimantys fenomenologinį stebėjimą, pusiau struktūruotą interviu ir geštalto terapijos eksperimentą. Duomenys surinkti taikant naratyvinę metodologiją, kai užrašomas pokalbio (naratyvo) tekstas. Kadangi interviu buvo konstruojamas metodologiškai laikantis geštalto psichoterapijos požiūriu, tai interviu procesas buvo prilygintas geštalto terapinio eksperimento procesui. Interviu metu buvo pateikta 11 klausimų apie karinio personalo militaristinio gyvenimo patyrimus: 1) Kaip jautėtės (emocijos, mintys, kūno pojūčiai) prieš pradėdami karo tarnybą; prieš kovą ar

kovinę užduotį / misiją / sunkiausiomis akimirkomis, kai manėte, kad neišgyvensite...? 2) Kaip jautėtės (emocijos, mintys, kūno pojūčiai) po kovos, kovinės užduoties / misijos, kai manėte, kad neišgyvensite? 3) Kaip jautėtės, kai buvote demobilizuotas po sužeidimo, savo noru ar kitu atveju? 4) Ar buvo pasitaikę, kad tam tikru metu jautėtės tiek perpildytas, kad negalėtumėte kalbėti, o kūne jautėte pykinimą, svaigimą, kūno drebulį, baimę, nerimą ir panašiai? Kokiu atveju tai patyrėte? 5) Ar buvo pasitaikę, kad tam tikru metu jautėtės visiškai tuščias, nenorėjote kalbėti ir ši juntama tuštuma buvo labai erzinti, sunki, nepaaiškina ir panašiai? Kokiu atveju tai patyrėte? 6) Kas vyko su jumis sunkiomis jums kaip asmeniui momentais (prieš kovą; kovoje, po kovos, kai žūva kiti, jūs sužeidžiamas ir panašiai)? 7) Kaip išgyvenote žinią (kad baigėsi karas; karo tarnyba, buvote atšauktas iš karo tarnybos; dezertyravote; pats nutraukėte karo tarnybą)? 8) Kaip išgyvenote pasikartojančius karo vaizdus, sunkius prisiminimus, košmariškus sapnus? 9) Ar buvo situacijų, kai jūsų kaip asmens moralinės vertybės prieštaravo jūsų kaip karinio personalo įsipareigojimams? Kaip tada jautėtės ir elgėtės? 10) Ar buvo momentų, kad jautėtės „pripildytas“, nenorėjote kalbėti, bet buvote patenkintas / laimingas? Kokiu atveju tai vyko? 11) Ar jums buvo diagnozuotas potrauminis streso sindromas ar depresija, nerimas?

Gauti rezultatai naratyvo forma buvo analizuoti, taikant tematinę analizę (Marshall, & Rossman, 2011; Creswell, & Plano Clark, 2011; Creswell, 2014) ir iš naratyvo teksto buvo išskirti pasikartojantys, svarbūs straipsnio tikslui, išsikeltiems uždaviniams ir mokslinės problemos sprendimui apibendrinančios temos, potėmės ir kodai. Atliekant fenomenologinę atvejo analizę buvo atsižvelgta į tai, kaip paveikė respondentą šis eksperimentas. Viso tyrimo metu buvo kreipiamas dėmesys į tai, ar ir kaip pasireiškia „kūrybinės tuštumos“ fenomenas tiriamojo gyvenimo patyrimuose. Numačius tyrimo formatą, buvo vykdyta respondentų paieška visuomenėje. Respondentas turėjo būti patyręs trauminius įvykius savo kariniame gyvenime ir sutikti dalyvauti tyrime. Suradus respondentus buvo pasiūlytos jiems priimtinos (dėl konfidencialumo užtikrinimo ir dėl patogaus bendravimo tiek respondentams, tiek tyrėjui) kelios susitikimo vietos ir laikas. Tyrėjas buvo asmuo, turintis patirtį rinkti kokybinius tyrimo duomenis ir taip pat buvo geštalto konsultantas, gebantis taikyti geštalto psichoterapijos principus. Tyrėjui ir respondentui susitikus, buvo paaiškintas tyrimo tikslas ir kaip tyrimas vyks, aptartos respondento teisės, saugumo, privatumo, konfidencialumo taisyklės ir respondentas turėjo duoti sutikimą dalyvauti tyrime. Pateiktame kokybinių tyrimo duomenų apraše yra pakeitimų (vardai, kai kurie faktai – pakeisti) tam, kad būtų išlaikytos tyrimo sutarties sąlygos. Straipsnyje pateikiame tik vieną tyrimo atvejį.

**Pagrindinė straipsnio dalis** apima 4 skyrius: 1. Mokslinės problemos analizė; 2. Karinio personalo trauminės patirties įveikos psichoterapinė priemonė; 3. Karinio personalo trauminės patirties įveikos edukacinė priemonė ir 4. Atvejo analizė: kokybinė „kūrybinės tuštumos“ paieška.

## 1. Mokslinės problemos analizė

Vyrauja naujas 21-ojo amžiaus poreikis – stiprinti gebėjimą taikyti psichologijos mokslą ir praktiką karinėse organizacijose (Estrada, 2013:1). Karinis gyvenimas gali būti sudėtingas kariniam personalui ir jų šeimoms. Be tipiskų kasdienių iššūkių, su kuriais susiduria visi žmonės, ši populiacija patiria unikalaus karinio gyvenimo įtampą, dažnai vykstančius, ir karinę dislokaciją, kuri, pavyzdžiui, sukelia daugiau nei dešimtmetis kovinių operacijų Afganistane ir Irake (Sims et al. 2017). Karinio personalo gyvenimas perpildytas įvairių iššūkių, patiriamų jų darbo vietoje. Vyrauja militaristinė organizacinė kultūra, kuri veikia karo tarnybos narių gyvenimą civilizuotame pasaulyje, šeimoje ar laisvalaikio metu. Karinė kultūra yra iš esmės unikali ir apibrėžiama pagal esančią organizacinę struktūrą, sistemą ir taisykles (Redmond et al., 2015:9). Karinio personalo darbo vieta ypatinga ir gali sukelti tam tikrų karinio personalo ir jų šeimų patirčių, besiskiriančių nuo civilinių gyventojų aplinkos. Karinės kultūros įtaka taip pat labai paveikia karinio personalo sutuoktinius, nes juos vienodai veikia karinis kontekstas (Redmond et al., 2015:9). Karinio sutuoktinio hierarchija dažnai priklauso nuo sutuoktiniui suteikto rango, tačiau moksliniai tyrimai rodo, kad kai kurie sutuoktiniai išreiškia norą būti vertinami pagal jų asmeninius požymius, o ne pagal jų šeimos nario tarnybos rangą, kurį jie suvokia kaip juos pačius stigmatizuojantį reiškinį (Dandeker et al., 2006; Harrell, 2001). Karinis personalas ir jų šeimos susiduria su psichosocialiniais iššūkiais, kuriuos dažnai sukuria intensyvi darbo aplinka. Moksliniai tyrimai rodo, kad karinis personalas demonstruoja tam tikrą atsparumą (Saltzman, 2013), užuot būtų aiškiai apibrėžiamos ir įvardijamos karinio personalo gyvenimo fragmentacijos išgyvenimo problemos (straipsnio autorių nuomone). Karinio personalo gyvenimo kokybė kinta ir yra veikiama stresinių ir trauminių patyrimų (Bryan et al., 2013; Berghaus, & Cartagena, 2014). Nors nustatyta, kad dalyvavimas kovose neturi tiesioginio poveikio savižudybėms, bet tai tiesiogiai susiję su potrauminio streso sindromo sunkumu (toliau – PTSS) (Bryan et al., 2013). PTSS labia susijęs su depresija, kuri savo ruožtu gali būti susijusi su savižudybės rizika (Bryan et al., 2013). Potrauminis stresas yra stipri emocinė reakcija į trauminius įvykius, kai nepavyksta sumažinti savo reakcijos į praeitį. Susidūrus su trauminiais patyrimais, vietoj natūralaus pokyčių išgyvenimo ir adaptacijos iššūkiams, kario gyvenimas kartais tampa padalintas ir fragmentiškas (Berghaus, & Cartagena, 2014:288). Fragmentacija yra karinio personalo gyvenimo pasidalijimo į profesines ir asmenines sritis, kurios yra izoliuotos viena nuo kitos, forma, kuri yra svarbi kariuomenės narių problema. (Berghaus, & Cartagena, 2014:288). Segal ištyrė keletą karinio gyvenimo būdo reikalavimų, kurie sukelia neigiamą poveikį jų šeimos nariams (Burrell et al., 2006:5). Tai: (1) geografinis mobilumas, (2) gyvenimas užsienyje, (3) periodinis atskyrimas nuo šeimos ir (4) tarnybos nario sužalojimo ar mirties rizika. Kitas neigiamas poveikis, darantis įtaką karinio personalo šeimoms, yra ilgos ir nenusėjamos darbo valandos, juntamas spaudimas karių šeimoms, kad jos atitiktų priimtus militaristinės kul-

tūros elgesio standartus ir organizacijos kultūros maskulinistinį pobūdį (Burrell et al., 2006:5). Nors karinių populiacijų tyrimai parodė, kad asmeninės gerovės priemonės yra siejamos su tiek intymių partnerių sanglauda, tiek su sukibimu su karinio personalo veikla, nėra aišku, kaip reikėtų aiškinti šias sąsajas (Layman et al., 2019). Dar didesnę atskirtį nuo civilinio pasaulio parodo karinio gyvenimo moralė. Karo tarnybos nariai turi profesionalią ir moralinę atsakomybę elgtis pagal įstatymus, vertybes ir etiką. Kritiniais momentais karinis personalas reaguoja staigiai, kas nesuteikia galimybės nuodugnai apgalvoti ir apsvarstyti, ir tai kartais gali sukelti vidinį moralinį konfliktą ir didinti emocinę kančią (de Graaff et al., & Giebels, 2016). Mūsų dienomis karo klausimas yra ne tiek tabu, kiek nuspėjamas – karas vertinamas visuomet neigiamai, jis vadinamas pačiu kraštutiniu problemų tarp atskirų visuomenių sprendimo būdu, o bet kokio karo aprašymus dažniausiai lydi ir su juo susijusių žiaurumų liudijimai (Michalovskis, 2014). Karas įvardytas neatsiejamu civilizacijų vystymosi varikliu, kildintas iš natūralaus savęs įtvirtinimo ir konkurencijos sąlygomis gimstančio agresyvumo, vertintas tik kaip kraštutinė bet kokio konflikto išraiška (Michalovskis, 2014). Pagrindinė karinių organizacijų misija yra kitokia nei kitų organizacijų, nes karinės organizacijos yra vienintelės valstybėse, kurioms leidžiama naikinti valstybės priešus, t. y. elgtis ypač agresyviai (Kisinas, 2000; Smaliukienė, 2004:15). Pavyzdžiui, pagrindinis Lietuvos kariuomenės uždavinys karo metu – ginklu ginti Lietuvos valstybę, o taikos metu – saugoti valstybės teritoriją, kontroliuoti ir saugoti oro erdvę, teritorinę jūrą ir išimtinę ekonominę zoną Baltijos jūroje; palaikyti kovinį pasirengimą ir pagal įsakymus vykdyti karines krašto apsaugos užduotis; nustatytais atvejais ir sąlygomis teikti pagalbą policijai ir civilinei valdžiai (Kisinas, 2000; Lietuvos Respublikos krašto apsaugos sistemos organizavimo ir karo tarnybos įstatymas Nr. VIII-723 1998-05-05). Pradedantys privalomąją ar profesinę karo tarnybą asmenys dažnai būna dar labai jauni (pvz., 18–18,5 metų) vysto naujus asmenybės bruožus ir formuoja naują savojo „aš“ tapatumą. Kaip teigia Berghaus ir Cartagena (2014:288), šiandien kariuomenė siūlo naują tapatybę visiems, kurie įstoja į jos gretas: vyrai ir moterys dažnai pradeda priimti šią tapatybę nuo pat pirmosios dienos, kai tik civilinius drabužius pakeičia uniforma. Pradiniame kario profesinės tapatybės kūrimo etape didžioji laiko dalis praleidžiama mokantis ir įvaldant kariuomenės standartus, drausmę, papročius, tradicijas, įgūdžius ir vertybes. Straipsnio autoriai atkreipia dėmesį, kad Berghaus ir Cartagena (2014:288) kelia svarbų klausimą apie tai, kaip kario profesinė tapatybė turėtų būti susijusi su jo asmenine tapatybe, nes karinio personalo gyvenimo suskirstymas į atskiras izoliuotas dalis sąlygoja ir moralinį asmenybės susiskaldymą. Moralinis asmenybės „aš“ apima kognityvinius, emocinius, asmeninius ir socialinius asmens moralinio elgesio aspektus (Punzo 1996; Berghaus, & Cartagena, 2014:289). Fragmentacijos atveju atsiranda iššūkis įveikti savo paties moralinį susiskaldymą, nes konfliktas tarp profesinio ir socialinio tapatumo sukelia išgyvenimus dėl nepatenkintų poreikių. Iššūkis integruoti asmens tapatybę su savo, kaip karo kovotojo, tapatybe yra kažkas, ką apibūdina daugelis karo veteranų. Kai kurie

karo veteranai labai sunkiai integruojasi į civilinį pasaulį, pvz., tai rodytų ši Afganistano karo veterano citata: kasdien pastebiu, jog instinktyviai ilgiuosi mūšio realybės. Tuomet jaučiausi iš tikrųjų gyvas. Visuomenėje pokyčio poreikis yra tarp dviejų mano „aš“. Vienas „aš“ – tas, koks buvau kare, kitas – tas, kuo buvau iki jo. Prisitaikyti gyventi dabar, reiškia sujungti mano abu „aš“. Tačiau juos sujungęs lieku su konfliktuojančiomis realybėmis. Žmonėms šis skilimas iš tikrųjų niekada realiai ir neužsidaro – karo „aš“ lieka galvoje nuolat (Berghaus, & Cartagena, 2014:289). Dažniausiai karo veteranai neturi noro grįžti į karą, ypač tie, kurie ir toliau kenčia dėl to, ką patyrė kovoje. Daugybė tyrimų parodė, kad baigusiems karo tarnybą veteranams, patiriantiems psichologinį skausmą ir kenčiantiems dėl savo veiksmų kitiems, gali kilti PTSS, depresijos, agresijos, priklausomybės nuo cheminių medžiagų vartojimo ir kitų psichopatologijos formų pavojus (Hoge et al., 2004; Vermetten, & Jetly, 2018). Gerai žinoma, kad karo veteranai gali patirti nuolat jaučiamą kaltę ir gėdą, susijusią su įvairiais savo veiksmais karo tarnyboje (Kubany, 1994; Vermetten, & Jetly, 2018). Naujausi tyrimai parodė, kad dalyvaujantis kovose karinis personalas gali turėti savižudybės riziką, nepriklausomai nuo to, ar atitinka PTSS diagnozavimo kriterijus (Bryan et al., 2013; Vermetten, & Jetly, 2018). Todėl straipsnio autorių nuomone, hipotetiškai galima teigti, kad karinio personalo gyvenimas mažiausiai dviejų persipinančių realybių (militaristinės ir civilizuotos) kontekste ir kultūroje gali sukelti ne tik jų gyvenimo fragmentaciją, bet ir asmenybinės adaptacijos problemas, nes karinio personalo gyvenimo kokybė kinta paveikta stresinių ir trauminių patyrimų. Karinė veikla yra viena iš tų, kurios pasižymi profesinėje aplinkoje dažnai patiriamu stresu greitai besikeičiančiomis aplinkybėmis. Karo tarnyba kelia griežtus reikalavimus karių moraliniam, psichologiniam, intelektualiam, fiziniam bei techniniam pasirengimui. Kariams dažnai tenka pakelti didelius fizinius krūvius, patirti įvairius psichologinius bei dvasinius sukrėtimus ir išbandymus. Kasdieninė tarnybos rutina, karinė drausmė, nuolatinis nuovargis, negalėjimas pakeisti nustatytos dienotvarkės, kitų karių neigiamos emocijos bei griežti specifiniai reikalavimai dažniau sukelia stresą privalomosios pradinės karo tarnybos kariams nei profesinės tarnybos kariams (Čikalova ir kt., 2013). Atsparumo demonstravimas ir baimė būti paniekintiems, stigmatizuotiems dėl sveikatos problemų (pavyzdžiui, psichinės sveikatos sutrikimų – nerimo, emocinės baimės, potrauminio streso sindromo, gedėjimo ar depresijos ir pan.) yra vienas kitam prieštaraujantys dalykai, metaforiškai sakant, lyg dvi skirtingos monetos pusės. Psichikos sveikatos gydymas gali būti nelengva problema, žinant karinio personalo nusistatymus, paveiktus jų karinės kultūros (Cole et al., 2019). Atsiranda natūralus poreikis išanalizuoti karinio personalo poreikius ir teikti atitinkamai pagal juos paslaugas (Sims et al. 2017).

## 2. Karinio personalo trauminės patirties įveikos psichoterapinė priemonė

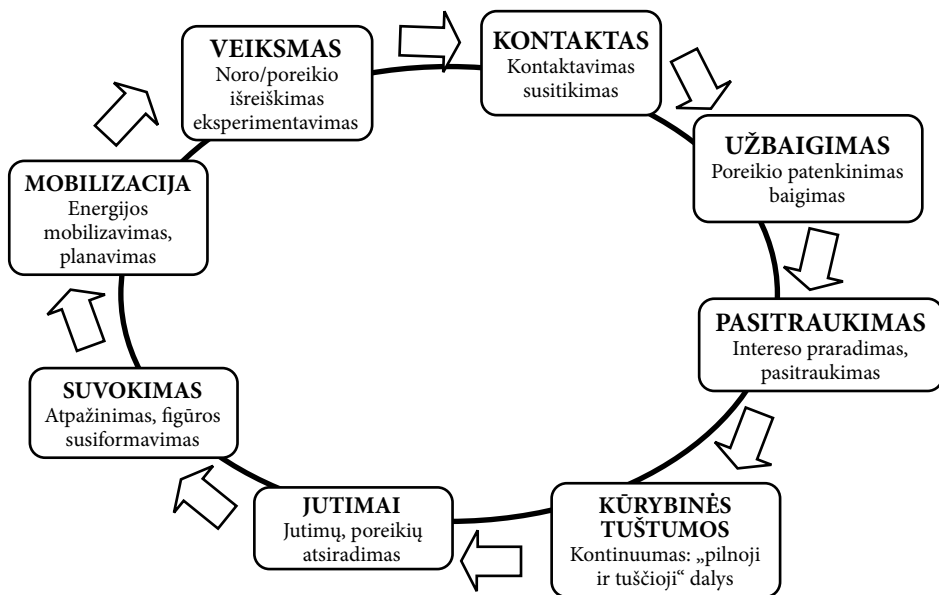
Šiame skyriuje atskleidžiame kariniam personalui taikomas trauminės patirties įveikos esmę per geštalo psichoterapijos priemones: geštalo / figūrų formavimą; diagnostinį kontakto / patyrimo ciklo stebėjimą; „kūrybinės tuštumos“ – kaip vienos iš kontakto / patyrimo ciklo dalies analizę. Diagnostikos ir terapijos metu fenomenologiškai tyrinėjamas asmens gebėjimas formuoti naujus geštalus (figūras) pagal savo poreikius / norus jo aplinkoje. Šiame procese visada remiamasi asmens santykio su aplinka patirtimi „čia ir dabar“ (Vidaković, 2013). Naujumas, originalumas visada yra susijęs su kūrybiškumu ir skirtingumu (Glăveanu, 2011:110). Tačiau kas yra nauja, originalu ir naudinga asmeniui priklauso nuo jo asmeninio vertinimo (Glăveanu, 2010a; 2010b; Glăveanu, & Gillespie, 2015; Glăveanu, 2011:111). Goffman (1959) teigė, kad kasdieniame gyvenime asmuo gali skirtingai pateikti savo įvaizdį, dažniausiai sukurdamas tam tikrą auditorijai skirtą įspūdį. Asmens, turinčio PTSS, fenomenologinis diagnostinis procesas geštalo psichoterapijoje apima pagrindinių kontaktinių funkcijų (kurios skirtos užmegzti ir palaikyti kontaktą su kitais) stebėjimą (t. y. akių kontakto, balso, klausos, prisilietimo / laikysenos / judėjimo ir pan.). Šios funkcijos dažnai pasikeičia po traumos. Pastebima, kad suvokimo, emociniai ir kognityviniai procesai (jutimo integracija, emocinis reaktyvumas ir reguliavimas, psichinis apdorojimas ir atmintis) iškraipomi ir reikšmingi pokyčiai vyksta vertinant kitus ir save (Janoff-Bulman & Frantz, 1997). Asmenų, patyrusių traumą, patyrimo / kontakto ciklas keičiasi (Vidaković, 2013). Po traumos būdingas kontakto su kitais ribų pasikeitimas. Gali būti kuriamas santykis su kitais, kai ribos per daug stiprios ar per daug lanksčios, o kartais išvis ribų nėra, kas lemia socialinę izoliaciją ar negebėjimą save apsaugoti. Tokiu atveju atsiranda galimybė daugkartiniam retraumatizavimui (Vidaković, 2013). Toliau plėtojant geštalo požiūrį į traumą, Melnick ir Nevis teigė, kad tie, kas patyrė PTSS, turi demobilizacijos (kaip paskutinio kontakto / patyrimo ciklo etapo karo kontekste) sunkumų: dažnai asmuo nesugeba „suvirškinti ir paleisti“ nesveiką patirtį, nes jos neperpranta (Melnick, & Nevis, 1992; 1997a; 1997b; 1998). Jei asmens patirtis pernelyg įkrauta, tai tam, kad ji būtų lengviau suvokiama, senoji figūra lieka neintegruota ir turi nuolat iškreipiantį poveikį šiandieninei ir ateities individo patirčiai (Melnick & Nevis, 1997). Psichoterapija turėtų prasidėti nuo kliento „įgalinimo nusisukti“ nuo trauminės figūros. Klientui lėtai judant asimiliacijos proceso keliu, emocijos bus paleistos kartu su gebėjimu su jomis tvarkytis asmeniniu augimu. Pateikimas į tuštumą yra sunkiausia fazė (straipsnio autorių pastaba – neigiama prasme), tačiau jai įvykus, atsiranda pripažinimas kažko naujo apie save (Melnick & Nevis 1992; 1998).



## 2.1. Metodologinis geštalo požiūris ir „kūrybinės tuštumos“ tyrinėjimas

Patyrinėsimė vieną iš pagrindinių teorinių geštalo psichoterapijos koncepcijų – geštalo patyrimo / kontakto ciklo dalį – KT, siekdamos atsakyti į mokslinio tyrimo klausimus: Kaip metodologiškai galima būtų paaiškinti, kad geštalo psichoterapija gali būti efektyvi edukacinė ir psichoterapinė priemonė kariniam personalui, patyrusiam trauminius įvykius ir savo gyvenimo fragmentaciją? Ar galima karinio personalo trauminės patirties gydymui taikyti ilgalaikės geštalo psichoterapijos intervencijas, susijusias su patyrimo / kontakto ciklo faze „kūrybine tuštuma“? KT tyrinėjimui duomenys renkami naudojant naratyvinę fenomenologiją ir analizuojant atskirus atvejus pagal individualios geštalo psichoterapijos požiūrį. KT fenomenas suprantamas kaip paradoksas, kai asmuo gali pasijausti, kad vienu metu jis yra tarsi „tuščias“, o kitu – „pripildytas“ (pilnas) (Leary-Joyce, 2014:vi). Tradicinė geštalo psichoterapijos teorija ir praktika atkreipia dėmesį į asmens aktyvumą: asmuo gali save reikšti aktyviau, triukšmingiau ir tam tikra prasme agresyviau, kontaktuodamas su aplinkiniu pasauliu. Šios teorijos požiūriu, KT yra geštalo kontakto su savimi ar kitais patyrimo ciklo / bangos dalis. Geštalo požiūris yra susijęs su visu asmeniu, nes skatinama ieškoti pusiausvyros tarp kūno, jausminio patyrimo, minčių ir vaizdinės raiškos bei aplinkos. Bet kuris organizmas veikdamas santykiauja su aplinka savireguliacijos būdu, kas konceptualiai vizualizuojama kontakto su aplinka patyrimo ciklu, atvaizduojamu rato (1 pav.) arba bangos forma (2 pav.). Pagal Kepner (1987), geštalo patyrimo / kontakto ciklas, vaizduojamas banga, apima kelias fazes: jutimų; figūros (noro / poreikio) formavimosi; mobilizacijos; veiksmo; kontakto; pasitraukimo (išėjimo iš kontakto ciklo fazės). Šis ciklas apibūdina bet kurio organizmo elgesio ir patirties seką, kuria siekiama užbaigti sąveiką, skatinančią savireguliaciją. Kontakto ciklas arba patirties ratas, kuriuo apibrėžiama impulso arba poreikio gyvavimo istorija, žyminti visą kelią nuo susijaudinimo ir suvokimo (pojūčio apie poreikį susiformavimo), aukštyn mobilizuojantis energijai (fokusuojant dėmesį ir raumenų tonuso didėjimą, ruošiantis judėti), veiksmo tikslo kryptimi, „kontakto“ atlikimo arba išsprendimo prasme, atsitraukimo / išbaigimo ir tuomet kito pojūčio ir poreikio link (žr. 1 pav., Wheeler, 2003). Tylėjimas psichoterapijoje dažnai traktuojamas kaip kontakto su savimi ar kitais nutraukimas (Denham-Vaughan & Edmond, 2010:5). Iš tikrųjų tradicinė geštalo kontakto ciklo teorija (Clarkson, 1989, Zinker, 1977) laiko, kad tyla ir ramumas, pasireiškiantis kaip KT kontakto cikle, yra tik atsitiktinė poilsio pauzė tarp dviejų geštalo kontakto ciklų (Denham-Vaughan & Edmond, 2010:6). Trumpas geštalo psichoterapijos, kaip metodo, vedančio gyvenimo pilnatvės link, apibūdinimas dažniausiai apima tokius, toliau išvardytus principus (Kepner, 1987; Safarov, 2009:46–47): 1) suvokimas arba buvimas suvokiant save ir kontaktą su esama dabartine situacija iš savo vidaus arba (ir) iš išorės; 2) atsakomybė arba asmens gebėjimas prisiimti atsakomybę, gebėjimas aktyviai ir įsisąmoninus atsakyti dabartiniam psichologiniam ir aplinkos reiškinį poveikiui; 3) aktualumas, buvimas „čia ir dabar“ arba būseną, kai identi-

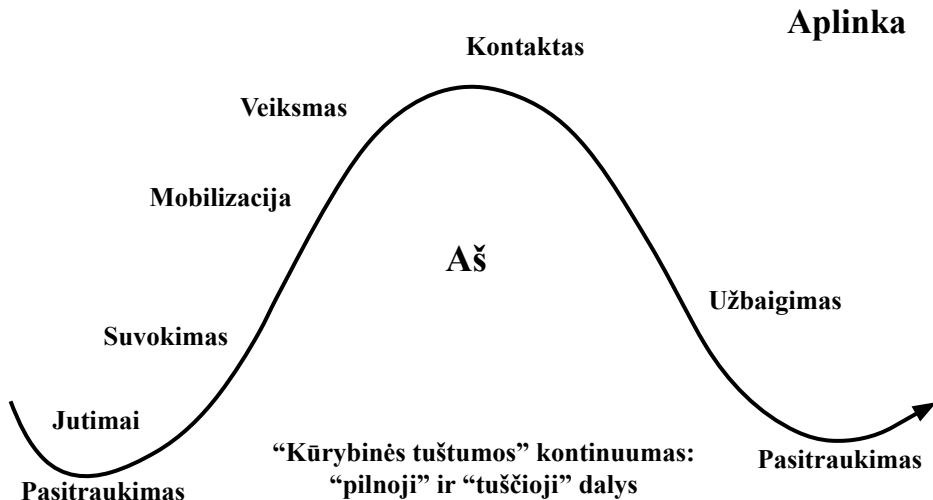
fikuojamas dabartinis įvykis; „dabar ir kaip“ aktyvi pozicija, kuri reiškia adekvatų reagavimą į aktualią dabartinę situaciją. „Kūrybinė tuštuma“, dar kitaip vadinama „vaisinga tuštuma“, nėra adekvati „nieko neveikimui“ (Fraser, 2015). KT atrodo daugiau susijusi su aktyvumu nei su neveiklumu ir dar daugiau siejasi su tikslu bei suvokimu. Vyrauja pozityvi tuštumos samprata – ji siejama ne su negatyvumu, neigimu, o su galimybe, kuri veikia yra potenciali, nuolatinė transformacija, o ne sustingusi ir užfiksuota būseną (Juzefovič, 2013; 2014). Geštalto psichoterapijoje KT yra viena iš geštalto patyrimo / kontakto ciklo fazių, kai susiformavusi geštalto figūra (noras, poreikis), praėjus ciklui, suyra, t. y. figūros nebėra. KT yra geštalto figūros formavimo ir suirimo ciklo fazė, kurioje nėra nieko, kas pasirodytų asmeniui įdomu arba išskirtinai svarbu, taip pat nėra energijos, nukreiptiančios į jausmų ar suvokimo tyrinėjimą (Fraser, 2015). Taigi, KT yra natūralaus pasitraukimo pasekmė po kontakto užbaigimo, kai nėra neišbaigtos situacijos ar neišspręsto poreikio, kuris atkreiptų asmens dėmesį į „čia ir dabar“ akimirką. Kontakto ciklas, kai kilęs poreikis identifikuojamas ir patenkinamas bei užbaigiamas – geštalto figūros formavimasis ir suirimas yra laikomi sveiko funkcionavimo charakteristika.



1 pav. Kūrybinė tuštuma (cituota iš Weiss, 2017), adaptavo J. Kuliešienė ir L. Sapežinskienė, 2019.

Tačiau užstrigimas arba kontakto ciklo fazių praleidimas (ypač KT praleidimas, straipsnio autorių nuomone) yra būdingas asmenims, patyrusiems psichologinius sunkumus ar sutrikimus. Praleistas kontakto ciklo fazes būtų galima atkurti, taikant edukacinius / terapinius eksperimentus. Siekiant atkurti praleistą KT fazę, pvz., galima skirti bent kelias minutes tam tikram ritualui ar ceremonijai, kurios metu būtų pažymimas pasisekimas, pasikeista padėkomis ir įvertinimu: tuomet tam

tikra fazė ar įvykis gali pažymėti ir užbaigti tai, kas buvo neužbaigta KT kontekste. Keletas vidinės ramybės pauzių, leidžiant sau išgyventi pasitenkinimo ir pasitraukimo jausmus, sukuria pozityvius, atpalaiduojančius KT momentus, prieš pradėdant kreipti dėmesį į naujus kylančius poreikius. Tai leidžia pasirinkti iš visų konkuruojančių kitų dalykų, kuriuos reikia padaryti po to, jau kitame gyvenimo žingsnyje, kitu laiku (turima omenyje – naujo kontakto ciklo formavimą). Taigi, KT gali būti apibrėžiama kaip erdvė tarp to, kas yra jau „padaryta“, ir to, „kas bus toliau“, t. y. prieš pasirenkant atlikti kitą žingsnį.



2 pav. Kontakto ratas bangos forma (pagal Zinker, 1978), papildytas „kūrybinės tuštumos“ kontinuumu (adaptavo Kuliešienė ir Sapežinskienė, 2019).

### 3. Karinio personalo trauminės patirties įveikos edukacinė priemonė

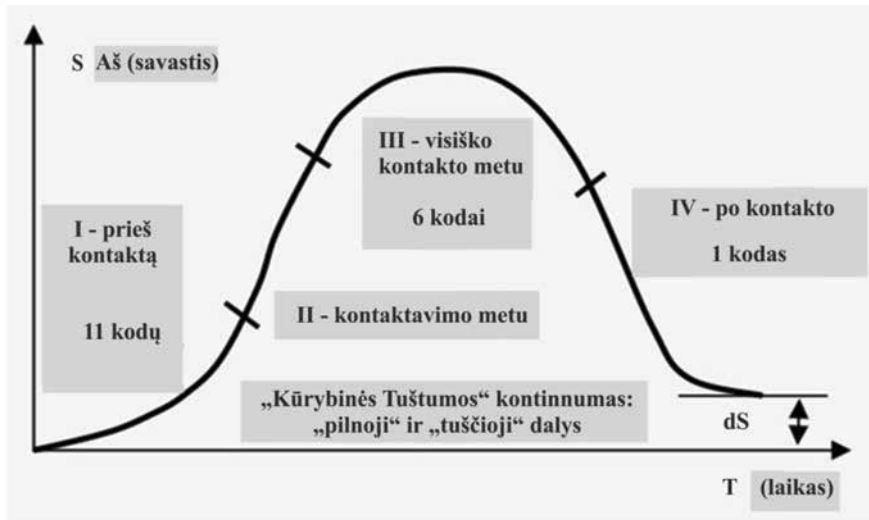
Pripažįstama, kad kontakto ciklo koncepcijos bei KT taikymas gali būti naudingas įvairiose grupėse, komandose, organizacijose, padedant joms efektyviau funkcionuoti bei sprendžiant fragmentacijos problemą. Didžiosios Britanijos, Kanados ir Australijos kariniai specialistai ir mokslininkai, kurie analizavo ir kūrė karinės etikos programas šių šalių karinėms struktūroms, atkreipė dėmesį raštu ir diskusijose į fragmentacijos problemą bei poreikį, kad reikia turėti šią problemą omenyje kuriant paramos programas. Vienas iš istorinio atsako į karių gyvenimo fragmentaciją pavyzdys yra sąmoningas Vokietijos armijos judėjimas nuo kario – profesionalaus kario – iki piliečio koncepcijos pokyčio: geru kariu nėra laikomas tiesiog karys profesionalas, kaip kad teigia kariuomenės profesinė kampanija. Toks mąstymo būdas iškraipo karinio personalo savęs ir jį supančio pasaulio suvokimą. Geras karys greičiau yra tas, kuris augina save kaip asmenybę ir tęsia savo vidinį tobulinimą kurdamas vientisą asmenybę (Berghaus, & Cartagena, 2014:293). Tačiau

tai ne visuomet pavyksta, o kartais ir sunku atpažinti, kaip tai pritaikyti. Vienoje iš geštalto psichoterapeutų diskusijų grupėje M. A. Chidiac, siedama „nieko neveikimo“ idėją su KT, kaip edukacinės priemonės taikymu, kelia klausimą: „Kaip dažnai mes padrąsiname savo klientus nieko neveikti? Ar dar daugiau – kaip dažnai patys laikomės šio patarimo?“ (Chidiac, 2018). Nuolatinis poreikis siekti daugiau rezultatų ir maksimalaus efektyvumo yra vienas iš sunkumų, kuris trukdo išpildyti visą kontakto ciklą, geriausiai tai matoma organizacijose, kuriose siekiama vis geresnių rezultatų. Šiuo atveju tiesiai po „veiksmo“ fazės vėl persikeliama į „suvokimo“ ar „mobilizacijos“ fazę, neleidžiant išbūti „kontakto“, „užbaigimo“, „atsitraukimo“ ar „kūrybinės tuštumos“ fazėse (1 pav.; 2 pav.). Dažnai vadovai, pagauti šio „uždaro rato“, įvardija patiriantys išsekimo ar nevilties jausmus, nematantys jokios prasmės siekti progreso. Taigi, „kūrybinė tuštuma“ gali būti apibrėžiama kaip erdvė tarp to, kas „padaryta“ ir „kas gali būti daroma toliau“. Tai padėtų spręsti fragmentacijos problemą.

Apibendrinant galima teigti, kad karinis personalas, kuris laikosi holistinio požiūrio į moralinį vystymąsi, taip pat lengviau pamatys ir atpažins problemas, kylančias iš praeities (Berghaus, & Cartagena, 2014). Taigi, pvz., jei asmuo patiria emocinį sumišimą, jam reikia pripažinti, jog emociniai iššūkiai, kuriuos jis patyrė karo metu, veikia ir jo profesinį, ir asmeninį gyvenimą. Nepakanka akcentuoti vien profesinį asmenybės tapatumą, nes tai nepatenkina poreikio, kur asmuo yra geras kaip karo specialistas, o kur geras kaip žmogus. Ir taip pat kariniam personalui nepakaks gauti pagalbą tik asmeniniame gyvenime, nenagrinėjant, kaip jo patirtys veikia jo dabartinį profesinį gyvenimą. Kariuomenė gali išvengti šių abiejų problemų, jei įtrauks į visapusišką karių parengimo programą ir moralinio augimo vystymosi modelį. Žiūrint dar plačiau, tokia integracija leidžia kariuomenei išlikti įsipareigojusiai doros tradicijai. Tai įžvalga, kurią verta apsvarstyti plačiau ir išsamiau tolesniuose tyrimuose.

#### **4. Atvejo analizės rezultatai: kokybinė „kūrybinės tuštumos“ paieška**

Straipsnio autorės atliko karinio personalo atvejo analizę su 56 metų vyru ir iš jo gavo atsakymus į parengto interviu klausimus naratyvo forma. Kadangi interviu buvo metodologiškai konstruojamas laikantis geštalto psichoterapijos požiūrio, tai interviu procesas buvo prilygintas geštalto terapinio eksperimento procesui. Gauti naratyvo forma rezultatai buvo analizuoti, taikant tematinę analizę (Marshall, & Rossman, 2011; Creswell, & Plano Clark, 2011; Creswell, 2014) ir iš naratyvo teksto buvo išskirti pasikartojantys, svarbūs straipsnio tikslui ir išsikeltiems uždaviniams ir mokslinės problemos sprendimui apibendrinantys sakiniai ir kodai. Fenomenologinė analizė leido atsižvelgti į tai, kaip paveikė respondentą šis eksperimentas ir kokie karinio gyvenimo bruožai išsiskyrė (3 pav.).



**3 pav.** Karinio personalo karinio atvejo analizės rezultatai kontakto ciklo keturiuose fazėse: I – prieš kontaktą; II – kontaktavimo metu III – visiško kontakto metu IV – po kontakto.

Pastebime, kad I kontakto ciklo fazėje išskirti net 11 kodų, o perpus mažiau II ir III fazėse. Tik vienas kodas išskirtas galutinėje kontakto fazėje. Galima hipoteziškai teigti, kad tai rodo neišbaigtus patyrimus (kurie vadinami „nebaigtais geštaltais“), kurie įvyko „ten ir tada“, bet dar vis yra ne visiškai suvokti („asimiliuoti“), t. y. nesujungti su tais, kas vyksta „čia ir dabar“. Ypač būdingi keli skirtingi kodai: (1) fragmentacijos pasireiškimas ir poveikis asmenybei; (2) sužeidimo ar mirties rizikos veiksnys; (3) „kūrybinės tuštumos“ neatpažinimas, tam tikra prasme atkartojantys 4 karinio personalo gyvenimo stiliaus bruožus, kuriuos tyrė Segal (1986): 1) tarnybinio sužalojimo ar mirties riziką, (2) dažną perkėlimą, (3) periodišką atskyrimą ir (4) gyvenimą užsienyje (geografinį mobilumą) ir karinio personalo asmenybinės sąsajos su psichologine ir fizine gerove, pasitenkinimu kariuomene ir santuoka.

#### ***4.1. Fragmentacijos pasireiškimas ir poveikis asmenybei***

Geografinis mobilumas, rezidavimas užsienio šalyse, atsiskyrimas nuo šeimos (dėl mokymų ar dalyvavimo taikos ar kovinėse misijose), tuo metu šeimai įgaunant papildomų išpareigojimų, dažnai susiję ir su izoliacijos ir vienišumo jausmais (Burrell et al., 2006:45). Galima teigti, kad karinis personalas susiduria su baimė, nerimu, indukuojančiais fiziologinių simpatinės nervų sistemos suaktyvėjimą, nervinę įtampą, pastangas kovoti ar atsitraukti ir siekimą suvaldyti tuos procesus (Burrell et al., 2006:45). Kai kurie karinio personalo gyvenimo bruožų tyrimo rezultatai yra prieštaringi. Pavyzdžiui, nors atskirties, dislokavimo poveikis santuokiniams ir šeiminiams santykiams paprastai yra neigiamas, taip pat gali pasireikšti

teigiamas poveikis dėl kitų priežasčių. Tyrimai parodė, kad jei karinis personalas priima savo sutuoktinį kaip savo komandos narį, tai teigiamai veikia santuokinę kokybę ir pasitenkinimą darbu.

#### **4.2. *Sužeidimo ar mirties rizikos veiksnys***

Šis veiksnys yra vertinamas kaip natūralus poveikis kariniam personalui, labiausiai pasireiškiantis tiek karo metu, tiek humanitarinių ar taikos misijų atveju, kartais – lauko treniruočių / pratybų metu (Burrell et al., 2006:45). Galima teigti, kad karinis personalas susiduria su baime, nerimu, indukuojančiais fiziologiniais nervų simpatinės sistemos suaktyvėjimu, nervinę įtampą, pastangas kovoti ar atsitraukti ir siekimą suvaldyti tuos procesus (Burrell et al., 2006:45). Tokio veiksnio poveikis yra perkeliamas į taikaus socialinio gyvenimo tarpsnį, nes yra veikiamas dar iki galo suvoktos trauminės patirties bei pasipriešinimo atsiskleidimui.

#### **4.3. *„Kūrybinės tuštumos“ neatpažinimas***

Gauti rezultatai padėjo išskirti du svarbius skirtingus neatpažintos KT pasireiškimo atvejus: 1) kai respondentų, kurie jautėsi nepatenkinti tuštumos jausmu ir buvo tyloje, patyrimai rodė, kad yra nutrauktas jų kontakto su savimi ar kitais patyrimo ciklas / banga; 2) kai respondantai, kurie jautėsi patiriantys juos užpildančią ir patenkinančią tuštumą, išgyveno „kūrybinės tuštumos“ fenomeną, kaip stabtelėjimą prieš pasirodant jų kūrybinei raiškai. Straipsnio autorės įvardija šias dvi KT raiškos dalis kaip „tuščiąją“ ir „pilnąją“, kurių atpažinimas yra svarbus edukaciniu ir psichoterapiniu požiūriu, teikiant pagalbą kariniam personalui. KT „pilnoji dalis“ yra susijusi su „tuščiąja dalimi“ kaip kontinuumas ir keičia viena kitą kasdienio gyvenimo tęstinume. Užstrigus potrauminiame periode, daugiau pasireiškia užsibuvimas KT „tuščiojoje dalyje“ su neigiamu nesusivokimo, emociniu kančios atspalviu. Įvykdžius norus, patenkinus poreikius arba atlikus darbus iki galo, užbaigus nebaigtus dalykus, buvimas turi pilnumos, malonumo, baigtinumo emocinį atspalvį, kai nieko daugiau ir nereikia daryti – žmogus yra KT „pilnojoje dalyje“, kuri yra būtina prieš pradėdant kitas savo gyvenimo rutinines ar naujas praktikas. Toks KT paaiškinimas turi ne tik psichoterapinę, bet ir edukacinę prasmę ir galėtų būti naudingas rengiant karinį personalą.

#### **Išvados**

„Kūrybinė tuštuma“ gali sąlygoti didesnę asmeninį augimą individualioje geštalo psichoterapijoje. Esant trauminei patirčiai, galima taikyti metodologinį geštalo požiūrį, padedantį tyrinėti ir apibūdinti patyrusių trauminius įvykius fenomenologinę sąmoningą patirtį, kai asmuo nori užmegzti santykius su pasauliu arba kai jis atsitraukia nuo kontakto ir lieka ramybėje ir tyloje (Denham-Vaughan & Edmond, 2010). Todėl potrauminė tylos patirtis akivaizdžiai nėra vienoda kariniam

personalui visais atvejais ir yra fenomenologinė, dažnai interpretuojama neigiamai. Geštalo psichoterapijoje tylėjimas gali būti traktuojamas kaip asmens funkcijos „Id“ (kontakto ciklo pirmos dalies jausmai, pojūčiai) išraiška, bet ir kaip „kūrybinės tuštumos“ (kontakto ciklo paskutinės dalies) raiška.

Straipsnio autorių nuomone, karinio personalo gyvenimo patirtys ir išgyvenimai rodo, kad KT raiška gali pasirodyti ir būti reikšminga dviem atvejais. Pirma, kai juntama nepatenkinanti tuštuma, kariniam personalui būtina atsitraukti nuo veiklos, sudarant galimybę persiorientuoti į naują kūrybinę adaptaciją tame kontekste. Antra, svarbi edukacija apie KT, kaip galimybę atpažinti ją ir naudoti, ypač leidžiant joje išbūti, kai ji juntama kaip maloni, žmogų užpildanti pilnatvė (Berghaus, & Cartagena, 2013:288). Esant karinio personalo gyvenimo fragmentacijos organiniam pasireiškimui (Berghaus, & Cartagena, 2013:288), svarbu rekomenduoti individualią geštalo psichoterapiją, kurios esminis bruožas yra skatinti atpažinti fragmentaciją ir suvokti savo trauminės patirtis. Karinio personalo trauminei patirčiai gydyti galima taikyti ilgalaikės geštalo psichoterapijos intervencijas, susijusias su patyrimo / kontakto ciklo faze „kūrybine tuštuma“, nes geštalo psichoterapijos požiūriu padedama sujungti trauminius patyrimus su „čia ir dabar“ išgyvenama realybe.

## Literatūra

Barrett, B. (2015). Clausewitz Here and Now: Military Obedience and Gestalt Theory. In Brian J. Mistler, B. J., & Brownell, Ph. (Ed.). *Global Perspectives on Research, Theory, and Practice: A Decade of Gestalt!* (p. 50-66). Cambridge: Cambridge Scholars Publishing.

Clarkson, P. (1989). *Gestalt Counselling in Action*. Newbury Park, CA: Sage.

de Graaff, M. C., Giebels, E., Meijer, D. J. W., & Verweij, E. M. (2016). Sense-making in Military Critical Incidents: The Impact of Moral Intensity. *Business & Society*, 58(4):749-778.

Berghaus, P. T., & Cartagena, N. L. (2014) Developing Good Soldiers: the Problem of Fragmentation within the Army, *Journal of Military Ethics*, 12:4, 287-303.

Bliese, P. D., & Castro, C. A. (2003). The Soldier Adaptation Model (SAM): Applications to Peacekeeping Research. In T. W. Britt & A. B. Adler (Eds.), *The Psychology of Peacekeeping: Lessons from the Field* (pp. 185-203). Westport, CT: Praeger.

Bryan, C. J., Hernandez, A. M., Allison, S, Clemans, T. (2013). Combat Exposure and Suicide Risk in Two Samples of Military Personnel. *J Clin Psychol.*, 69(1):64-77.

Castro, C. A., & Kintzle, S. (2014). Suicides in the Military: The Post-modern Combat Veteran and the Hemmingway Effect. *Current Psychiatry Reports*. 16(8), 460.

Castro, C. A., Thomas, J. L., & Adler, A. B. (2006). *Towards a Liberal Theory*

of Military Leadership. In A. B. Adler, C. A. Castro & T. W. Britt (Eds.), *Military Life: The Psychology of Serving in Peace and Combat, Vol. 2: Operational Stress* (pp. 192-212). Westport, CT: Praeger.

Chidiac, M.-A. (2018). *Relational Organisational Gestalt. An Emergent Approach to Organisational Development*. New York: Rotledge.

Cozolino, L. (2006). *Interpersonal Neurobiology: Attachment and the Developing Social Brain*. New York: Norton.

Cozolino, L. (2016). *Why Therapy Works. Using Our Minds to Change Our Brains*. London: W. W. Norton & Company.

Cozolino, L. (2017). *The Neuroscience of Psychotherapy. Healing the Social Brain*.

Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2011). *Designing and Conducting Mixed Methods Research*. 3th Edition. London: SAGE Publications, Inc.

Creswell, J. W. (2014). *Research Design Qualitative Quantitative and Mixed Methods*. 5th Edition. London: SAGE Publications, Inc.

Denham-Vaughan, J. & Edmond, V. (2010). The Value of Silence. *Gestalt Journal of Australia and New Zealand*, 6(2):5-19.

Dennis, P. A., Dennis, N. M., Van Voorhees, E. E., Calhoun, P. S., Dennis, M. F., & Beckham, J. C. (2016). Moral Transgression during the Vietnam War: A Path Analysis of the Psychological Impact of Veterans' Involvement in Wartime Atrocities. *Anxiety Stress Coping*, 30(2):188-201.

Fuchs, T. (2002). The Challenge of Neuroscience: Psychiatry and Phenomenology Today. *Psychopathology* 35 (2002), 319-326.

Glăveanu, V.P. (2010a). Paradigms in the Study of Creativity: Introducing the Perspective of Cultural Psychology. *New Ideas in Psychology*, 28(1), 79-93.

Glăveanu, V.P. (2010b). Principles for a Cultural Psychology of Creativity. *Culture & Psychology*, 16(2), 147-163. Glăveanu, V.P. (2011). Creating Creativity: Reflections from Fieldwork. *Integr Psych Behav* (2011) 45:100-115.

Glăveanu, V.P., & Gillespie, A. (2015). Creativity out of Difference: Theorising the Semiotic, Social and Temporal Origin of Creative Acts. In *Rethinking Creativity. Contributions from Social and Cultural Psychology*. Edited by V. P. Glăveanu, A. Gillespie and J. Valsine. London: Routledge.

Goffman, E. (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*. University of Edinburgh Social Sciences Research Centre: Anchor Books Edition.

Gillespie, A. (2006). Games and the Development of Perspective Taking. *Human Development*, 49(2), 87-92.

Gillespie, A. & Martin, J. (2014). Position Exchange Theory: A Socio-material Basis for Discursive and Psychological Positioning. *New Ideas in Psychology*, 32, 73-79.

Haagen, J. F., Smid, G. E., Knipscheer, J. W., & Kleber, R. J. (2015). The Efficacy of Recommended Treatments for Veterans with PTSD: A Meta Regression Analysis. *Clinical Psychology Review*, 40:184-194.



Hoge, C. W., Castro, C. A., Messer, S. C., McGurk, D., Cotting, D. I., & Koffman, R. L. (2004). Combat Duty in Iraq and Afghanistan, Mental Health Problems and Barriers to Care. *New England Journal of Medicine*, 351, 13–22.

Janoff-Bulman, R., & Frantz, C. M. (1997). The Impact of Trauma on Meaning: From Meaningless World to Meaningful Life. In M. J. Power & C. R. Brewin (Eds.), *The Transformation of Meaning in Psychological Therapies: Integrating Theory and Practice*. Chichester, U.K.: Wiley.

Juzefovič, A. (2013). Tuštuma kaip netiesioginė komunikacija daoizmo ir budizmo mąstymo tradicijose. *Logos*. 76: 37–46.

Juzefovič, A. (2014). Tuštumos fenomenas (tuštumos sklaida daoizme, fenomenologinėje filosofijoje, kinų ir Vakarų estetikoje bei dailėje). Monografija. Kaunas: Technika.

Karasek, R. (1979). Job Demands, Job Decision Latitude and Mental Strain: Implications for Job Redesign. *Administrative Science Quarterly*, 24, 285306.

Kepner, J. (1987). *Body Process: a Gestalt Approach to Working with the Body in Psychotherapy*. Cambridge, MA: Gestalt Institute of Cleveland Press.

Layman, P. G., Sanford, K., Myers, D. R., Dolan, S, Ellor, J. W., Sandra B. Morissette, S. B. (2019). Intimate Partner Cohesion and Military Unit Cohesion: Different Types of Interpersonal Relationships Each Uniquely Predict Soldier Wellbeing.

Leary-Joyce, J. (2014). *The Fertile Void Gestalt Coaching at Work*. AOEC Press  
Robbins, D. (2010). Fertile Void. <http://www.counselingfortransformation.com/tag/gestalt-therapy/>

Marshall, C., & Rossman, G. B. (2011). *Designing Qualitative Research*. London: SAGE Publications, Inc.

Michalovskis, V. (2014). Karo simbolika ir metafizika. Šiaurės Atėnai. <http://www.satėnai.lt/2014/03/11/karo-simbolika-ir-metafizika/>

Piftman, J. F. (1994). Work/Family Fit as a Moderator of Work Factors on Marital Tension: Evidence from the Interface of Greedy Institutions. *Human Relations*, 47:183-209.

Redmond, S. A., SS.L. Wilcox SS. L., Campbell, S., Kim, A., Finney, K. Barr, K., & Hassan, A. M. (2015). A Brief Introduction to the Military Workplace Culture. *Work* 50:9–20.

Satir, V. (2000). The Therapist Story. In *the Use of Self in Therapy*, edited by Michele Baldwin, M). (Ed.) (p. 17-27). New York: Haworth Press).

Sapežinskienė, L. (2005). Komandos organizacijos raiška Lietuvos reabilitacijos institucijose. Daktaro disertacijos santrauka. Socialiniai mokslai, sociologija / Expression of Team Organization in Lithuanian Rehabilitation Institutions. Doctoral Thesis. Social Sciences, Sociology / (05S). Kauno technologijos universitetas, Socialinių tyrimų institutas.

Segal, M. W. (1986). The Military and the Family as Greedy Institutions. *Armed Forces & Society* 13 (1): 9–38.

Senge, P. (1999). Establishing a Pilot Group. In the Dance of Change, Senge, P., Kleiner, A., Roberts, Ch., Ross, R., Roth, G., & Smith, B. (Ed.) (p. 39-41). New York: Doubleday/Currency.

Stevenson, H. (2010). Paradox: The Gestalt Theory of Change. *Gestalt Review*, 14(1):111-126.

Sims, C. S., Thomas E. Trail, T. E., Chen, E., & Miller, L. L. (2017). Today's Soldier Assessing the Needs of Soldiers and Their Families, Santa Monica, Calif: RAND Corporation.

Smaliukienė, R. (2004). Personalo valdymo ypatumai karinėse struktūrose. Personalo vadyba. 2003 m. balandžio 29 d. ir 2003 m. spalio 27 d. mokslinių seminarų medžiaga Nr. 12. Generolo Jono Žemaičio Lietuvos karo akademija. Vilnius, p. 15.

Sørensen, H., & Kold, C. (2018) Stress and Anxiety in New Missions: The Case of PTSD. In: Caforio G., Nuciari M. (eds) Handbook of the Sociology of the Military. Handbooks of Sociology and Social Research. Springer, Cham.

Solomon, M. & Siegel DI. (2017). How People Change: Relationships and Neuroplasticity in Psychotherapy.

Steenkamp, M. M., Litz, B. T., Hoge, C. W., & Marmar, C. R. (2015). Psychotherapy for Military-related PTSD: A Review of Randomized Clinical Trials. *JAMA*, 314(5):489–500.

Zinker, J. (1977). Creative Process in Gestalt Therapy. New York: Brunner/Mazel.

Taylor, M. (2014). Trauma Therapy and Clinical Practice: Neuroscience, Gestalt and the Body. London: Open University Press.

Vermetten, E., & Jetly, R. (2018) A Critical Outlook on Combat-related PTSD: Review and Case Reports of Guilt and Shame as Drivers for Moral Injury, *Military Behavioral Health*, 6(2):156-164.

Vidaković, I. (2013). The Power of “Moving on” - a Gestalt Therapy Approach to Trauma. Treatment. In Francisetti, G.

Wald, I., Degnan, K. A., Gorodetsky, E., Charney, D. S., Fox, N. A., Fruchter, E., Goldman D., Lubin, G., Pine, D. S., & Bar-Haim, Y. (2013). Attention to Threats and Combat-related Posttraumatic Stress Symptoms: Prospective Associations and Moderation by the Serotonin Transporter Gene. *JAMA Psychiatry*, 70(4): 401–408.

Weiss, R. (2017). Lemon Sorbet, Punctuation Marks and the Fertile void. <https://www.linkedin.com/pulse/lemon-sorbet-punctuation-marks-fertile-void-rachel-weiss/>

Profesionalioji kariuomenė: Vakarų šalių patirtis ir perspektyvos Lietuvoje. Monografija. (2005). Ats. red. prof. dr. Jūratė Novagrockienė. Vilnius: Generolo Jono Žemaičio Lietuvos karo akademija, p. 58.

Lietuvos Respublikos krašto apsaugos sistemos organizavimo ir karo tarnybos įstatymas Nr. VIII-723 1998-05-05. Aktuali redakcija 2009-03-10. [Internetė]. Lietuvos Respublikos Seimas. [žiūrėta 2009-03-20]. Prieiga per internetą: [http://www3.lrs.lt/pls/inter3/dokpaieska.showdoc\\_l?p\\_id=56646](http://www3.lrs.lt/pls/inter3/dokpaieska.showdoc_l?p_id=56646)

# THE FERTILE VOID: EDUCATIONAL AND PSYCHOTHERAPEUTIC TOOL FOR MILITARY PERSONNEL TO OVERCOME TRAUMATIC EXPERIENCE

**Jurgita Kuliešienė**

*Independent researcher*

**Dr. Laima Sapežinskienė**

*Lithuanian University of Health Sciences*

**Key concepts:** Gestalt therapy, military personnel, militaristic life, Fertile Void Hypothesis: psychological recovery from combat trauma depends on discovering a personal meaning in the traumatic experience. The concepts of the Gestalt therapy and its practical applications can help in the discovery of substance in the Gestalt therapeutic group sessions.

**Introduction.** Stressful and traumatic experiences affect and make an impact on the life quality of military personnel. Instead of the acceptance of natural change and adaptation to challenges, a soldier's life becomes divided and fragmented after traumatic experience (Berghaus, & Cartagena, 2014:288). Fragmentation is a very important problem of military personnel (Berghaus, & Cartagena, 2014:288).

**Scientific problem.** How can one methodologically explain that the Gestalt psychotherapy can be an effective educational and psychotherapeutic tool for military personnel who have suffered traumatic events and fragmentation of their lives? To solve this problem, we will investigate the Fertile Void, one of the main theoretical concepts of the Gestalt psychotherapy. **Scientific research topic.** Can the Fertile Void, as part of the Gestalt experience/contact cycle, be used as an effective psychotherapy tool to overcome the traumatic experiences of military personnel?

**Research object.** Military personnel and their life experiences. **Aim of the work.** To analyze the military experiences of military personnel from the point of view of the Gestalt psychotherapy searching for the manifestation of the Fertile Void. **Aims:** 1) to analyze the Gestalt experience/contact cycle model focusing on the Fertile Void; 2) to perform a qualitative phenomenological narrative analysis of military personnel's military experiences using a semi-structured interview as a therapeutic/educational experiment of the Gestalt therapy; 3) to distinguish the results of the research using thematic analysis and to determine the continuity of the Fertile Void manifestation in the life of military personnel.

**Methodology of the research and course.** Qualitative phenomenological research methods, including phenomenological observation, semi-structured interviews and Gestalt psychotherapy experiment were applied. The data is collected

using a narrative methodology when the text of conversation (narrative) is written down. The outputs are identified using a thematic analysis. Since the interview was constructed using a methodological approach to the Gestalt psychotherapy, the interview process was assimilated to the process of the therapeutic Gestalt psychotherapy. During the interview, 11 questions related to the respondent's military experience were asked. The phenomenological analysis of the case was taken into account how this interview, an experiment, influenced a respondent. Throughout the study, attention was paid to the way the Fertile Void manifests itself in the experiences of the respondent's life.

**Results.** A case concerning a 56-year-old respondent was presented. The study lasted for 2 hours. A phenomenological analysis was taken into account as well as the impact of this experiment on the respondent and the different aspects of military life during the four phases of the experience/contact cycle. Several different codes were identified: (1) manifestation of fragmentation and the impact on personality; (2) risk of injury or death; (3) unrecognizable Fertile Void to a certain extent repeating the lifestyle features of 4 military personnel investigated by Segal (1986).

**Conclusions.** Life experiences of military personnel show that the expression of the Fertile Void may appear and are significant in two cases. First, when one feels an unsatisfactory emptiness, it is necessary to retreat from an activity and to switch to a new creative adaptation in the context. Second, education about the Fertile Void as an opportunity to recognize and use it is important, especially allowing it to stay when it feels pleasant and fulfilling (Berghaus, & Cartagena, 2013:288). In the case of the organic manifestation of the life fragmentation of military personnel, it is important to recommend the Gestalt individual psychotherapy, the essential feature of which is to promote the recognition of the fragmentation and perception of one's experience. For the treatment of traumatic military experience, long-term Gestalt psychotherapy interventions related to the Fertile Void phase of experience/contact cycle can be used as the Gestalt psychotherapy helps to combine traumatic experiences with the here-and-now experience.

## AUTORIAUS LYDRAŠTIS

**Autoriaus vardas, pavardė:** Jurgita Kuliešienė

**Darbo vieta ir pareigos:** Nepriklausomas tyrėjas

**Autoriaus mokslinių interesų sritys:** dalyvavimas mokslinių tyrimų projektuose, susijusiuose su trauminių patyrimų ir psichosomatinių sveikatos problemų tyrinėjimu.

**Telefonas ir el. pašto adresas:** +370 614 14 543,+370 616 22 166,  
jurga.kuliesiene@gmail.com

## AUTORIAUS LYDRAŠTIS

**Autoriaus vardas, pavardė:** Laima Sapežinskienė

**Mokslo laipsnis ir vardas:** socialinių mokslų (organizacijų sociologija) daktarė

**Darbo vieta ir pareigos:** Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Medicinos akademija, Neuromokslų institutas, Elgesio medicinos laboratorija (Palanga) Šliūpo 7, Palanga, Lietuva. Mokslo darbuotojas.

**Autoriaus mokslinių interesų sritys:** dalyvavimas mokslinių tyrimų projektuose, susijusiuose su trauminių patyrimų ir psichosomatinių sveikatos problemų tyrinėjimu, psichoterapijos bei šokio judesio psichoterapijos veiksmingumo, organizacinių pokyčių komandos ir organizacijos organizacinės kaitos tyrimais.

**Telefonas ir el. pašto adresas:** +370 614 14 543,  
marija1000@gmail.com, laima.sapezinskiene@lsmuni.lt

## AUTHORS' COVER LETTER

**Author's name and surname:** Jurgita Kuliešienė

**Workplace and position:** Independent Researcher

**Author's research interests:** participation in the research projects related to the exploration of traumatic experiences and psychosomatic health problems

**Telephone and e-mail address:** +370 616 22 166,  
jurga.kuliesiene@gmail.com

**Author's name and surname:** Laima Sapežinskienė

**Academic degree and name:** Doctor of Social Sciences (Organization Sociology)

**Workplace and position:** Researcher, Behavioral Medicine Laboratory, Neurosciences Institute, Medical Academy, Lithuanian University of Health Sciences

**Author's research interests:** participation in the research projects related to the exploration of traumatic experiences and psychosomatic health problems, the effectiveness of psychotherapy and dance movement psychotherapy, the efficiency of organizational changes of teams and organizations

**Telephone and e-mail address:** +370 614 14 543,  
marija1000@gmail.com, laima.sapezinskiene@lsmuni.lt