

Osnovni principi Imago teorije za Imago CEU

U svojoj suštini mi smo energija i naše prirodno stanje je opuštenost i radost. Separacija, koja je dominantan mit naše kulture, zapravo je iluzija.

Imago teorija predstavlja pomak prema duboko relacijskoj paradigmi. Tako gledajući, Imago terapeut vidi par kao partnere koji čeznu za povezivanjem, čak i kad, dolazeći u psihoterapijski ured, tako ne izgledaju. Ponavljani obrazac odnosa sastoji se od iskustva povezivanja, zatim iskustva raskida i gubitka povezanosti i nakon toga iskustvo popravka i ponovnog povezivanja. Upravo je to iskustvo gubitka povezanosti i pojava zaštitnog ponašanja izgrađenog kao zaštitni mehanizam, ono što par uvali u nevolju. To iskustvo gubitka povezanosti Imago naziva povredom ili ranjivošću, koja podsjeća na neki način na iskustvo gubitka povezanosti s prvim objektima, roditeljima. Povreda se tako najtočnije definira u energetskim terminima kao smetnja uravnotežene, neutralne ritmičke pulsacije energije. Naš primarni (najčešće nesvjestan) cilj je da da obnovimo bazičnu cjelovitost i živost, kakva je energija srži našeg centralnog Selfa. Cijelo naše ponašanje (svjesno i nesvjesno) je usmjereno na to da naše postojanje učinimo sigurnim, obnovimo osjećaj punine života te da tu puninu slobodno izražavamo.

Taj cilj je aktivan pri selekciji ljubavnog partnera. Izabiremo partnera koji ima neke karakteristike slične našim roditeljima, kako bismo u našem ljubavnom odnosu ponovili neka pozitivna i negativna emotivna iskustva iz djetinjstva. Budući da ti partneri evociraju ili provociraju neke od tih ranih emocionalnih iskustava, ti su partneri idealni da omoguće iscjeljivanje jedno drugom. To je moguće jer se čini da je za iscjeljivanje potrebno emocionalno okruženje slično onom u kojem se dogodilo povređivanje. Kako bi omogućili iscjeljenje partnerima je potrebna struktura koja će im omogućiti da se razviju, jer tek tada mogu zadovoljiti partnerove nezadovoljene potrebe. Rast je skopčan s naporom (uključujući i zahtjev za promjenu ponašanja) partnera da se protegne u svoj izgubljeni i zanijekani Self. Taj proces omogućuje i jednom i drugom da postanu puno življa ljudska bića i da obnove svoje primarno stanje opuštenosti i povezanosti i osobne cjelovitosti.

Imago dijalog je u Imagu, struktura koja omogućuje taj rast. To je centralna komunikacijska vještina koja se koristi kako bi partnere pokrenuli prema ponovnom povezivanju putem sigurnog okruženja, strukturiranog dijaloškog procesa. Proces dijalogiziranja podržava partnere u suočavanju s prošlošću, i s temama i emocijama u sadašnjosti kao i sa onima koje ih čekaju u budućnosti. Dijaloški proces nadalje pruža partnerima priliku da prodube svoju različitost i da razumiju, da premda je Drugi različit i separiran, kroz empatiziranje Drugog moguće je razumjeti smisla njihovog iskustva svijeta i odnosa.

Imago teorija sažima ljudsko iskustvo kroz opis četiri putovanja:

1. Kozmičko putovanje pulsirajuće energije koja nas sve povezuje i koja je u svom bitku opuštenost i živost
2. Evolucijsko putovanje koje se fokusira na sigurnost i zaštitu, oporavak osjećaja punog života i izražavanja svoje životnosti
3. Socijalno putovanje izrastanja u svoj izgubljeni i zanijekani Self
4. Psihološko putovanje kroz doživljavanje povrede i iscjeljenja u odnosu i suočavanje sa zadatkom diferencijacije