

Integrativana psihoterapija

Burčul, Lorena

Undergraduate thesis / Završni rad

2024

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Law / Sveučilište u Zagrebu, Pravni fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:199:902485>

Rights / Prava: [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-11-05**



Repository / Repozitorij:

[Repository Faculty of Law University of Zagreb](#)



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
PRAVNI FAKULTET
STUDIJSKI CENTAR SOCIJALNOG RADA

Lorena Burčul

INTEGRATIVNA PSIHOTERAPIJA

ZAVRŠNI RAD

Zagreb, 2023.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
PRAVNI FAKULTET
STUDIJSKI CENTAR SOCIJALNOG RADA

Lorena Burčul

INTEGRATIVNA PSIHOTERAPIJA

ZAVRŠNI RAD

Mentorica: prof. dr. sc. Gordana Berc

Zagreb, 2023.

Sadržaj

1. UVOD.....	1
2. POVIJESNI RAZVOJ	3
2.1. POČECI INTEGRACIJE	3
2.2. PRISTUPI INTEGRACIJI	5
3. INTEGRATIVNA PSIHOTERAPIJA KAO PRISTUP U PSIHOTERAPIJI	7
3.1. ZNAČENJA POJMA „INTEGRATIVNA“.....	9
3.2. OSAM TEMELJNIH PRETPOSTAVKI INTEGRATIVNE PSIHOTERAPIJE	10
3.3. METODE INTEGRATIVNE PSIHOTERAPIJE	12
3.4. UTEMELJENOST NA RAZVOJNIM TEORIJAMA.....	16
4. EDUKACIJA IZ INTEGRATIVNE PSIHOTERAPIJE.....	17
4.2. TEMELJNE KOMPETENCIJE I KONCEPTUALNI OKVIR EDUKACIJE.....	19
4.3. EDUKACIJA INTEGRATIVNE PSIHOTERAPIJE U HRVATSKOJ	20
5. POVEZANOST STRUKE SOCIJALNOG RADA I INTEGRATIVNE PSIHOTERAPIJE.....	21
6. ZAKLJUČAK.....	24
7. LITERATURA	27

Integrativna psihoterapija

Sažetak

Cilj ovog rada bio je pružiti sažet, a cjelovit pregled integrativne psihoterapije kao novijeg pristupa u djelatnosti psihoterapije te pružiti uvid u prednosti koje bi edukacije iz ovog pristupa imala u radu socijalnih radnika. Kroz povijesni pregled pruža se uvid u inicijalnu potrebu za integracijom rastućeg znanja o ljudima i njihovim potrebama te nužnost pronalaska zajedničkog jezika između različitih pristupa u psihoterapiji kako bi se klijentima pružila što učinkovitija i obuhvatnija pomoć. Navedeno se može postići kroz kreiranje individualnog tretmana obzirom na potrebe i karakteristike svakog klijenta te kroz potpunu uključenost terapeuta u odnosu terapeut-klijent. Upravo su ovo jedne od osnovnih pretpostavki integrativne psihoterapije koju je među prvima opisao dr. Richard Erskine, a osim toga ističe važnost razvojne utemeljenosti i relacijske usmjerenosti kako bi se izbjeglo eklektičko miješanje psihoterapijskih pristupa. Kroz korištenje metoda i tehnika integrativne psihoterapije socijalni radnici mogu unaprijediti svoje komunikacijske vještine, primjenjivati holistički individualizirani pristup, koristiti alate za rad s traumama i mnoge druge te na taj način pružiti kvalitetniju i cjelovitiju pomoć svojim korisnicima.

Ključne riječi: Integrativna psihoterapija, socijalni rad, psihoterapijski pristupi, cjeloživotno učenje, unaprjeđenje prakse.

Integrative psychotherapy

Abstract

The aim of this paper was to provide a concise yet comprehensive overview of integrative psychotherapy as one of the newest approaches in the field of psychotherapy as well as to offer insights into the benefits that education of integrative psychotherapy could bring to the field of social work. Through a historical overview the author provides insight into the initial need for integration of growing knowledge about people and their needs, as well as the necessity of finding a common language among different psychotherapeutic approaches in order to provide the clients a more effective and comprehensive help. All of this can be achieved through the treatment plans that are individualized and based on the needs and characteristics of each client and through sensitive involvement of the therapist in the client-therapist relationship. This happens to be some of the fundamental characteristics of integrative psychotherapy, initially described by dr. Richard Erskine. He also emphasized the importance of remaining developmentally-based and relationally-focused in order to avoid eclectic mixing of psychotherapy theories. Using methods and techniques from that integrative psychotherapy provides social workers can improve their communication skills, apply holistic individualized approach, use tools for working with traumas and much more, thereby offering higher quality and more comprehensive help to their clients.

Key words: Integrative psychotherapy, social work, psychotherapy approaches, lifelong learning, practical improvement.

Izjava o izvornosti

Ja, Lorena Burčul pod punom moralnom, materijalnom i kaznenom odgovornošću, izjavljujem da sam isključivi autor/ica završnog rada te da u radu nisu na nedozvoljeni način (bez pravilnog citiranja) korišteni dijelovi tuđih radova te da se prilikom izrade rada nisam koristio/-la drugim izvorima od onih navedenih u radu.

Ime i prezime: Lorena Burčul

Datum: 28.11.2023.

1. Uvod

U suvremenom društvu stres, tjeskoba i emocionalni izazovi sve se češće javljaju kao neizbježni suputnici u životu svakog čovjeka. Potreba za podrškom i intervencijom od strane stručnih osoba, u domeni mentalnog zdravlja, raste svakoga dana. U tom kontekstu savjetovanje i psihoterapija zauzimaju vrlo važno mjesto kao pristupi koji omogućavaju pojedincima da se suoče sa svojim teškoćama, razumiju njihove uzroke i na kraju prevladaju postojeće emocionalne izazove. Ova područja nisu samo znanstveno istražena i teorijski utemeljena, već imaju i veliku praktičnu relevantnost jer donose konkretnu pomoć i olakšanje ljudima u njihovim osobnim i međuljudskim problemima (Corey, 2017.).

Savjetovanje se, u domaćoj literaturi, definira kao „posebna metoda pružanja pomoći osobama koje su trenutačno neuspješne u vlastitom rastu i razvoju, prilagođavanju životnim uvjetima i sazrijevanju te kao glavni cilj ima osposobljavanje za samostalno rješavanje aktualnih, ali i budućih problema“ (Janković, 2004.). Američka psihološka asocijacija definira ga kao stručnu pomoć u suočavanju s osobnim problemima koji mogu uključivati razne vrste problema od emocionalnih, bihevioralnih pa čak i profesionalnih, bračnih, razvojnih (npr. umirovljenje) i drugih (American Psychological Association, 2023.). Pri provođenju savjetovanja savjetovatelji se koriste raznim tehnikama poput aktivnog slušanja, usmjeravanja i pojašnjavanja kako bi omogućili bolje razumijevanje problema i razvoj strategija za suočavanje s istim. S druge strane psihoterapija se smatra nezavisnom znanstvenom disciplinom koja pokriva široki spektar različitih pristupa i metoda koje su potkrepljene teorijama, istraživanjima i metodologijom. To je oblik tretmana za veliki spektar psihičkih i emocionalnih teškoća i poremećaja koji je učinkovit za ljude s ozbiljnim psihičkim poremećajima, no pomoć psihoterapeuta mogu potražiti i ljudi koji se suočavaju sa problemima poput nezadovoljstva na poslu, problemima u odnosima s drugima i slično (Savez psihoterapijskih udruga Hrvatske, 2023.). Oba pristupa kao osnovni cilj imaju mentalno zdravlje i podršku ljudima u potrebi no razlikuju se u nekoliko segmenata. Savjetovanje je kraći proces kojem je fokus podrška i definiranje strategija kako bi osoba prevladala određene trenutne probleme i poboljšala svoje cjelokupno funkcioniranje. Psihoterapija se obično koristi za dugoročnu terapiju koja dublje istražuje emocionalne, mentalne i ponašajne probleme te traži korijen

problema kako bi pružila razumijevanje i promjenu u dubljim obrascima mišljenja, osjećaja i ponašanja (Corey, 2017.).

Druga polovica 20. obilježena je iznenadnim porastom interesa za psihoterapiju. S obzirom na rastuću potražnju za psihoterapijskim uslugama te na promjene u društvu i socijalnoj dinamici tog razdoblja počeo se razvijati raznolik spektar psihoterapijskih pristupa i škola (Volenik, 2015.). Između temeljnih pristupa u psihoterapiji kao što su psihoanaliza, bihevioralne terapija i geštalt terapija, javlja se i integrativna psihoterapija. Integrativna psihoterapija jedna je od najnovijih pristupa u svijetu psihoterapije. Ona se ističe po tome što nastoji integrirati i kombinirati različite teorije i metode iz područja afektivne (osjećajne), bihevioralne (ponašajne), kognitivne (spoznajne) i fiziološke (tjelesne) psihoterapije. Osim toga integracija se također odnosi na proces spajanja ili harmonizacije različitih aspekata ličnosti unutar same osobe (Erskine, 2011.).

Ovaj rad ima za svrhu pružiti sveobuhvatan, ali sažet pregled integrativne psihoterapije, uzimajući u obzir obilje informacija i znanja dostupnih o ovom pristupu. Prvo će se analizirati povijesni razvoj i proces integracije ovog psihoterapijskog pristupa. Nakon toga, slijedi detaljnije definiranje integrativne psihoterapije odnosno pristupa kojeg je definirao dr. Richard Erskine. Ovo poglavlje uključivati će temeljne pretpostavke i osnovne metode koje prakticiraju terapeuti integrativnog usmjerenja. Dodatno, istražiti će se razvoj institucija i organizacija širom svijeta, te u Hrvatskoj, koje okupljaju teoretičare i praktičare integrativne psihoterapije te će ovaj dio također sadržavati i načine na koje se provode edukacije za buduće integrativne psihoterapeute. Na kraju, autorica će ponuditi svoj osobni pogled na to kako se stečena znanja i vještine tijekom edukacije za integrativnog psihoterapeuta mogu koristiti kako bi se obogatilo područje socijalnog rada. Također će se raspravljati o načinima na koje socijalni radnici mogu primjenjivati ova nova znanja i vještine u svojem radu kako bi pružili podršku pojedincima, obiteljima, skupinama i zajednicama, te im pomogli unaprijediti kvalitetu života i ostvarivanje vlastitih potencijala.

2. Povijesni razvoj

2.1. Počeci integracije

Integrativna psihoterapija, kako je već navedeno, najnovija je psihoterapijska škola koja, za razliku od ostalih oblika psihoterapije nije nastala kao otkriće novog načina razumijevanja i razmišljanja o ljudskoj prirodi i načinu funkcioniranja već kao potreba da se prevladaju ograničenja pojedinačnih pristupa psihoterapije. Terapeuti koji su se educirali za specifične pristupe (poput psihoanalize, biheviorizma i humanizma) počeli su gledati „izvan okvira“ svojih primarnih pristupa i počeli su međusobno komunicirati, razmjenjivati iskustva i učiti jedan od drugih (Žvelc i Žvelc, 2021.).

Općenito počeci psihoterapijskog rada vezani su uz „oca“ psihoanalize Sigmunda Freuda čiji je pristup dominirao svijetom početkom 20. stoljeća. On je začetnik jedne od 3 glavne struje razmišljanja u području psihologije koje su prvotno bile međusobno izolirane i takoreći zaraćene, a zatim su kroz postupno približavanje i otvaranje prema suradnji stvorile tlo za razvoj integrativne psihoterapije (Evans i Gilbert, 2005.). Psihoanalitičari postavili su temeljno razumijevanje nesvjesnih procesa, njihovih utjecaja na naša iskustva i naglasili povezanost prošlih događaja sa sadašnjom svijesti i načinom funkcioniranja. Bihevioristi, kao predstavnici druge glavne struje razmišljanja tog vremena, istaknuli su osjetljivost procesa učenja na pozitivna i negativna potkrepljenja te da ono što je naučeno može biti i „odučeno“ odnosno zamijenjeno sa drugim, prilagođenijim načinom ponašanja. Kao predstavnici 3. struje razmišljanja, humanisti su istaknuli kako kod svakoga od nas postoji nagon za samo-aktualizacijom koja je motivirana potrebom da postanemo najbolji što možemo biti (Evans i Gilbert, 2005.). Erskine (2011.) kao glavnu premisu humanista ističe da se svakog čovjeka treba razumjeti u kontekstu njegove jedinstvene „čovječnosti“ to jest „ljudskosti“. Ako ova 3 pristupa sagledamo iz perspektive pitanja koja su im najznačajnija i na koje traže odgovor, Clarkson (1992., prema Evans i Gilbert, 2005.) ih definira na slijedeći način: psihoanalitičari traže odgovor na pitanje „Zašto?“ kako bi razumjeli i dobili uvid; bihevioristi na pitanje „Što?“ u smislu koja ponašanja su disfunkcionalna i treba ih adaptirati; dok se humanisti pitaju „Kako?“,

kako se osoba osjeća i doživljava razne podražaje, emocije i kako iskustveno doživljava svijet.

Do 1950-ih broj različitih psihoterapijskih pristupa, načina razmišljanja i škola dosegnuo je široke razmjere pa tako Parloff i Dies (1977.) navode čak 130 psihoterapijskih pristupa. Počeci težnje prema integraciji javljaju se upravo zbog velikog broja različitih pristupa, ali i zbog sve većih kritika već spomenutih struja razmišljanja. Psihoanalitičare se sve više kritiziralo zbog duljine trajanja tretmana i nedovoljnog fokusa na konkretne ponašajne promjene, bihevioriste se kritiziralo jer, iako postižu rezultate u promjeni ponašanja i otklanjanju simptoma, nisu se bavili dubljim strukturalnim problemima od kojih je sve započelo. Kritike humanistima usmjerene su na njihov preveliki optimizam te zanemarivanje važnosti egzistencijalne stvarnosti čovjeka (Evans i Gilbert, 2005.). Međutim sva ova stajališta i kritike postavile su temelje za takozvanu „Veliku psihološku debatu“ u 50-ima koja je potrajala i održala se, doduše u znatno manjim razmjerima, i dan danas (Erskine 2011., prema Rogers i Skinner 1956.). U tom se trenutku, dotadašnja izoliranost, manjak komunikacije i suradnje među različitim pristupima, počinje smanjivati i polako se stvaraju kanali komunikacije i ističe se potreba za integracijom. Među važne događaje koji su omogućili i podupirali spomenuti početak komunikacije bila je 88. sastanak američkog psihijatrijskog udruženja u kojem se posebno istaknulo pitanje sličnosti među pristupima. U dokumentu koji je izdan nakon održavanja sastanka nametnula se ideja da se ipak u svom terapijskom radu stručnjaci susreću sa sličnim procesima, ali ih gledaju iz drugačijih perspektiva (ovisno o smjeru odnosno školi kojoj pripadaju) te da treba nastaviti njegovati pristup integraciji kako bi se pokušale definirati zajedničke determinante što je ostvarivo samo kroz otvorenu komunikaciju među usmjerenjima (Goldfried, 1995., prema Evans i Gilbert, 2005.). Još jedan važan događaj koji je poticao na isticanje sličnosti među pristupima je knjiga Dollarda i Millera (1950., prema Evans i Gilbert, 2005.) sa naslovom „Osobnost i psihoterapija“, a trend objave radova na ovu temu nastavlja se kroz 60-te, 70-te i naredne godine što je rezultiralo sve većim interesom stručnjaka da se u svom radu s klijentima okušaju u konceptima i alatima drugih usmjerenja. Krajem stoljeća Roth i sur (1996.) zaključuju kako je integracija različitih teorijskih aspekata neizbježna jer se u konačnici radi o različitim pristupima prema istom fenomenu, a to je um u distresu, odnosno nevolji.

2.2. Pristupi integraciji

Sticker i Gold (1996., prema Evans i Gilbert 2005.) izdvojili su 3 izvora odnosno pristupa koja su prethodila konceptualizaciji integracije i integrativne metode, a prema Norcross i Goldfried, (1992.) sva tri pristupa temelje se na istom cilju, a to je želja da se u terapijskom procesu poveća djelotvornost, učinkovitost i primjenjivost kroz širenje okvira i nadilaženje granica pojedinih psihoterapijskih škola.

Navedena 3 pristupa su:

1. Tehnički eklekticizam
2. Teorijska integracija
3. Pristup zajedničkih faktora

Evans i Gilbert (2005.) tehnički eklekticizam opisuju kao pristup „što funkcionira za koju problematiku“. Navode da se ovaj pristup odnosi na empirijski utemeljene oblike integracije koje kao prioritet imaju pronalazak najbolje metode koja će kod određenog klijenta dovesti do promjene, odnosno pomoći mu u konkretnom problemu. Opisuju ga kao pragmatičan i prilagodljiv pristup, ali bez potpunog uvida. Glavna ličnost vezana uz ovaj pristup je Lazarus koji je u svojoj knjizi (1981., prema Evans i Gilbert, 2005.) opisao pristup koji je razvio kao samoprozvani „tehnički eklektik“, a kojeg naziva multi-modalnom terapijom. Ona se temelji na procjeni klijenata te praćenju relevantnih tehnika iz raznih usmjerenja psihoterapije te se odabiru one za koje se utvrdilo da su najučinkovitije u tretmanu za konkretnu problematiku kako bi se klijentu pružio što adekvatniji tretman. Uz ovaj pristup, glavne kritike su se odnosile na manjak pažnje usmjerene na kompatibilnost tehnika koje su „posuđene“ iz drugih usmjerenja sa dosadašnjom praksom terapeuta koje mogu dovesti do štetnih ishoda. Usprkos tome mnogi praktičari su se ipak opredijelili za ovaj pristup nakon pažljive kalkulacije dobiti i sigurnosti za klijenta (Evans i Gilbert, 2005.).

Teorijska integracija odnosi se na stvaranje meta-modela terapije, tzv. „terapije terapije“. Meta-model terapije obuhvaćao bi sve pristupe psihoterapiji (bihevioralni, humanistički, psihoanalitički itd.) kako bi se dao smisao proturječjima koja su se javljala odnosno kako bi se stavio naglasak na sličnostima među pristupima. Drugim riječima pronašli bi se zajednički pojmovi i konstrukti iz svakog pristupa i na taj bi se način stvorila osnova za

integraciju (Evans i Gilbert, 2005.). Ovaj je pristup bio s jedne strane smatran nemogućim i svaki pokušaj približavanja takvoj meta-teorijskoj razini zastrašujućim, a s druge strane slavljen od strane kliničara u praksi jer im je omogućio pregled i svojevrsnu sintezu svih spoznaja na kojima temelje svoju integrativnu praksu (Evans i Gilbert, 2005.). U tablici 2.1. sažeto su prikazane razlike između eklektičkog pristupa i teorijske integracije.

Tablica 2.1.

Temeljne razlike tehničkog eklekticizma i teorijske integracije

EKLEKTICIZAM	INTEGRACIJA (SINTEZA)
Tehnički (praktičan)	Teorijska
Prihvataju se različitosti	Traže se sličnosti
Bira se od mnogih terapija	Kombinira mnoge terapije
Primjenjuje se onako „kako je“	Kreira se „nešto novo“
Primjenjuju se pojedini elementi iz pojedinih terapija	Ujedinjuju se pojedini dijelovi
Ateoretičan, praktičan	Više je teoretična nego iskustvena
Zbroj je pojedinih dijelova	Nije zbroj pojedinih dijelova već je nova forma
U suštini je realističan	U suštini je idealistična

Izvor: Norcross, J. C., Goldfried, M. R. (1992.). *Handbook of psychotherapy integration*. New York: Basic Books. str. 12.

Treći i posljednji navedeni pristup je pristup zajedničkih čimbenika. Evans i Gilbert (2005.) ističu kako je potraga za zajedničkim čimbenicima započela još 1930-ih, a već je i ranije u radu spomenut sastanak američkog psihijatrijskog udruženja na kojemu je formalno započela rasprava ovakvog tipa. Spomenuti autori smatraju kako je ovaj pristup nastao upravo zbog lojalnosti koju mnogi terapeuti osjećaju prema vlastitim usmjerenjima i kako zapravo nisu pretjerano nakloni priznati kako se sav rad, učenje i praksa koju su uložili u pristup za koje su se opredijelili može izjednačiti sa bilo kojom drugom u pogledu koncepata i ishoda. Kao pioniri ovog pristupa ističu se Garfield i Beitman koji su prvi među teoretičarima počeli upotrebljavati zajedničke čimbenike kao pristup integraciji. Među njima je i Goldfried koji se predao pronalasku tzv. „zajedničkog jezika“ među psihoterapijskim pristupima koji bi omogućio terapeutima da vode stručne kliničke dijaloge i bolje se međusobno razumiju utvrdivši kako se mnogo pojmova spominje u

raznim psihoterapijskim školama samo pod drugačijim nazivima (poput začarani krug i virtuozi krug) (Norcross i Goldfried, 1992.). Osnovna kritika ovog pristupa usmjerena je prema tome da se fokusiranjem na zajedničke čimbenike može izgubiti bogatstvo teorija i tehnika koje su individualne škole razvile, no Evans i Gilbert (2005.) ističu kako nema razloga da se ne poštuju zajednički elementi i procesi u terapiji, a da se istovremeno koriste tehnike koje smatraju prikladnijim za njihove klijente.

Važno je, međutim, napomenuti kako se integracija ne bi mogla ostvariti bez doprinosa i sastavnih elemenata svake pojedine psihoterapijske škole. Terapijska pristupe „čiste forme“, kako navode Norcross i Goldfried (1992.), obogaćuju razumijevanje kliničkog procesa i provode istraživanja procesa i ishoda iz kojih integracija crpi znanja. Laički rečeno one se mogu smatrati pionirima istraživačima koji kroz formiranje vlastitih hipoteza, teorija, tehnika i metoda omogućuju kasniju integraciju na temelju spoznaja koje su iz njih proizašle. Kako navode Norcross i Grencavage (1989., u Norcross i Goldfried 1992.:12) „Ne može se integrirati ono što se ne poznaje“.

Za kraj ovog povijesnog pregleda i pristupa integraciji psihoterapijskih pravaca važno je spomenuti ključne karakteristike integrativnog pokreta općenito, a koji su prema Žvelc i Žvelc (2021.) slijedeći: 1. dijalog i otvorenost različitim idejama i učenju izvan okvira pojedinih usmjerenja; 2. koegzistencija različitih „istina“ odnosno „stvarnosti“, a ne definiranje jedne „prave istine“; 3. važnost različitih dimenzija ljudskog iskustva – cjelovitost je ideal, no treba pristupiti holistički i ne isključivati druge dimenzije (psihološku, ponašajnu, interpersonalnu itd.); 4. važnost prilagođavanja terapije individualnim karakteristikama i potrebama klijenta (jer ne postoji jedan pristup koji će uvijek biti najpogodniji za sve klijente i sve situacije) i 5. važnost kontinuiranih psihoterapijskih istraživanja.

3. Integrativna psihoterapija kao pristup u psihoterapiji

Nakon uvida u razloge i potrebe za integracijom psihoterapijskih pravaca važno je izdvojiti i definirati samu integrativnu psihoterapiju kao jedinstven pristup obzirom da ona nije isto što i integracija psihoterapijskih pravaca. Žvelc i Žvelc (2021.) navode kako

je integrativna psihoterapija samo jedan specifični pristup koji je nastao na temelju ranije opisane integracije koja predstavlja širi okvir i paradigmu u psihoterapiji.

Pojam „Integrativna psihoterapija“ ima svoje korijene u radu dr. Richarda G. Erskina dok je radio kao profesor na Sveučilištu Illinoisu 1972. godine (International Integrative Psychotherapy Association, 2021.) Na 9. dvogodišnjoj konferenciji Internacionalne Integrativne Psihoterapijske Asocijacije održanoj u Francuskoj dr. Erskine je kao ključni govornik iznio kako nikada nije imao namjeru stvoriti novu psihoterapijsku školu već je pojam integrativne psihoterapije koristio kako bi opisao 2 ključna aspekta njegove psihoterapijske prakse. S jedne je strane to predstavljalo ujedinjenje raznih teorija u području psihoterapije koje su formirale nov način razumijevanja odnosa, a s druge strane unutarnju integraciju koja se odvija u klijentu. Aspekt unutarnje integracije predstavlja usmjerenost na to kako da ponašanje klijenta postane njegov izbor, a ne rezultata straha, uvjetovanja ili prilagodbe vanjskim okolnostima te ga dr. Erskine smatra važnijim (Erskine 2019.b). Njegova se perspektiva integrativne psihoterapije stoga temelji na kombinaciji teorija i unutarnjeg procesa klijenata kako bi se postigao dublji i trajniji terapijski učinak.

Tijekom svojih predavanja ovaj pristup je definirao kao relacijski usmjerenu razvojno utemeljenu integrativnu psihoterapiju¹. Istaknuo je kako se ona bazira na principima teorijske integracije, ali i važnosti zajedničkih faktora u psihoterapiji. Kao jedan od najznačajnijih faktora u terapijskom procesu izdvaja međuljudske odnose što podrazumijeva i sam terapeutski odnos s klijentom (Žvelc i Žvelc, 2021.). Dr. Erskine, na ranije spomenutom kongresu (2019.b), opisuje kako integrativna psihoterapija počiva na premisi da ljudi inherentno traže odnose s drugima, da ostaju međuovisni tijekom cijelog života te da je odnos srž svakog oblika terapeutske interakcije i ključan za cijeli terapijski proces.

¹ Postoji, naime, više integrativnih pristupa. Pristup integrativne psihoterapije dr. R. Erskina jedan je od njih te se ovaj rad temelji na njegovom pristupu koji je najzastupljeniji i najdetaljnije razrađen u literaturi. Detaljnije o ovome spominje se u poglavlju 4 o edukaciji integrativne psihoterapije.

3.1. Značenja pojma „integrativna“

Ranije u tekstu spomenulo se kako se primarno, važnije, značenje riječi „integrativna“ odnosi se na integraciju unutar samog klijenta odnosno njegove ličnosti. Integracija ličnosti odnosi se na pomoć klijentu da, kako sam dr. Erskine navodi, harmonizira svoja ego stanja, otpusti obrambene mehanizme, razvije osjećaj „sebe“ te se ponovno uključi u svijet i odnose s drugima potpuno prisutan, u kontaktu. Kroz ovaj vid integracije svaki čovjek se osnažuje da se suoči sa novim izazovima bez ranije razvijenih i formiranih zaštita, mišljenja i očekivanja (Erskine i Trautmann, 1996.). Sve ove dimenzije gledaju se iz sistemske perspektive i svaka od njih ima utjecaj na drugu, a terapeut pokušava shvatiti koja je njihova funkcija na čovjeka u cjelini (Žvelc i Žvelc, 2021.).

Drugo značenje pojma integracija odnosi se na integraciju pristupa odnosno teorija. Misli se na povezivanje glavnih dimenzija ljudskog iskustva kao što su kognitivna, afektivna, bihevioralna i fizička (Žvelc i Žvelc, 2021.). Pri povezivanju u obzir se uzimaju razni pristupi o ljudskom funkcioniranju poput psihodinamskog, bihevioralnog, geštalt, usmjerenog na klijenta, teorije objektnih odnosa, transakcijska analiza i ostali. Oni čine osnovu teorije i metoda relacijske integrativne psihoterapije. Svaki od ovih pristupa pruža uvid u prirodu ljudskog ponašanja i svaki od njih je ojačan kada se integrira sa ostalima (Erskine 2015.). Glavni cilj je procijeniti koliko je svaka od ranije navedenih domena (afektivna, bihevioralna, fizička, kognitivna) otvorena, odnosno zatvorena za kontakt (izvana i unutra) te se primjenjuju metode koje bi najbolje omogućile njegovo ponovno ostvarivanje. Pri tome kontakt se koristi unutar perspektive ljudskog razvoja gdje svaka faza života ima određeni razvojni zadatak i priliku za rast i učenje te se klijentu treba pristupiti obzirom na fazu u kojoj se nalazi (Erskine, 1975, 1980, 1982a., prema Erskine i Trautmann, 1993.). Iako se u ovom pristupu naglašava fleksibilnost i otvorenost novim idejama i eksperimentalnim metodama naglašava se važnost zadržavanja relacijske filozofije i razvojne srži, odnosno utemeljenosti na odnosima obzirom na razvojne stadije svakog čovjeka. U suprotnom, svakim odmicanjem od ovih osnova, riskira se gubitak kohezije i prijeti opasnost od stvaranja eklektičkog „miksa“ teorija i metoda (Erskine 2019.b).

Žvelc i Žvelc (2021.) navode i treće značenje pojma „integrativna“ koje se odnosi na integraciju unutar psihoterapeuta jer je jedan od poželjnih ciljeva svakog terapeuta razviti

svoj osobni obrazac teorija i metoda koje se baziraju na njegovim vlastitim karakteristikama i preferencijama. Ovo podrazumijeva terapeutovu predanost cjeloživotnom učenju, razvijanju i rastu. Također, središnja pretpostavka integrativne psihoterapije je da se promjena, proces ozdravljenja, događa kroz „kontakt-u-odnosu“ između klijenta i terapeuta gdje oni zajedno integriraju dijelove klijentove ličnosti. Prema tome terapeut nije samo stručnjak koji nudi razne tehnike i zadatke već netko potpuno prisutan i uključen u odnos i proces psihoterapije (Žvelc i Žvelc, 2021.). Isto ističu i Evans i Gilbert (2005.) te dodaju kako je važno da odnos terapeut-klijent nije jednostran u smislu da jedna osoba „radi“ odnosno „liječi“ drugu, a druga osoba je pasivni primatelj. Radi se o stalno razvijajućem ko-konstruirajućem relacijskom procesu kojem podjednako doprinose i klijent i terapeut. Kako se odnos razvija, kroz vrijeme, otvara se prostor za rast, razvoj i promjene kod klijenta. Činjenica da su oboje aktivni sudionici u odnosu dovodi do zaključka kako će i klijent neminovno ostaviti utjecaj na terapeuta što nas vraća na početak ovog odlomka kako se integracija događa i u terapeutu te kako mora biti otvoren za rast, razvoj, cjeloživotno učenje i usklađivanje svoje prakse.

3.2. Osam temeljnih pretpostavki integrativne psihoterapije

Kroz evaluaciju terapija koje je provodio, Erskine (2019.b) izdvaja osam pretpostavki koje su nužne kako bi se stvorila efektivna integrativna psihoterapija koja je bazirana na ljudskom razvoju i relacijski je usmjerena. Za početak navodi da je **odnos od centralne važnosti** te da je važno kroz svoju praksu održavati i unaprjeđivati perspektivu usmjerenu na klijenta. To se očituje kroz poštivanje vrijednosti svake osobe, osjetljivost na relacijske potrebe i iskrenu razmjenu između osoba koja odražava vrijednosti poput poštovanja, prava na izbor i integritet. Druga točka naglašava kako je **relacijski usmjerena integrativna psihoterapija utemeljena na spoznajama o ljudskom razvoju**. One omogućuju razumijevanje svake životne faze, njezine uloge i na koji način se u svakoj razvojnoj dobi prilagođavaju i kompenziraju poremećaji u odnosima i posljedice koje su oni ostavili u unutarnjem svijetu klijenta. Treća točka ističe kako je **sadašnjost prozor prema prošlosti**. To znači da integrativni terapeuti uvijek „rade u sadašnjosti“ jer se neriješeni sukobi i traume iz prošlosti kontinuirano reproduciraju i ponovno proživljavaju u sadašnjosti. Često će način na koji se problem očituje u sadašnjosti odražavati dob u

kojoj je izvorno došlo do problema (gdje se opet očituje važnost poznavanja razvojnih faza čovjeka). Četvrta točka odnosi se na **održavanje pažnje na tijelu klijenta**. To se odnosi na spoznaju da se naša iskustva izražavaju kroz ispreplitanje afekta i tijela, odnosno da se ponovno proživljavane traume manifestiraju kroz tjelesne senzacije, geste, napetosti mišića i slično. Kroz pažnju na tijelo klijenta terapeuti imaju mogućnost dekodirati manifestacije i povezati ih sa prijašnjim iskustvom (Erskine 2014.). Iduća točka ističe važnost **osjetljivosti na nesvjesne obrasce odnosa** klijentata. Oblik rane privrženosti, formiran u djetinjstvu, izražava se u sadašnjem životu svih nas kroz naše emocionalne reakcije, misaone procese, način donošenja odluka, komunikaciju, skriptirana vjerovanja i kako istovremeno tim trenutnim ponašanjima potkrepljujemo stvorena skriptirana vjerovanja. U šestoj točki Erskine (2019.b). navodi kako se **koncepti i metode dječje terapije u nekim slučajevima mogu koristiti i sa odraslim klijentima**. Psihoterapijski tretman kreiran za dijete može biti usmjeren na klijentovo unutarnje dijete te kao takav upotpunjuje ranije spomenutu činjenicu da ponovno proživljavane traume mogu pružiti uvid u dob nastanka iste kroz ponašanja koja pokazuje klijent. Takve terapije odmiču fokus s dijaloga i više su usmjerene na kreativnost, maštu, pokret, glazbu i slično. Predzadnja točka odnosi se na **korištenje koncepta ego stanja** jer pružaju razumijevanje kako se pojam o sebi može fragmentirati u više zasebnih identiteta. Svaka takva podjela predstavlja pokušaj samoregulacije i stabilizacije kako bi se kompenzirali prethodni neuspjesi u značajnim odnosima. Posljednja točka odnosi se na „**paradoksalnu teoriju promjene**“ koja ističe kako što više pozornosti kao terapeuti usmjerimo na promjenu kod pojedinca, to će se on duže (nesvjesno) zadržati na starim, nefunkcionalnim načinima ponašanja (Beisser, 1971., prema Erskine, 2019.b). Promjena je svakako cilj i sastavni dio svake terapijske prakse, no prevelika pozornost i ustrajnost na promjeni odmiče pozornost i svijest klijenta sa njegovih iskustva, funkcija ponašanja i mogućnosti da sam izabere kako će dalje živjeti svoj život (Erskine 2019.b).

Sve ove točke postaju smislene i čine jednu cjelinu u pristupu kada se upotpune sa često naglašavanom punom prisutnošću terapeuta u odnosu s klijentom. Terapeut je autentičan, prisutan i predan klijentovoj dobrobiti dok svoje želje i potrebe stavlja u drugi plan te je emocionalno osjetljiv na sve što se događa u njihovom odnosu. Tek onda to postaje „kvalitetan odnos koji liječi“ (Erskine, 2019.b:9).

3.3. Metode integrativne psihoterapije

Integrativna psihoterapija bazira se na 3 povezane teorije: teorija ličnosti, teorija motivacije i teorija metoda te one predstavljaju njene glavne koncepte (Erskine, 1997., prema Modic i Žvelc, 2015.). Teorija motivacije daje takozvanu metaperspektivu i obuhvaća u sebi teoriju ličnosti. Ona predstavlja okvir koji određuje koje se teorije ličnosti mogu integrirati, odnosno koje su konceptualno nedosljedne i ne mogu se integrirati u jedinstvenu sveobuhvatnu teoriju ljudskog funkcioniranja. Kada su teorija motivacije i ličnosti dosljedne i imaju unutarnju valjanost zajedno čine konceptualnu organizaciju za jedinstvenu teoriju metode. Integracija Berneovih teorija osobnosti (o ego stanjima i životnom scenariju) i teorije o nagonima (ili kako ih dr. Erskine naziva „gladima“), pruža takvo jedinstveno razumijevanje ljudskog funkcioniranja. Ova integracija objašnjava intrapsihičku i interpersonalnu dinamiku pojedinaca i vodi do sveobuhvatne teorije metode koja je u skladu s njima. U ovom se radu neće se detaljnije objašnjavati teorije motivacije i ličnosti jer bi to zahtijevalo dublji i detaljniji pregled², ali će se dati bolji uvid u same metode koje su ključne za razumijevanje integrativnog pristupa (Erskine i Trautmann, 1996.).

Žvelc i Žvelc (2021.) navode usklađenost, uključenost i istraživanje kao glavne relacijske metode integrativne psihoterapije i kao takve ključne za razvoj ranije isticanog terapijskog odnosa. One omogućuju klijentu da postepeno razvije osjećaj povezanosti, autonomije i uzajamnosti koji je nužan za postizanje promjene. Dakle, kvalitetan je terapeut usklađen, prisutan i uključen u njihov odnos te osjetljiv za relacijske potrebe klijenta koje se pojave u terapijskom odnosu. Međunarodna Asocijacija Integrativne Psihoterapije (Eng. *International Integrative Psychotherapy Association*) daje veliki značaj relacijskim metodama. Smatra kako one izdvajaju ovaj pravac kao jedinstveni i daju veliki doprinos čitavom području psihoterapije (International Integrative Psychotherapy Association, 2021.). Asocijacija teoriju metode sažima u jednoj rečenici: „Iscjeljenje fizičkih i emocionalnih učinaka stresa, ponovljenih poremećaja odnosa, kumulativnog zanemarivanja ili trauma događa se kroz terapijski odnos“. Objasnjavaju da se metode sastoje od terapijskih vještina istraživanja, usklađivanja i uključenosti kao

² Detaljnije o tome govori Erskine i Trautmann u Erskine, R. G., Trautmann, R. L. (1996). *Methods of an Integrative Psychotherapy. Transactional Analysis Journal* 26(2), 316-328.

glavne biti uspješnog odnosa. Samo uz pažljivo i usmjereno ispitivanje, osjetljivo ugađanje potrebama i autentičnu uključenost terapeuta klijent će ga doživjeti kao pouzdanog, dosljednog i vrijednog povjerenja što čini plodno tlo za promjenom.

Istraživanje (eng. *Inquiry*) započinje pod pretpostavkom da terapeut nema prethodnog znanja o klijentu i njegovim iskustvima. Iz tog se razloga, terapeut mora neprestano truditi razumjeti subjektivno značenje klijentovih iskustva i unutarnjih procesa, dok istovremeno klijent dublje istražuje i otkriva vlastiti osjećaj samog sebe (Erskine i Trautmann, 1996.). Glavni cilj je pomoći klijentu da osvijesti prethodne i trenutne obrasce ponašanja, potrebe i emocije koji ometaju inter i intrapersonalni kontakt (Modic i Žvelc, 2015.). Kroz povećanu osviještenost i postupno otpuštanje razvijenih obrambenih mehanizama i fiksiranih uvjerenja koja su ostala nerazriješena klijenti mogu raditi na razvijanju efikasnijih obrazaca te na integraciji potreba i osjećaja. Ovo im omogućava ostvarivanje pravog kontakta sa sobom, ali i sa drugima (Erskine i Trautmann, 1996.).

Erskine i Trautmann (1996.) naglašavaju da proces istraživanja odnosno ispitivanja ima jednaku, ako ne i veću važnost od samog sadržaja. Da bi terapeut i klijent mogli zajedno otkrivati i postizati osviještenost među njima mora postojati povjerenje i iskrenost. Kroz osjetljivo ispitivanje o klijentovim osjećajima, doživljajima sebe i drugih dobivaju bolji uvid u to tko je klijent, u njegova prošla i sadašnja iskustva te gdje i kako dolazi do prekida u kontaktu. Da glavni cilj istraživanja nije nužno sami odgovor na pitanja ističu i Modic i Žvelc (2015.) te dodaju kako proces sam po sebi ima terapijsku vrijednost. Kroz autentičan i osjetljiv odnos, klijent i terapeut imaju priliku istraživati sebe, sagledavati situacije iz različitih perspektiva te otkrivati nove načine kako funkcionirati i ponašati se u odnosu s drugima.

Usklađenost (eng. *Attunement*) je dvodijelni proces koji započinje empatijom, to jest osjetljivosti i razumijevanjem terapeuta prema senzacijama, potrebama i osjećajima klijenta, a završava komuniciranjem te osjetljivosti natrag klijentu. Ovaj proces prelazi razinu isključivog razumijevanja pozicije drugih jer uključuje emocionalno suosjećanje s drugom osobom, poznavanje njezinog afekta i iskustva kroz postavljanje sebe u njegovu poziciju te pružanje recipročne emocije i odgovora (Erskine i Trautmann, 1996.). Takva sposobnost terapeuta omogućuje klijentu da osvijesti potisnuta iskustva i dijelove svoje личности te validira prošle i sadašnje potrebe i emocije (Modic i Trautmann, 2015.). Međutim, iznimno je važno da terapeut održava jasnu granice između sebe i klijenta te da

je svjestan vlastitih unutarnjih procesa. Ono što mu olakšava usklađivanje je sposobnost da predvidi i promatra na koji način njegovo ponašanje utječe na klijenta sa odmakom od vlastitog iskustva i usmjerenošću na proces klijenta (Erskine i Trautmann 1996.). Erskine i sur. (2013.) iznose nekoliko aspekata usklađivanja: kognitivno, afektivno, ritmičko, razvojno te usklađivanje prema relacijskim potrebama. Kognitivno usklađivanje provodi se u odnosu na klijentove kognitivne procese i načinom na koji razmišlja dok afektivno uključuje odgovaranje na unutarnje afekte i emocije kroz recipročan emocionalni odgovor. Ritmičko usklađivanje odnosi se na tempo kojim se provodi istraživanje i uključenost tako da klijentu olakša i omogući najbolju obradu vanjskih i unutarnjih informacija i senzacija koje se događaju simultano. Razvojno usklađivanje podrazumijeva usklađivanje terapeuta sa razvojnom razinom klijenta. Ona može varirati tokom tretmana stoga ju treba prilagođavati i nerijetko ne odgovara stvarnoj kronološkoj dobi klijenta. Posljednje usklađivanje je relacijsko koje uključuje odgovaranje na relacijske potrebe kako se one pojavljuju u toku terapijskog odnosa. Relacijske potrebe ne uključuju osnovne životne potrebe već potrebe koji unaprjeđuju kvalitetu života i osjećaj povezanosti sa sobom te su sastavni dio ljudske želje za odnosima³ (Erskine i Trautmann, 1996.).

Terapeutska **uključenost** (eng. *Involvement*), koja uključuje potvrdu, validaciju, normalizaciju i prisutnost, može umanjiti i oslabjeti unutarnje obrambene mehanizme. Ona zapravo predstavlja spremnost terapeuta da prihvatiti i bude pod utjecajem onoga što se dogodi u odnosu s klijentom (Erskine i Trautmann, 1996.). Kroz potvrdu terapeut pokazuje sluša i razumije onoga što klijent govori i doživljava, dok validacijom potvrđuje važnost tih iskustva. Normalizacijom se mijenja način na koji klijent percipira i tumači svoje unutarnje doživljaje i ponašanja iz perspektive „nešto nije uredu sa mnom“ u perspektivu razumijevanja i poštivanja vlastitih pokušaja da se razriješi unutarnji konflikt. Prisutnost se ostvaruje tako da je terapeut „tu za“ i s klijentom te je predan njegovoj dobrobiti (Modic i Žvelc, 2015.).

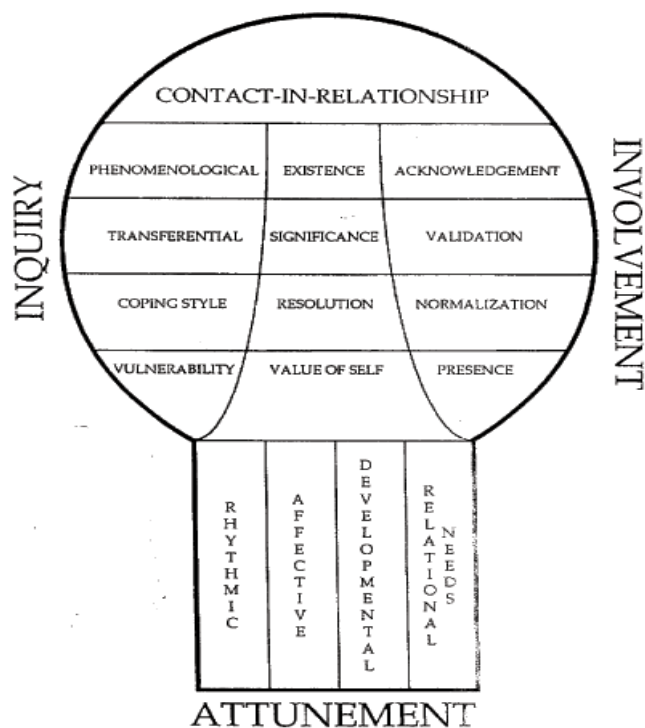
³ Erskine i Trautmann (1996.) ih nabrajaju 8: sigurnost, validacija i značaj u odnosu, prihvaćanje od strane stabilne i pouzdane osobe, potvrda osobnih iskustva, samodefinicija, potreba za utjecajem u životu drugoga, potreba da drugi iniciraju kontakt te potreba za izražavanjem ljubavi. Kasnije Žvelc i sur. (2020.) empirijski potvrđuju konstrukt relacijskih potreba koje iznose ranije spomenuti autori te definiraju 5 glavnih dimenzija relacijskih potreba: potreba za autentičnošću, podrškom i zaštitom, za utjecajem, dijeljenjem iskustva te inicijativom drugih (prema Žvelc i Žvelc, 2021.)

Definirane relacijske metode i njihova međusobna povezanost grafički su prikazane kroz dijagram „Ključanice“ (vidi sliku 3.1.1.). On vizualno prikazuje, više puta istaknuti osnovni koncept integrativne psihoterapije, da se promjena događa kroz kontaktni terapeutski odnos (International Integrative Psychotherapy Association (2021.) koji se ostvaruje putem glavnih metoda: usklađivanja, istraživanja i uključenosti (Modic i Žvelc, 2015.).

Slika 3.3.1.

Dijagram „Ključanice“

METHODS OF PSYCHOTHERAPY



Izvor: Erskine i Trautmann, 1996. Methods of integrative psychotherapy. *Transactional Analysis Journal* 26(2), 316-328.

3.4. Utemeljenost na razvojnim teorijama

Integrativna psihoterapija, već je navedeno, polazi od spoznaje da su ljudi relacijska bića te da im je kontakt s drugima primarna potreba i motivacija. Manjak ili poremećaji interpersonalnih odnosa može se povezati sa razvojem raznih psihičkih problema i u djetinjstvu i u kasnijoj životnoj dobi. Istraživanja i koncepti o dječjem razvoju opisuju razvoj djetetove ličnosti kroz odnose sa (značajnim) drugima (Žvelc i Žvelc, 2021.). Ona daju osnovu za terapeutsko istraživanje (eng. *inquiry*), razvojno usklađivanje (eng. *attunement*) te za dolaženje do terapijskih zaključaka u relacijsko usmjerenoj i razvojno utemeljenoj integrativnoj psihoterapiji. Dr. Erskine se u svojem radu bazira na idejama o dječjem razvoju Erika Eriksona te njegove koncepte povezuje sa konceptima koje su iznijeli Bowlby, Fraiberg, Piaget, Winnicott i drugi autori (Erskine, 2019.a).

Kako bi provođenje psihoterapije sa klijentima bilo uspješno naglašava se neophodnost i važnost razvojnog usklađivanja. Kako bi se postiglo takvo usklađivanje potrebno je poznavati dječji emocionalni i kognitivni razvoj te biti osjetljiv na odnose koje je klijent ostvarivao u tom periodu života. Razvojno usklađivanje obuhvaća usklađivanje s emocionalnim stanjem klijenta, obrascima privrženosti, načinom na koji organiziraju svoja iskustva te njihovim potrebama (Erskine i sur, 2013.). Ono također zahtijeva da razumijemo osobne i relacijske krize koje djeca doživljavaju, potrebe koje se javljaju u svakoj razvojnoj fazi te reakcije i zaključke koje su sa sobom donosili (Erskine, 2019.a).

Erikson je opisao ljudski razvoj kao putovanje kroz 8 faza životnog ciklusa koje se protežu od djetinjstva do starosti. Svaka faza predstavlja novu dimenziju osobne i društvene integracije. Erikson je ovaj proces nazvao „potragom za identitetom“, a napredak i sazrijevanje u zdravu ličnost ovisi o uspješnom savladavanju osobnih i relacijskih zadataka u svakoj pojedinoj fazi razvoja (Erikson, 1971., prema Erskine 2019.a). Erikson, poput Bowlby-ja u svojoj teoriji privrženosti, naglašava važnost prvih odnosa u životu djeteta u formiranju sigurnih i zadovoljavajućih odnosa te razvoju otpornosti u kasnijem životu. Slično tome, teorija objektnih odnosa koju je razvio Frairbairn (na kojoj je kasnije radio i Winnicott) također opisuje da se struktura ličnosti razvija kroz interakcije sa značajnim drugima u dječjoj dobi (Žvelc i Žvelc, 2021.). Poznavanje razvojnih faza Eriksona i povezivanje sa teorijama ostalih spomenutih autora omogućuje terapeutu stvaranje razvojne slike o klijentu, definiranje vremena u kojem su

se poteškoće prvi puta počele javljati, usklađivanje te smjer u kojem je potrebno raditi kako bi se nerazriješeni konflikti i aktualni problemi uspješno razriješili (Erskine, 2019.a)

4. Edukacija iz integrativne psihoterapije

Interes za edukacijom iz psihoterapije javio se prije više od 80 godina, ali tijekom navedenog razdoblja postao je značajno izraženiji. S obzirom na ovu rastuću potražnju, sve je više ustanova osnovano koje okupljaju terapeute i nude edukacije iz integrativne psihoterapije, bilo za djecu i adolescente, bilo za odrasle. Godine 1976. dr. Richard Erskine osnovao je Institut za Integrativnu Psihoterapiju (eng. *The Institute for Integrative Psychotherapy*) u Vancouver-u, SAD, kao međunarodnu akademiju koja pruža profesionalnu edukaciju u području psihoterapijske prakse i savjetovanja. Institut je posvećen osobnom i profesionalnom razvoju psihoterapeuta i savjetovatelja s naglaskom na osobnu i profesionalnu cjelovitost i integritet⁴. Na službenim mrežnim stranicama instituta može se vidjeti cijeli popis edukacija koje nude u raznim oblicima poput online programa, dvodnevnih supervizijskih grupa, 5-dnevnih radionica i sl. Također je dostupan i popis država i gradova u kojima se ove edukacije provode⁵. 2001. godine u Connecticutu je osnovana Međunarodna Asocijacija Integrativne Psihoterapije, poznata kao IIPA (eng. *International Integrative Psychotherapy Association*). Ova organizacija svoje edukacijske programe temelji na integrativnoj metodi dr. Erskina. Osnovala ju je grupa trenera odnosno edukatora integrativne psihoterapije i pojedinaca zainteresiranih za razvoj teorija i metoda s ciljem prenošenja novih spoznaja terapeutima kroz edukacije i treninge. IIPA također izdaje svoj službeni časopis IJIP (eng. *International Journal of Integrative Psychotherapy*) u kojem objavljuju najnovije spoznaje, praktične implikacije i istraživanja iz područja integrativne psihoterapije. SEPI (eng. *Society for the Exploration of the Psychotherapy Integration*) je međunarodna interdisciplinarna organizacija osnovana 1983. godine s ciljem promocije razvoja psihoterapije koja

⁴ Institute for Integrative Psychotherapy (2023.). About the Institute for Integartive Psychotherapy. Posjećeno 15.8.2023. na mrežnoj stranici instituta: <https://www.integrativetherapy.com/en/about.php>

⁵ Institute for Integrative Psychotherapy (2023.). Integratove Psychotherapy Training Programs and Workshops. Posjećeno 15.8.2023. na mrežnoj stranici instituta: <https://www.integrativetherapy.com/en/training.php>

integrira teorijska usmjerenja, kliničku praksu i različite metode istraživanja⁶. Radi se o organizaciji koja ima članove iz različitih zemalja, a koji su zainteresirani za pristupe psihoterapiji koji nisu limitirani na jedan specifičan pristup u psihoterapiji. SEPI također ima vlastiti časopis – *The Journal of Psychotherapy Integration* te bilten *The Integrative Therapist*. Putem ovih publikacija objavljuju se znanstveni članci koji povezuju, odnosno integriraju znanja iz područja psihoterapije. Organizacija okuplja praktičare i istraživače s ciljem zajedničkog učenja i unaprjeđenja teorije i prakse psihoterapije te snažno zagovara suradnju i dijalog među njima (Evans i Gilbert, 2005.).

Za nas je značajnije bilo osnivanje Europske Asocijacije za Integrativnu Psihoterapiju (*European Association for Integrative Psychotherapy* – EAIP) 1993. koja je 1996. među prvima postala akreditirana od strane EAP-a (*European Association for Psychotherapy*). Terapeuti koji se educiraju u organizacijama koje su članice EAIP-a ispunjavaju uvjete za stjecanje europskog certifikata za psihoterapiju (ECP) kojeg EAP sponzorira kao krovna organizacija za niz psihoterapijskih škola u Europi. EAP je posvećena postavljanju visokih razina kompetencija i standarda za edukacije iz psihoterapije te trenutno broji preko 120 000 psihoterapeuta i 128 psihoterapijskih organizacija iz 41 europske države. Temeljno uvjerenje EAIP-a je kako niti jedan psihoterapijski pristup nema „monopol na istinu“, kako kaže Evans (u Evans i Gilbert, 2005.:146.). Stoga podržavaju različite ustanove i oblike edukacije vezane uz integrativni pristup kako bi izbjegli da integrativna psihoterapija postane još jedna u nizu takozvanih jednosmjernih, čistih psihoterapijskih pravaca. Organizacije, članice EAIP-a, koje nude edukacije iz integrativne psihoterapije nalaze se po cijeloj Europi (Hrvatska, Danska, Grčka, Italija, Njemačka, UK, Francuska, Irska, Nizozemska i druge) te se od njenog osnivanja do danas konstantno šire. Upravo zbog toga je, u nekoliko godina, integrativna psihoterapija razvila svoju vlastitu profesionalnu strukturu u Europi (uz nastavak širenja i po Sjevernoj Americi) (Evans i Gilbert, 2005.).

⁶ Society for the Exploration of Psychotherapy Integration. (2023.). About SEPI. Posjećeno 15.8.2023. na mrežnoj stranici organizacije: <https://www.sepiweb.org>

4.2. Temeljne kompetencije i konceptualni okvir edukacije

Kenneth R. Evans, kao prvi predsjednik i jedan od osnivača EAIP-a, imao je značajan utjecaj ne samo na području integrativne psihoterapije općenito već i na oblikovanje konceptualnog okvira i temeljnih kompetencija koje svaki integrativni praktičar mora steći tokom svoje edukacije te ih nastaviti integrirati kroz kontinuirani profesionalni razvoj i refleksiju tokom cijelog svog radnog vijeka (Evans i Gilbert, 2005.).

Evans i Gilbert (2005.) naglašavaju važnost konceptualnog okvira u svakom aspektu integracije kako bi se postigla cjelovitost filozofije, teorije i prakse. Slijedeći nacrt o komponentama psihoterapije koje je iznio Mehrer 1989. izradili su predložak koji služi kao temelj za usklađivanje različitih psihoterapijskih pristupa te kao osnovne smjernice prilikom edukacije novih generacija. Naglašavaju potrebu poticanja polaznika na diskusiju prilikom početka edukacije u svrhu iznošenja vlastitih perspektiva o aspektima ljudske prirode, terminologiji (poput svjesnog, nesvjesnog i sl.), te kako doživljavaju proces psihoterapije, odnos terapeut-klijent i faze psihoterapije. Ovi se početni razgovori danas više prakticiraju kao oblik selekcije kandidata prije formalnog upisa u edukacijski program. Ovakav pristup omogućuje bolje razumijevanje razmišljanja, motivacije i prikladnosti potencijalnih polaznika za ovaj psihoterapijski pristup. Evans i Gilbert (2005.) iznijeli su temeljne kompetencije, ne kao konačan popis koji treba strogo poštovati, već kao inicijalni prijedlog. Cilj im je bio potaknuti raspravu i omogućiti daljnje nadogradnje, a ne postavljanje konačnog standarda. Kompetencije su podijelili u 8 ključnih područja uz napomenu da su oblikovane pod utjecajem UKCP-a (*United Kingdom Council for Psychotherapy*), odnosno tadašnjim propisima o psihoterapiji i psihoterapijskoj praksi u Ujedinjenom Kraljevstvu. Ovih 8 ključnih područja obuhvaćaju temeljne aspekte integrativne psihoterapije i procesa koji su u njoj uključeni. U njih ubrajaju sudjelovanje u razvoju integracije psihoterapije, razumijevanje unutarnjih i vanjskih obrana koje ljudi razvijaju u odnosima te u kakvom su odnosu obrane sa problemima s kojima se ljudi nose i sl. Zatim ističu važnost sposobnosti integrativnog psihoterapeuta za provođenje kvalitetne procjene klijenta, praćenje i evaluacija napretka psihoterapije, stvaranje sigurnog okruženja, osjetljivost na pojavu transfera i kontratransfera, prepoznavanje vlastitih predrasuda itd. Zadnjih nekoliko područja odnosi se na kompetencije koje svaki integrativni praktičar mora imati u područjima poput inicijalne procjene, stvaranja i održavanja terapijskog odnosa i ugovora, rješavanja

trenutačnih problema i poteškoća klijenta te na završetak psihoterapijskog procesa i odnosa s klijentom.

4.3. Edukacija integrativne psihoterapije u Hrvatskoj

U Hrvatskoj, nekoliko institucija nudi opsežnu edukaciju iz integrativne psihoterapije. Jedna od njih je Institut D.O.M. (Institut za psihoterapiju i savjetovanje djece, mladih i obitelji) u kojem se provodi edukacija iz dječje i adolescentne integrativne psihoterapije. Također, u posljednjih nekoliko godina, proširio je ponudu i na napredni stupanj edukacije u području integrativne psihoterapije za odrasle osobe. Institut je član Europske interdisciplinarne asocijacije za terapiju djece i adolescenata (eng. kratica EIATCYP), a od 2019. je punopravni član EAIP-a. U provođenju edukacije slijede smjernice koje je postavio Kenneth Evans kojima ih je osobno podučio kroz suradnju na zajedničkim projektima i programa za pomoć djeci, adolescentima i obiteljima. Edukacija traje 4 godine za osobe koje nisu licencirani psihoterapeuti, a za one koji to jesu nude dvogodišnju edukaciju (odnosno do-edukaciju). Program se temelji na razvojnom pristupu (temeljenom na ranije spomenutim autorima poput Winnicotta, Eriksona, Bowlbya itd.) djeci i mladima koji inkorporira humanistički i integrativni pristup (Gestalt, TA, IA) te self psihologiju, intrasubjektivne teorije i teorije odnosa. Po završetku edukacije dobiva se diploma Instituta pomoću koje edukanti apliciraju za dobivanje europske licence, mogu se učlaniti u Hrvatsku komoru psihoterapeuta (HKP) i dobiti dopusnicu za samostalan rad. Edukaciju mogu upisati diplomirani liječnici, psiholozi, socijalni radnici, logopedi, rehabilitatori te uz posebna odobrenja i dodatne uvijete i osobe ostalih struka⁷ kako je i propisano u Zakonu o psihoterapijskoj djelatnosti u članku 6⁸. Iduća organizacija je CITIS (Centar za Integrativnu Geštalt Terapiju i Savjetovanje) koja nudi edukaciju iz integrativne geštalt terapije. Također se radi o četverogodišnjoj edukaciji po završetku koje edukanti mogu tražiti priznanje HKP-a za samostalan rad.

⁷ Institut D.O.M. (2023.) Edukacija iz dječje i adolescentne integrativne psihoterapije. Posjećeno 15.8.2023. na mrežnoj stranici ustanove: <https://institutdom.hr/edukacija-iz-djecje-i-adolescentne-psihoterapije/>

⁸ Zakon o djelatnosti psihoterapije NN 18/22 na snazi od 17.02.2022. Preuzeto s: <https://www.zakon.hr/z/1045/Zakon-o-djelatnosti-psihoterapije>

Edukaciju iz dječje integrativne psihoterapije nudi i UPSi⁹ u skladu sa standardima i kriterijima HKP, SPUH-a i pod uvjetima EAIP-a i ECIP-a (eng. kratica *European Certificate od Integrative Psychotherapy*). Sve edukacije sastoje se od nekoliko obveznih komponenata poput teorijskog rada, kliničke prakse i supervizije te osobne terapije. Između ostalog, svaka ustanova ima pravo i na dodatne komponente poput slobodnih sati drugog psihoterapijskog iskustva i sl.

Osim navedenih 4-godišnjih edukacija nude se kraće i specifičnije edukacije. Jedna od njih je integrativna psihoterapija igrom koju nudi Centar Proventus¹⁰ koja je namijenjena već certificiranim psiho i savjetodavnim terapeutima kako bi stekli specifična znanja i vještine iz terapije igrom. Još jedna mogućnost je i dvogodišnji program iz dječje i adolescentne integrativne psihodramske psihoterapije koja je također namijenjena već certificiranim terapeutima (no nude i mogućnost 4-godišnje edukacije za osobe bez terapijske edukacije). Njihov model bazira se na psihodramskim pristupima koji su obogaćeni tehnikama drugih pravaca, suvremenim teorijama privrženosti i neuroznanosti.

5. Povezanost struke socijalnog rada i integrativne psihoterapije

Socijalni rad je praktično utemeljena profesija i znanstvena disciplina koja za osnovni cilj ima poticanje društvenih promjena i razvoja, jačanje socijalne kohezije te osnaživanje pojedinaca za neovisno i slobodno djelovanje. Socijalni radnici preuzimaju različite uloge ovisno o skupinama s kojima rade, pri čemu im je svrha unaprijediti kvalitetu života građana, potaknuti maksimalan razvoj svake osobe (skupine, obitelji i/ili zajednice) te se zalagati za ljudska prava i društvenu pravdu (International Federation of Social Workers 2023.). Dakle, osim informiranja o pravima i uslugama koje im pripadaju, bave se i pružanjem samih usluga. Kao pružatelji socijalnih usluga, socijalni radnici često preuzimaju vodstvo u procesima planiranih primjena koji zahtijevaju suradnju između

⁹Udruga za dječju integrativnu psihoterapiju (2023.) Edukacija iz integrativne dječje psihoterapije. Posjećeno 15.8.2023 na mrežnoj stranici udruge: <https://upsi.hr/edukacija-iz-integrativne-djecje-psihoterapije/>

¹⁰ Centar Proventus (2023). Integrativna psihoterapija igrom. Posjećeno 15.8.2023. na mrežnoj stranici centra: <https://centarproventus.hr/integrativna-psihoterapija-igrom/>

njih i korisnika sa ciljem postizanja zajednički definiranih ciljeva koji će povećati kvalitetu života korisnika (International Federation of Social Workers 2023.). Struka socijalnih radnika obuhvaća širok spektar aktivnosti i korisnika. U svojem radu susreću se s raznovrsnim skupinama uključujući pojedince, obitelji i grupe svih dobnih skupina, od djece i adolescenata do starijih osoba. Također susreću se i s raznim vrstama izazova i problema, uključujući situacije poput nasilja, bolesti, neprikladnih uvjeta života, delinkvencije i rada s osobama u kaznenim sustavima, marginalnim skupinama i mnogim drugima. Upravo zbog ove raznolikosti, socijalni radnici moraju biti iznimno prilagodljivi. Njihova obuka i edukacija moraju biti fleksibilne kako bi se mogli nositi s različitim zahtjevima obzirom na ustanove u kojima rade i potrebe različitih skupina korisnika. Učenje i prilagodba kontinuirani su procesi u ovoj profesiji obzirom na to da se životne okolnosti i potrebe ljudi mijenjaju kako se mijenja dinamika i trendovi života. Vidljivo je stoga kako cjeloživotno obrazovanje postaje ključno za ovu struku jer im omogućuje da prate te promjene, razvijaju nove vještine i ostanu informirani o najnovijim spoznajama.

Pa se sada postavlja pitanje na koji način bi edukacija iz integrativne psihoterapije oplemenila rad socijalnih radnika?

Socijalni radnici znanja i vještine stečene u edukaciji iz integrativne psihoterapije mogu koristiti u gotovo svakom aspektu svojeg rada. Za početak za bolje razumijevanje korisnika, jer integrativna psihoterapija obuhvaća različite teorijske pristupe i metode, koje omogućavaju dublje razumijevanje emocionalnih, kognitivnih i ponašajnih aspekata ljudi (Žvelc i Žvelc, 2021.). To im može pomoći da prepoznaju i tretiraju psihičke izazove s kojima se njihovi korisnici suočavaju. Integrativna psihoterapija promiče individualan pristup svakom klijentu uz isticanje kako ne postoji jedinstven pristup koji odgovara svima (Evans i Gilbert, 2005). U tom smislu socijalni radnici ovaj koncept mogu primjenjivati na način da prilagode podršku i intervencije prema potrebama i osobnostima svakog pojedinog korisnika (jer ono što je bilo ispravno za jednog korisnika ne mora biti ispravno i za drugog korisnika ili više njih). Obzirom na intenzivno naglašavanje važnosti učinkovite komunikacije između klijenata i terapeuta, socijalni radnici ovom edukacijom poboljšali bi svoje komunikacijske vještine. Mogu produbiti znanja iz aktivnog slušanja te se koristiti metodama usklađivanja, istraživanja i uključenosti (temeljnim metodama integrativne psihoterapije) kako bi poboljšali komunikaciju s korisnicima i stvorili odnos

povjerenja (Erskine i Trautmann, 1996.). Također mogu koristiti i razne tehnike za rješavanje konflikata i emocionalnih problema koje nudi integrativna psihoterapija i primijeniti ih u radu sa obiteljima i parovima (npr. u slučajevima razvoda). Integrativni terapeuti raspolažu čitavom lepezom znanja i tehnika za rad s klijentima s različitim internaliziranim (depresije, anksioznosti i sl.) i eksternaliziranim (AD(H)D, agresivnost, delikvencija i sl.) problemima. Pa upravo zbog raznolikosti korisnika s kojima se socijalni radnici susreću ova znanja im mogu značajno pomoći u radu sa npr. djecom i adolescentima s problemima u ponašanju, mladima u sukobu sa zakonom, žrtvama obiteljskog (i drugog) nasilja, osobama i obiteljima bez adekvatnih životnih uvjeta i mnogih drugih. Svi oni, zbog životnih situacija u kojima su se našli, mogu se nositi sa raznim emocionalnim i drugim teškoćama koje im onemogućuju povratak ili uspostavu adekvatnih mehanizama nošenja, preuzimanja odgovornosti i kontrole nad svojim životima. Ono što se također često javlja u radu terapeuta je i rad s traumama, pa je i sama edukacija usmjerena na pružanje tehnika rada za takve skupine klijenata. Pošto se socijalni radnici često susreću s osobama koje su pretrpjele traumatske događaje (nasilje, rat i sl.) mogu se stoga poslužiti tim tehnikama da podrže i osnaže klijente u procesu promjene ili da ih usmjere kakvu pomoć da potraže i gdje. Osim tehnika za direktan terapijski rad s korisnicima, integrativni terapeuti raspolažu puno obuhvatnijim znanjem ostalih psihijatrijskih bolesti i poremećaja što im omogućava pravovremenu detekciju te upućivanje adekvatnim stručnjacima kada su u pitanju teža stanja poput sumnje na suicid ili psihotična stanja. U tom smislu važno je istaknuti i značaj timskog rada jer socijalni radnici koji surađuju sa (integrativnim) terapeutima i drugim stručnjacima mogu bolje razumjeti terapijske procese i lakše se uključiti u timski rad za bolju i sveobuhvatniju podršku korisnicima. Na samom kraju, ali ne manje važno, ističe se samosvjesnost. Kao što je ranije navedeno svaka psihoterapijska škola uz edukaciju zahtjeva rad na sebi, na vlastitim emocionalnim i psihičkim izazovima kroz osobnu terapiju. Osobna terapija omogućuje bolje razumijevanje vlastitih osjećaja i reakcija u interakciji s korisnicima te omogućuje bolju kontrolu i uspješnost u radu s njima (Evans i Gilbert, 2005.).

Socijalni radnici u Zavodima za socijalni rad imaju dosta „vezane ruke“ u smislu da nemaju toliki prostor i vrijeme za potpuni tj. dublji ulazak u terapijski proces sa svakim klijentom kao što to radi integrativni psihoterapeut. No svoja znanja i vještine mogu koristiti kako bi brže i lakše procijenili potrebe korisnika, proradili eventualne otpore

korisnika, izradili holistički individualni plan i intervenciju te po potrebi usmjerili korisnike na dodatni oblik pomoći i podrške koji bi im bio od koristi. U tom su smislu socijalni radnici koji rade u udrugama ili na pozicijama u kojima imaju više direktnog rada s korisnicima „slobodnijih ruku“ jer imaju više prostora i mogućnosti za koristiti stečena znanja i vještine pružajući razne oblike individualne, obiteljske i grupne pomoći korisnicima u potrebi.

Postoji još mnogo aspekata na koje bi edukacija iz integrativne psihoterapije utjecala i obogatila rad socijalnih radnika na raznim pozicijama. Tu se otvara prostor za buduće radove i istraživanja koji bi pružali bolji i detaljniji uvid u integraciju edukacije integrativne psihoterapije i socijalnog rada. Moglo bi se, na primjer, napraviti kvalitativno istraživanje sa samim socijalnim radnicima da iz vlastite perspektive iznesu na koje načine su implementirali nova znanja u svoj svakodnevni život i rad, vide li pozitivne promijene i posljedice, koje su to promijene i posljedice, koliko se procjenjuju uspješnima u radu sa novim znanjima te koliko se, na kraju, isplatilo sudjelovati u edukaciji.

6. Zaključak

Integrativna psihoterapija jedna je od najnovijih pravaca psihoterapije koja se kontinuirano razvija od druge polovice 20. stoljeća (Volenik, 2015.). Ona predstavlja značajno područje unutar psihoterapijske prakse koje se razvijalo kao odgovor na raznolikost pristupa i kompleksnost ljudske psihologije kao i na raznolikost njihovih potreba. Kroz integraciju različitih teorijskih pristupa i terapijskih metoda, ovaj pristup omogućava terapeutima da pristupe pojedincima na sveobuhvatan način, uzimajući u obzir emocionalne, kognitivne, bihevioralne i fiziološke aspekte njihovih života, teškoća i potreba. Njezina bit nalazi se u razumijevanju kako je svaki klijent jedinstven i ne postoji jedan psihoterapijski pristup koji odgovara svima i u svim situacijama (Evans i Gilbert, 2005.). Upravo zato integrativna psihoterapija se temelji na individualnom pristupu gdje se terapeut prilagođava karakteristikama i potrebama svakog klijenta te se naglašava važnost stvaranja podržavajućeg i povjerljivog terapijskog odnosa između terapeuta i klijenata (Erskine 2011.).

Integrativna psihoterapija kao pristup svoje korijene pronalazi u radu dr. Richarda Erskina koji je kroz vlastiti rad dao značenje samom pojmu. Opisujući integraciju teorija koje nude spoznaje o ljudskom funkcioniranju i integraciju koja se odvija unutar samog klijenta postavio je temelje za pristup kojeg kasnije definira kao relacijski usmjerenu razvojno utemeljenu integrativnu psihoterapiju (Erskine 2019.b). Kroz osam temeljnih pretpostavki o integrativnoj psihoterapiji, koje uključuju rad u sadašnjosti, osjetljivost na nesvjesne obrasce, razvojnu utemeljenost i druge, daje okvir za razumijevanje ovog pristupa te ističe kako one postaju smislene i čine smislenu cjelinu tek kada je terapeut potpuno prisutan i autentičan u odnosu (Erskine 2019.b). Ono što, prema Međunarodnoj Asocijaciji Integrativne Psihoterapije, čini ovaj pristup jedinstvenim su relacijske metode koje daju veliki doprinos općenito u području psihoterapije. Kroz pažljivo usmjereno ispitivanje, osjetljivost na potrebe i usklađivanje s njima te autentičnu uključenost terapeuta klijent ga doživljava kao pouzdanog i povjerljivog što je na kraju nužno kako bi se postigla pozitivna promjena u njegovom životu¹¹.

Razvojem interesa za integracijom i integrativnim pristupom razvijale su se i razne ustanove po cijelom svijetu (od Sjeverne Amerike do Ujedinjenog Kraljevstva i ostatka Europe). Mogućnosti za edukacijom su sve veće te se i u Hrvatskoj nudi nekoliko opcija što za cjelovite 4-godišnje edukacije, što za 2-godišnje do-edukacije za već licencirane terapeute.

Kroz povezivanje integrativne psihoterapije sa strukom socijalnog rada vidljive su brojne prednosti spajanja ovih dviju struka. Socijalni radnici, koji često rade s osobama koje se suočavaju s raznim oblicima psihičkih i emocionalnih kriza, mogu principe i metode koristiti kako bi poboljšali, odnosno unaprijedili, svoju praksu. To uključuje bolje razumijevanje svojih korisnika, primjenu holističkog individualiziranog pristupa, unaprjeđivanje komunikacijskih vještina i izgradnju odnosa povjerenja s korisnicima. Osim toga integrativna psihoterapija pruža socijalnim radnicima dodatne alate za rad s korisnicima koji su doživjeli razne oblike trauma, prolaze kroz krize ili konflikte u životu (što sa samim sobom što s drugim osobama iz njihovog okruženja) u kojem smislu mogu pružiti dublju i učinkovitiju podršku i pomoć.

¹¹International Integrative Psychotherapy Association (2021). What is Integrative Psychotherapy? Posjećeno 15.8.2023. na mrežnoj stranici asocijacije: <https://integrativeassociation.com/what-is-integrative-psychotherapy/>

Za kraj može se zaključiti kako cjeloživotno učenje i obrazovanje postaje nužno u struci socijalnog rada (kao i svih pomažućih struka) jer se potrebe korisnika mijenjaju obzirom na dinamiku i trendove u društvu. Nova saznanja i tehnike koje pruža integrativna psihoterapija omogućuje im da ostanu relevantni i korisni u svojoj praksi te da mogu, rastućem broju korisnika, pružiti što bolju pomoć i odgovoriti na njihove potrebe. Povezivanjem ovih dvaju disciplina donosi se veća raznolikost i bogatstvo u pristupu rješavanja teškoća i izazova korisnika što može rezultirati boljim psihičkim i emocionalnim blagostanjem te povećanjem kvalitete života onih kojima socijalni radnici pružaju pomoć i podršku.

7. Literatura

1. American Psychological Association (2023). *APA Dictionary of Psychology*. Posjećeno 4.7.2023. na mrežnoj stranici: <https://dictionary.apa.org/counseling>
2. Centar Proventus (2023). Integrativna psihoterapija igrom. Posjećeno 15.8.2023. na mrežnoj stranici centra: <https://centarproventus.hr/integrativna-psihoterapija-igrom/>
3. Corey, G. (2017). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. California: Cengage Learning
4. Janković, J. (2004). *Savjetovanje u psihosocijalnom radu*. Ecetera, Zagreb.
5. Jantol, S., Berc, G. (2020). Nakon edukacije iz psihoterapije više ništa nije isto – motivacija stručnjaka za upis i stečene dobiti od edukacija. *Socijalne studije III* 28(7), 7-28.
6. Erskine, R. G. (2011). *Integrative Psychotherapy in Action* (1st ed.). Routledge
7. Erskine, R. G. (2014.) Nonverbal stories: The body in psychotherapy. *International Journal of Integrative Psychotherapy*, 5(1), 21-33.
8. Erskine, R. G. (2019a). Child Development in Integrative Psychotherapy: Erik Erikson's First Three Stages. *International Journal of Integrative Psychotherapy*, 10: 11-34
9. Erskine, G. R. (2019b, ožujak). *Developmentally-based, Relationally-focused Integrative Psychotherapy: Eight Essential Points*. Rad izložen za konferenciju: „International Integrative Psychotherapy Assotiation's 9th biennial conference“, Montpellier, Francuska.
10. Erskine, R. G., & Moursund, J. P. (1988). *Integrative psychotherapy in action*. Newbury Park, CA: Sage Publications.
11. Erskine, R., Moursund, J., & Trautmann, R. (2013). *Beyond Empathy* (1st ed.). Taylor and Francis. Posjećeno 4.7.2023. na mrežnoj stranici: <https://www.perlego.com/book/1674497/beyond-empathy-a-therapy-of-contactin-relationships-pdf>
12. Erskine, R. G., Trautmann, R. L. (1996). Methods of an Integrative Psychotherapy. *Transactional Analysis Journal* 26(2), 316-328.
13. Erskine, R. G. (2014). Nonverbal Stories: The Body in Psychotherapy. *International Journal of Integrative Psychotherapy* 1(5), 21-33.

14. Evans, K. R., Gilbert, M. C. (2005). *An Introduction to Integrative Psychotherapy*. Hampshire: Palgrave Macmillan.
15. Institut D.O.M. (2023.) Edukacija iz dječje i adolescentne integrativne psihoterapije. Posjećeno 15.8.2023. na mrežnoj stranici ustanove: <https://institutdom.hr/edukacija-iz-djecje-i-adolescentne-psihoterapije/>
16. Institute for Integrative Psychotherapy (2023.). About the Institute for Integrative Psychotherapy. Posjećeno 15.8.2023. na mrežnoj stranici instituta: <https://www.integrativetherapy.com/en/about.php>
17. Institute for Integrative Psychotherapy (2023.). Integrative Psychotherapy Training Programs and Workshops. Posjećeno 15.8.2023. na mrežnoj stranici instituta: <https://www.integrativetherapy.com/en/training.php>
18. International Integrative Psychotherapy Association (2021). What is Integrative Psychotherapy? Posjećeno 15.8.2023. na mrežnoj stranici asocijacije: <https://integrativeassociation.com/what-is-integrative-psychotherapy/>
19. International Federation of Social Workers (2023.). Global definition of social work. Posjećeno 15.8.2023. na mrežnoj stranici organizacije: <https://www.ifsw.org/what-is-social-work/global-definition-of-social-work/>
20. Modic, K. U., Žvelc, G. (2015). Helpful aspects of the Therapeutic Relationship in Integrative Psychotherapy. *International Journal of Integrative Psychotherapy* 6, 1-25.
23. Norcross, J. C., Goldfried, M. R. (1992). *Handbook of psychotherapy integration*. New York: Basic Books.
24. Parloff, M. B., & Dies, R. R. (1977). Group psychotherapy outcome research 1966–1975. *International Journal of Group Psychotherapy*, 27(3), 281–319.
25. Roth, A., Fonagy, P., Parry, G., Target, M., et al. (1996). *What works for whom? A critical review of psychotherapy research*. Guilford Press.
26. Savez psihoterapijskih udruga Hrvatske (2023.). Što je psihoterapija? Posjećeno 4.7.2023. na mrežnoj stranici SPUH-a: <https://www.savez-spuh.hr/sto-je-psihoterapija/>
27. Society for the Exploration of Psychotherapy Integration. (2023.). About SEPI. Posjećeno 15.8.2023. na mrežnoj stranici organizacije: <https://www.sepiweb.org>

28. Udruga za dječju integrativnu psihoterapiju (2023.) Edukacija iz integrativne dječje psihoterapije. Posjećeno 15.8.2023 na mrežnoj stranici udruge: <https://upsi.hr/edukacija-iz-integrativne-djecje-psihoterapije/>
29. Volenik, A. (2015). Perspektive suradnje integrativne psihoterapije i pastoralne prakse. *Diacovensia*, 23 (3), 323-335. dostupno na mrežnoj stranici: <https://hrcak.srce.hr/147885>.
30. Zakon o djelatnosti psihoterapije NN 18/22 na snazi od 17.02.2022. Preuzeto s: <https://www.zakon.hr/z/1045/Zakon-o-djelatnosti-psihoterapije>
31. Žvelc, G., Žvelc, M. (2021). *Integrative Psychotherapy: A mindfulness- and Compassion-Oriented Approach*. Oxon: Routledge.