

Петър Кралев

ОРАЛНИЯТ ХАРАКТЕР

Алкохолизмът и зависимостите според неорайхианската психоаналитична теория

Когато днес се говори за характер, става дума за доказана със средствата на експерименталната психология психична структура. С помощта на електрография, на миография, кирлианова фотография, хромография и ред проективни тестове от рода на Сзонди, ВВСТ и пр. Т.е. нещо, което може да се види и да се проследи във времето като съвкупност от взаимоотношения със света. Един характер е определен начин на чувстване и емоционално отреагиране, той стои по определен начин, диша по определен начин, ходи и гледа по определен начин, има определена телесна морфология. Характерът не е темперамент, т.е. старото делене на сангвиници, холерици, меланхолици и пр., което правеше Теофраст, няма нищо общо с модерните определения. Той е оная първична емоционално-чувствена арматура, оформяща се от деня на раждането докъм седмата година от живота ни, когато възприемаме и опознаваме света предимно чрез чувствата и емоциите си. Около нея се надстроява сградата на бъдещата личност, той предопределя до голяма степен бъдещите ни психични успехи или неуспехи. Кое често става по абсурдни и болезнени начини.

По думите на Вилхелм Райх: *„Характерът представлява хронично изменение на Аз-а, което може да бъде определено като втвърдяване... Реакции, които се хронифицират. Смесът им е в защита на личността от вътрешни и външни опасности. Той е ограничена подвижност на личността.”*¹

Характерът се ражда, за да ни предпазва в социалните и интимните ни контакти чрез определени реакции, плод на “хронифицирани” сътресения в емоционалния ни живот в ранна възраст. Заради тях говорим за характерови травми. Те деформират емоционалната арматура по определен начин, уж за да

е по-устойчива в бъдеще точно на тия сътресения, пред които в една по-крехка възраст се е огънала. Там, чрез реакциите на характера, се пропуква осъзнатото ни рационално поведение и често пъти един тип мотивация, свързана със страхове, потиснатост и гняв, изглеждащи за повечето хора абсурдни, взима връх. На базата на тези травми, се определя и типа характер. Той е като черна дупка - не е желателно да надничаме в нея без чужда помощ, за да не пропаднем. Бурята, която руши зданието на разума и хармонията. И както един организъм има своите слаби места и рискови зони, така ги има и всеки характер. За оралния това са зависимостите, хранителните психогенни разстройства (анорексия, булимия, хиперфагия), биполярните разстройства (циклотимия, циклофрения), и в соматичен аспект – на дихателния апарат.

Казано на прост език, характерът е оная невидима бариера, в която се спъваме, за да паднем на носа си, когато сгафим. Повтаряме си виновно, няма пък, няма повече да правя така, но няколко дни по-късно реагираме по същия начин, и слисано не можем да разберем защо така небето пак се стоварва на главите ни, като иначе сме толкова умни. Т.е. тази структура има подсъзнателна природа, затова трудно се поддава на опитомяване. За съжаление всички я имаме.

За задоволяване на орални потребности се споменава с ирония в програмата на АА “Дванадесет стъпки, дванадесет традиции”². Нормално е, все пак всичко там е архаично, писано е през 40-те години на миналия век. Но е важен знак, че все пак са забелязали някакво подобие на патология, свързана с устата. Т.е. става дума за задоволяване на потребности, свързани с устата. Те си съществуват и съвсем нямат нещо общо само с яденето и пиенето, както се счита. В йерархията на останалите нарцистични потребности са най-ранни. И тъй като пиенето на алкохол до припадък, пушенето на тютюн като комин, тъпченето с храна и после повръщането (булимията), както и тоталния отказ от храна (анорексия) не е начин да удовлетворяваш потребности, то стигаме до въпроса за какво все пак става дума? Кога е времето на техния генезис в

психичен аспект? И защо заемат такъв важен момент в живота на индивида, та по-късно стават причина за цялостното му проваляне, че и за смъртта му?

В първите си месеци след раждането детето живее в състояние на “недиференцираност”, то е и себе си, но и външния свят. Например то не може да почувства майчината гръд като нещо външно на собствения му АЗ. Все още преобладава егосистолата пред егодиастолата³. Егото се определя от физиологични механизми, които включват устата и зоните около нея. Външният свят не е нещо абстрактно, там все още отсъстват времето и пространството. Комуникацията с реалността е изцяло телесна – уста, кожа, нос. Доверието се изразява чрез смукане, покълващата агресивност чрез хапане, недоверието чрез нежелание да отвориш уста. Животът е вкус и мирис, светът е ситост, сигурността е топлина. Вселената се състои от вкусно и безвкусно, топло и студено, меко и твърдо – това са критериите за добро и зло. Топлото и ситостта са оцеляване и уют, гладът и студът са тревожност, самота и смърт. За да оцелееш, трябва да се вкопчиш в света точно с уста (това е първият рефлекс), и да не изпускаш плячката. Иначе казано, светът, към който са насочени всички усещания, все още е гърдата на майката. А любовта, даваща усещане за утробата, е нейната прегръдка – т.е любовта не е поредица от думи, тя е физична. Дори потребността от принадлежност напомня утробата и има физични измерения - когато го гушнат, дребосъкът не е наясно къде свършва той и къде точно започва майката. В тази прегръдка той се изпълва с позитивното усещане, че е приет и че е част, че му се полага да живее. Целият смисъл на съществуването е олицетворен в отношенията с гърдата и с ръцете, които го обвиват.

В университета на Уискънсин психологът Хари Харлоу провежда с години един интересен опит, използвайки бебета шимпанзета. В класически експеримент при изолиране от всякакви психологични влияния, той конструира две кукли на маймуни-майки, които поставя в двата края на стаята. Едната е обвита с мека кожа, топла с температурата на тялото, а другата е студена, от метал, но държи шише с мляко и биберон. Въпросът, на който се търси отговор, е кое е най-важното за малкото във връзката му с майката –

храната или топлината (приемането)? Оказва се, че малките прекарват сгушени в косматата кукла-шимпанзе двадесет и два часа в денонощието, а около голямата само около два часа - т.е. потребността от физичност на отношенията, от любов, топлина и сигурност са много по-големи, отколкото от храна, за да си гарантира индивидът един здрав и хармоничен растеж.

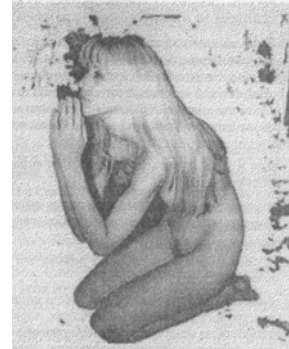
В психологията този отрязък се определя като сензорна фаза, най-ранната в човешкия живот, тя приключва някъде около първата година. Фройд я нарича „орален стадий”⁴, а Ерик Ериксон „първи психосоциален стадий”⁵. В нея според Ериксон се зараждат доверието или недоверието, любов или омраза към обекта на любовта⁶, стремеж и движение по посока към света или бягството от него. Случва се така, че гърдата внезапно изчезва за по-дълго, отколкото мъникът може да понесе. Или пък в прегръдката го няма онова топлото, успокояващото, което ражда съня и връща сигурността на утробата. (Дори и при суициден опит оралът търси усещането за утробата, той предпочита таблетките или ваната пред въжето или високия покрив)⁷.

Тези липси понякога не са за седмица-две, а за много по-дълго, често пъти те са по-скоро правило, и то в много ранен период. Но желанието остава, а отказите се преживяват – не се приемат, а точно се преживяват – като страх от смъртта, която е напълно реална опасност при фрустрация в тая фаза. Приемат се с гняв и огромна ревност към обекта на любовта, които по-късно остават. (Изоставените в домовете деца цял живот не успяват да се отърсят от този гняв).⁸ Гладът за впечатления и усещания, идващи през кожата и устата, чрез които се усвоява и опознава света на психично ниво, се преживява същевременно и като глад за повече удоволствие (всички живеем на принципа на удоволствието). Той се хронифицира (оралите са ненаситни), тук единственият начин да оцелееш, е да приемеш реалността, което означава да престанеш да правиш опити да получиш удоволствие, защото отказите на тая възраст се преживяват като житейско поражение и смърт. Това пък те обрича на вечен глад и вътрешна празнота, които следва да се компенсират. Казахме, че все още я няма устойчивостта на възрастния да понася фрустрации.



ДОВЕРИЕТО

*Използвани илюстрации на
Валдо А. Бернаскони,
„Анорексия, булимия,
затлъстяване от
хиперфагия”*



Да се довериш, означава да отстъпиш властта, да бъдеш “отдолу” – но не заради социално приетата роля на подчинение в обществените структури, с която по необходимост всички се справят някак. А заради вътрешната необходимост да бъдеш “нахранен” емоционално, да получиш любов, нежност, ласки, подкрепа, секс, защото вътрешното емоционално благополучие преминава през връзката с другия. В природата няма независимост. Доверието е синоним на емоционалното подчинение. Позата на едно легнало пред стопанина си по гръб куче, с оголен корем и разперени настрани крака, говори точно това: “Аз знам, че така ставам беззащитен, но ти се доверявам, защото само чрез теб бих могъл да получа необходимото ми удоволствие от живота и увереност, че съм обичан. Затова да бъде волята ти!” Едно отрано малтретирано от стопанина си куче никога няма да легне по гръб доброволно.

Да се доверяваш, означава да умееш да молиш и да искаш любов. Да признаеш пред себе си, че емоционалната ти пълнота зависи от връзката ти с другия, означава вътрешно да приемеш и смирението си пред него. Но за оралния характер връзка = опасност от нараняване и изоставяне, което предизвиква силно вътрешно напрежение, впоследствие и огромна ревност или гняв. Той не умее да моли и да иска обич, защото в началото на живота, когато оцеляването му е зависело от това, когато е молил за ласки и нежност, най-често са го предавали. Социално ще играе ролята на добро и възпитано дете, стига нещата да не опират до емоциите. От тук и необходимостта от типичното “вкопчване” в интелектуалното – идеи, табута, духовност. От тук и фанатизма му без мярка (поредното вкопчване със зъби), например при участие в сектите. А вкопчването не е синоним на доверие. Дори да се реши членът в сектата на интимна връзка, тя ще е интелектуализирана, т.е. без опасност да му разбият защитите: “Бог така пожела!”, Гуруто е мъдър и най-добре знае”, “Тя е моя сестра в църквата!”, “Ние сме духовно свързани” и пр. Няма го естествено природното: “Искам го – Не го искам”, “Харесва ми – Не ми харесва”, “Привлича ме – не ме привлича”, “Възбужда ме – не го понасям”. Няма ги, защото са прекалено обогрени емоционално, т.е. физически.

***Любовта за орала според Бернаскони и Лоуен:** Вярва в един идеализиран ТИ-образ, който може да се грижи, да подкрепя, да разбира и закриля. Отхвърляне на физически недвусмислената реалност.*

Нека проследим какво най-често става.

Добро семейство на непиещи хора, майката е подготвена страхотно на ниво знания за детето си – излязла е с кориците доктор Спок, алхимичка е относно

продуктите на доктор Джонсън, чатка от температури, обриви и памперси повече от всеки педиатър. Но не е способна на една прегръдка, когато има нужда от това. Най-често грижите са мимикрия, чрез която детето се превръща в един стерилен, домашен любимец. Вместо гушкане, гъделичкане, гукане и люшкане той получава помади, масла, хубави пелени и най-скъпите прахове за подсушаване – но всички те са по-скоро извинения за по-важните откази. Или кърменето на два месеца е заменено с кашички, биберони и хумана. Не е нужно да има алкохолизъм, за да прераснат тези мини-изоставяния /щото това си е чиста проба отхвърляне, в каквито и аргументи да го облечеш/ в хронична травма.

Александър Лоуен, американски психиатър, обобщава резултата: *„Характерни черти са слабото му чувство за независимост, стремежът да се вкопчи в другия, понижената агресивност, вътрешната потребност от поддръжка, помощ и грижа. Те означават недостатъчно осъществяване на всичко гореописано в младенчеството и представляват степен на фиксация в тази фаза на развитие. Основният опит на оралния характер е лишението... Хората с орален характер изпитват трудност да стоят на собствените си крака в буквален и преносен смисъл... Индивидът с орален характер страда от вътрешно чувство на празнота.”*⁹.

На три месеца! На толкова е бил, когато не са му дали топлината на прегръдката и са го оставили сам да се справя. Или когато са му отнели гърдата, т.е. добрата част от света. Забелязвали ли сте как понякога един пияч с нежност гали бутилката – като женска утроба или гърда. Защото мама е пребита от работа и често е неспособна да даде малко физически контакт в края на деня. Или пък другото: единият в семейството е алкохолик, взаимоотношенията у дома са изпълнен с болка, гняв, взаимна ненавист, тревожност и тъга. Всичко това пеленачето го приема с прегръдките – на него не му се налага да знае, то просто усеща и чувства. И попива, това са му първите емоционални знания за света: тъга, болка и тревожност.

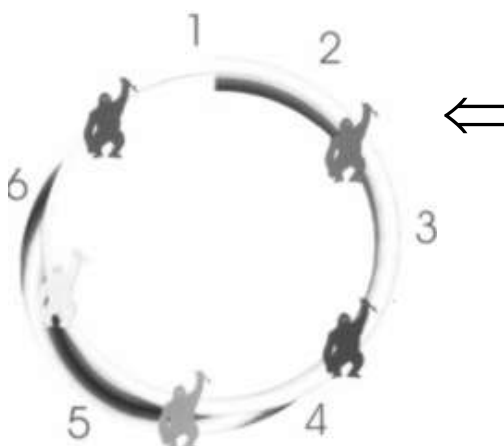
Вариантите могат да бъдат хиляди и не е необходимо навсякъде да търсим вина и виновни, понякога неудачите се дължат на нефункциониращи от

десетилетия културни модели, предназначени да обслужват един по-патриархален тип възпитание, наследени от баби и дядовци като най-важни познания за възпитанието, които се изпробват върху децата. Дължат се и на неразбиране ролята на интимността в тези първи месеци на постепенно разкъсване физическата симбиоза между майка и дете. На чисто физическа невъзможност да бъдеш с детето си. Понякога просто на липса на любов от страна на майката към нежеланото дете. Дори и на липса на кърма. И бабите, ах тези баби, които задоволяват собствените си потребности да останат цял живот майки, като обсебват живота на децата, уж помагайки на родителите. А всъщност осмислят своя. Между другото спонсорът в АА като обгрижваща фигура понякога играе по-скоро ролята на майка, а не на баща. Бащата се появява в живота на децата като значима фигура някъде към петата година, неговите функции са други, не обгрижващи.

Оралният характер се ражда на границата на откъсването от света на майката, за него това откъсване е преминало неуспешно и травмиращо, макар че със сигурност няма как да си го спомни. В една прекалено крехка възраст на стремежа към близост е получил отказ, в моменти на стрес и вътрешен неуют, когато е било нужно да бъде приласкан, е получил хлад, в часове, когато е търсел подкрепа, е бил оставен сам да се оправя. И е станало точно това: на една година сам се е оправял емоционално, както може. Но по един травмиран начин, както ще го прави и като възрастен – ранният негативен опит му подсказва, че е опасно да търси внимателна ръка, която да го подкрепи при решителни стъпки или душевни трусове, затова ще търси друг тип патерици (най-често химически). При първите си опити да задоволи потребността си от принадлежност, е претърпял крах, който едва не му е коствал живота (макар че няма отде да го знае), при първата му потребност да бъде утвърден и да се почувства достоен за любов, не е бил окуражен, което му е смазало самочувствието. А това ще предопредели и слабо развитото му социализиране. В една метафора проф. Александър Лоуен оприличава оралния характер на зелена, неузряла ябълка, откъснала се от дървото прекалено рано и принудена да съществува в неблагоприятната среда на почвата (земното), без

възможности за узряване, без имунитет срещу заразите на околната среда. Т.е. тя ще си остава незряла и по-нататък. Валдо А. Бернаскони обобщава: „Много мъже и жени от орален тип бягат от екзистенциалните си драми, потапяйки се в хиперконсумации – дрога, алкохол, храна.”¹⁰.

КРЪГЪТ НА ОПИТА



Използвани илюстрации на Валдо А. Бернаскони, „Анорексия, булимия, затлъстяване от хиперфагия”

Когато в неорайхианската психотерапия говорим за “кръга на опита”, имаме предвид 5 фази в един динамичен процес, по време на който една личност задоволява емоционално-чувствени потребности в двойката АЗ – ТИ. (При орала тя обикновено е аз – ТИ) Различните типове характери блокират в различни фази.

1) Поява на импулс ⇒ 2) Фаза на възбудата и нейното осъзнаване ⇒ 3) Тръгване по посока на едно ТИ /другия/ за съотнасяне ⇒ 4) Същински опит, сливане, удоволствие ⇒ 5) Дистенция (релакс, отпускане или *post coitum*)

Оралният характер блокира във втората фаза - при осъзнаването на възбудата. Той знае какво иска, има огромно желание да бъде активен, за да постигне целта си, преизпълнен е от чувства. Но не успява „да се задвижи” към обекта на любовта, чрез който ще преживее удоволствието и вътрешната хармония. Или ако успява, го прави, подтирайки се на химическа патерица (алкохол, таблетки и пр.) .

Това, че характеровата му травма е в един до-АЗ-ов стадий (първата година), му е попречило да овладее активни печеливши поведения спрямо другия в двойката. Т.е. той остава пасивен, считайки, че всичко му се полага - не умее да съблязнява, не умее да бъде агресивен (точно затова е садистичен). Не умее да разбира реалността на другия, защото е центриран върху собствените си преживявания. “Моят зъбобол е по-важен от твоя!”. Кое то определя и слабо развития му свръх АЗ (ценностната система). Той навлиза във фазите, в които обикновено тя се изгражда, вече дълбоко травмиран. Затова на ценностните ориентири задължително се набляга във всички програми за терапия на зависимостите. – включително и в програмата на АА “12 & 12”.

За сметка на всичко това първоначалният крах много рано го е накарал да търси спасение в магията на интелекта и въображението – това не е точно

сублимация. Като своего рода компенсация и защита (ето я защитната функция на характера) срещу опасната реалност за едно, оставащо често без емоционална подкрепа дете. Обикновено децата с орален характер са доста по-интелигентни от съучениците си в началния клас, доста по-чувствителни, с по-творческо отношение към света, повечето знаят да четат още на 5 години (рано оказали се на земята ябълки!). И доста по-раними, по-крехки спрямо натоварванията, с по-голяма нужда от помощ. В една интимна връзка оралният характер е винаги доминиран, макар че обича да си придава вид на господар на положението (което е пак защитен механизъм). В интимната обвързаност той търси не толкова секс или сензорни изживявания, а сигурност и обгрижване, независимо дали е мъж или жена. За него любимият човек е идеализиран защитник, който подкрепя, предпазва и дава сигурност, Той търси връзка, в която да бъде воден, а не водещ (и тук зависимост). Нищо обикновено не може да задоволи тая болезнена нужда от внимание и обич (т.е. от непрекъснато утвърждаване), за които оралът е ненаситен. От проявата на някаква елементарна небрежност в отношенията, за която партньорът дори не си е дал сметка, оралът ще изпадне в депресия. И горчивото му заклинание ще бъде “Господи, пак ли!”. Макар че някой друг дори не би я забелязал.

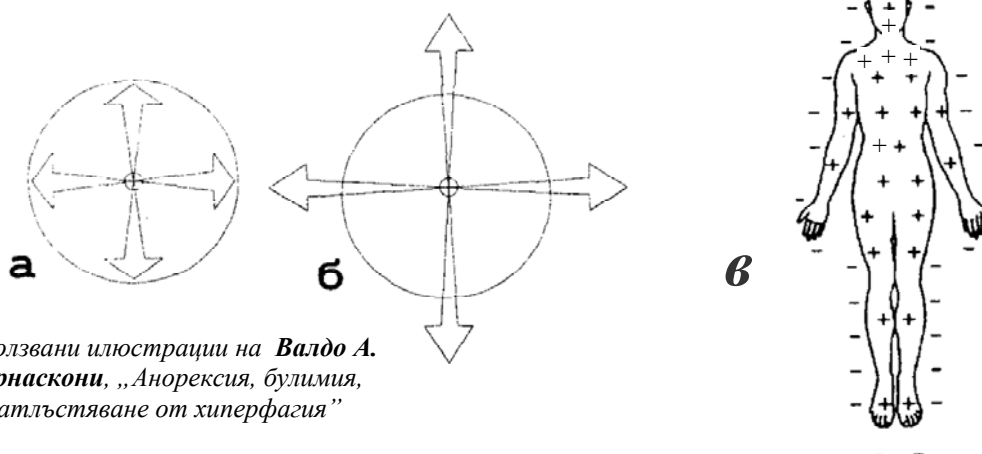
Какво следва от всичко това? На първо място недоверието към физическата близост, от която въпреки всичко човекът с орален характер има въпиюща нужда. Заради това, че е бил предаден прекалено рано, когато всичко – обич, емоции, чувства - се е изразявало по физичен начин, единствено чрез тялото. По принцип оралът е афизичен, отношенията му винаги са интелектуализирани (дори да е необразован), предпочита думите и логорейта на многословието вместо действието, и стига до физическа близост (често и до оргазъм), използвайки подкрепата на химиопатерица. Страхува се да потърси истинска, недвусмислена близост, за да не се повтори схемата на изоставянето. Това е и **неговият основен страх – от изоставяне**. Затова често е неверен и предпочита той да изостави, за да не бъде сам изоставен и да не преживее отново ужаса на първоначалната травма. Защото за него изоставяне = смърт. Това е особен тип

фиксация в ранното преживяване. Дори в една успешно реализирана връзка, в която всичко върви нормално, той се държи като вече изоставен. Без да го желае, тоя страх го вцепенява: сега ще се разочароват от мен, мен никой не ме е обичал, никой не ме е харесвал, сега сигурно ще се изложя и ще ми обърнат гръб... Или пък необяснимо вцепеняване и блокаж. Вариации много. И накрая: хората изоставят – алкохолът не изоставя. Дрогата и сладкишите – също не изоставят. Затова да живее дрогата! Да живее хладилникът, най-последно чувство за вътрешна пълнота. Една болна от хиперфагия по същия начин е зависима от огромното количество храна, както и алкохоликът от огромното количество алкохол. И тук загубата на контрол е водеща.

Този страх ще предопределя и поведенческата пасивност, заради него той не вярва в себе си и във възможностите си. Затова трудно прави първа крачка, трудно се обяснява в любов първи, трудно взема инициатива, най-използваното поведение при конфликт е бягството. После наранява садистично в гръб, избягвайки сблъсъка лице в лице. Основна идеосинкрзия (илюзия): “Всичко ми се полага, всички са ми длъжници!”¹¹ Длъжници на пеленачето, което продължава да е центърът на вселената, въртяща се около него. Само че това е в интелекта и въображението Там долу, в опасната земна среда, ябълката е останала зелена и недостатъчно индивидуализирана, т.е. незряла и неимунизирана. Емоционалната нестабилност, вътрешното напрежение и специфичната, крехка телесна морфология¹² го правят бързо уморяем психически. Заради незрялостта си и недостатъчната индивидуализираност той ще е склонен и към нездрави развлечения, тъй като непрекъснато има осезаема нужда да запълни преследващата го вътрешна празнота след ранните откази. Готов е буквално да се вкопчи безкритично във всеки, който му гарантира поне малко сигурност или пък му обърне повече внимание. Това е друга съществена характерова черта – склонността към вкопчване, алузията е пак с устата. Може би следва да се дообясни: както едногодишното дете опитва и опознава всичко с устата си, без да е наясно с какво точно експериментира – може да нагълта лекарство, игла, парче стъкло, боя за обувки вместо кремче - така и той. И както едно уплашено дете има нужда да засмучи

биберон, гърда, пръстче или да захапе ухо на зайче, за да преодолее тревожността си, така го прави и оралът. Опора в изживяванията на устата – таблетки, прекомерно количество храна или сладкиши, алкохол, дрога. Точно тук е регресът – в използване на защитни механизми, характерни за фаза в развитието, която отдавна е минало¹³. Но оралът почти не е излизал психологически от нея – иначе може да е и метър и деветдесет на ръст. Повечето емоции – добри и лоши – преминават през устата.

БИОЕНЕРГЕТИЧЕН СТАТУС НА ОРАЛНИЯ ХАРАКТЕР



Използвани илюстрации на **Валдо А. Бернасconi**, „Анорексия, булимия, затлъстяване от хиперфагия”

Фигура А. Енергията се разпростира от центъра на организма към периферията, като я ерогенизира. Почти не се излъчва навън. Това е измерението на първичния нарцисизъм в сензорната фаза, в която оралният характер е блокирал развитието си. Енергията се характеризира с късовълнови честоти при висок интензитет на трептене. Често пъти оралният характер се идентифицира със синия цвят и при проективния хромграфски тест ВВСТ на проф. Валдо Бернасconi, който се прави в 10 последователни опита в рамките на 10 терапевтични сесии. Работата на биоенергетично ниво е задължителна при поставена цел, свързана с разширяване лимитите на характера.

Фигура Б. Енергията се разпростира отвъд контактната повърхност на АЗ-а по посока на социума. Единствено така е възможно удовлетворяването на потребностите. Дълговълнови честоти. при нисък интензитет на трептене на енергията.

Фигура В. Ясно се вижда контактната повърхност, която е силно ерогенизирана и говори за свръхсензитивност и огромна чувствителност на кожата към допир и ласки. Енергията не преминава отвъд повърхността по посока на останалия свят. Парадоксално е, но за оралния характер се споменава като за “любовен тип характер”. В него бушуват емоции, които не намират външен изход заради трудността му да бъде активен в емоционалните си отношения и **да се задвижи** по “посока към”. Към обекта на любовта, изобико към всякакъв тип емоционално обогрени взаимоотношения. Енергията е блокирана най-вече в устата, гърлото, горната част на гърдите и диафрагмата.

Всичко това не означава обреченост. В някаква степен то е схема, която не се среща никъде в чист вид, а само като съвкупност от две-три преобладаващи черти. В крайна сметка нашата психика не се покрива единствено с характера, тя има много други компоненти. Тук говорихме единствено за обременяващите психични фактори, каквито всеки характер носи – да не забравяме, че той се формира като форма на защита чрез травма. Дали ще бъде отключена тази характерова травма, зависи от много неща, които вече са извън сферите на психологията. Карма, както се изразяват будистите. Т.е. в една трудна житейска ситуация, експлоатираща чувствата и емоциите, един орал би могъл да реагира с маниакално поведение, зависимост, хранително разстройство или тежка меланхолия, възможно е и с белодробно възпаление. Докато в благоприятни обстоятелства той ще прояви неочаквано ценни качества – свръхчувствителност и изключително нюансиран поглед към света, склонност към поетичното и усет за невидимите неща около нас. От него би излязъл великолепен поет, актьор или музикант, може би журналист. Енодия Джудит го нарича „любовен тип характер”⁵⁵. Но за научен работник или ръководител на голяма фирма кой знае дали е способен.

Едно подобно познание в областта на характерологията би следвало да е насочено точно към това: да си дадем сметка за собствените възможности и ограничения, за да сведем до приемлив минимум част от неизбежните житейски поражения. Както и да използваме най-добре качествата, които способстват за победите ни. И към форма на психотерапия, с оглед увеличаване на собствените ни лимити.

Оралният характер трудно се поддава на вербален анализ. Неговите спомени са от прекалено ранен период, за да имат характер на визуални представи за лица, случки, събития. Те съществуват повече под форма на емоции и чувства. Човекът с орален характер обикновено владее добре вербалната си аргументация, интелектуализира проблематиката си понякога по-добре от терапевта, затова комуникацията следва да се измести на друго поле, за да се докоснат и осъзнаят травмите. Понякога се работи като с едногодишно дете - с докосване, с мирис, с ласка, с прегръдка, с галене, ако

щете. С “харесва ми – не ми харесва”, “приятно ми е – не ми е приятно” , “страх ме е – уютно ми е”. С “усещам – не усещам”, с “чувствам”, а не с “мисля”, с “мога”, не с “трябва”. С предоставяне на възможност да преодолее афизичността на отношенията си и да усети удоволствието от това, че има тяло и желания, че никой няма да го накаже, ако се довери и пожелае да получи нежност. Работи се на биоенергетично ниво – с дишане, доколкото дихателният процес модифицира психичните защиты, с мускулните блокажи, превръщащи травмата в тип поведение. В последно време аз често използвам така наречените „холотропни сеанси”, тъй като по време на тях се променя изцяло метаболизма на организма и енергийно той се зарежда - да ме извини читателят за жаргона. А основното, от което има нужда човекът с орален характер, е енергията. Много е важно той да бъде научен да си я набавя допълнително – пранаяма, медитация, туризъм, йога и пр. Всеки може да избере собствена, най-подходяща за самия него система. Извън това се работи по неговата борбеност (агресия), по проверката му на действителността – кое в нея наистина е опасно и възможно и кое под формата на интроекти съществува само в главата му; по изработването на печеливши модели на сътрудничество в рамките на социума или с противоположния пол (съблязняване). В своя характеров „блокаж” той е навлязъл силно травмиран във възрастта, в която всичко това се заучава и някак е останал "над" него.

Използвани източници и обяснителни бележки

1. Вилхелм Райх, „Характероанализ”, изд. „Република”, Москва, 1999, гл. „Функция формирания характера”, стр. 150
2. „Дванадесет стъпки – дванадесет традиции”, "Втора стъпка"
3. По Валдо Бернаскони, „И ето го: Хомо Невротикус Нормалис!”, изд. „Джуниър Партнърс”, 2007, гл. „Психология на развитието според неорайхианския модел”, стр. 33

4. Речник по психоанализа, изд. ЕА, статия „Орален стадий”, стр. 208
5. Речник по психология, изд. ЕА, 1996, статия "Ерик Ериксън", стр. 93
6. Пак там, стр. 94
7. Много интересни са наблюденията и изводите на Станислав Гроф относно психологичния смисъл на различните форми на суицид. Той твърди, че изборът на форма – самообесване, самозапалване, скачане от висока сграда, отравяне, удавяне, прерязване на вените – никога не е случаен и винаги комуникира и друга цел освен смъртта – самонаказване, самоизмъчване, заспиване, връщане в утробата, опит за летене и пр. „Психология на бъдещето”, изд. „Лик”, 2000, гл. „Преживяването на смъртта и умирането: психологически, философски и духовни перспективи”, стр. 327-359
8. Нанси Верние „Първичната рана. Да докоснем осиновеното дете.”, изд. „Лик”, 2005, гл. „Травмата от изоставянето и осиновяването”, стр. 36
9. Александър Лоуэн, "Биоенергетика", изд. "Ювента", Санкт-Петербург, 1998 г. гл. "Структура орального характера", стр. 163, 165
10. Валдо А. Бернаскони, „Анорексия, булимия и затлъстяване от хиперфагия”, „Лаков Прес”, 2000, гл. I, „Тази проклета пъпна връв!”, стр. 11
11. Валдо Бернаскони, „Човекът в чекмеджета”, „Лаков прес", 1997, гл. „Мисълта”, стр. 23
12. Александър Лоуен в "Биоенергетика", изд. "Ювента", Санкт-Петербург, 1998 г. гл. "Структура орального характера", стр. 164. Там А. Лоуен се спира на специфичните физически характеристики на индивидите с орален характер, както и на недостига от енергия и физически сили.
13. Речник по психоанализа, изд. ЕА, 1998, статия „Регресия" стр. 265

