

# ORIGINILE ȘI EVOLUȚIA FORMELOR DE PSIHOTERAPIE

Liliana ENĂCHESCU<sup>1</sup>

lilianaenachescu7@gmail.com

**Abstract.** Psychotherapy, a branch of psychology, has its cultural origins in the empirical practices of the mystico-magical nature of shamanism. It is based on the mechanism of suggestive induction, transfer and catharsis. Later the therapy of spiritual suffering / soul torment, labelled as demoniac possession, is taken over by the Church under the form of exorcism. The third stage of the psychotherapy history is given by its “medicalization” through the methods of hypnosis, suggestion therapy and, finally, of psychotherapy. In this process, one can observe a historic continuity – in various forms – of the ideas about man and suffering, as well as a continuity of the psychotherapy methods/techniques.

**Keywords:** psychotherapy, psychology, cultural origins, man / human being, suffering.

**Rezumat.** Psihoterapia, ramură a psihologiei, își are originile culturale în practicile empirice de factură mistico-magică ale șamanismului. Ea este întemeiată pe mecanismul de inducție sugestivă, transfer și catharsis. Ulterior terapia suferinței sufletești, etichetată ca posesiune demoniacă, este preluată de biserică sub forma exorcismului. Cea de-a treia etapă a istoriei psihoterapiei este dată de „medicalizarea” ei prin metoda hipnozei, sugesto-terapiei și în final, a psihoterapiei. Se poate observa, în acest proces, o continuitate istorică, variată ca forme, a ideilor despre om și suferință, precum și o continuitate a metodelor / tehnicilor de psihoterapie.

**Cuvinte-cheie:** psihoterapie, psihologie, origini culturale, om / ființă umană, suferință.

În ultimele decenii, psihoterapia a luat o amploare deosebită, ca *practică de restaurare* a echilibrului sufletesc și moral al persoanei și ca *metodă de soluționare* ale unor situații de viață dintre cele mai diferite (conflict, eșec, stres, psihotraume, probleme de cuplu / familie, probleme de adaptare, sociale, școlare, profesionale, boli, moartea celor apropiați), precum și ale grupurilor social-umane.

Psihoterapia a intrat în practica curentă a psihologului, medicului (psihiatru dar și de medicină generală), psihosomaticianului cu rezultate dintre cele mai bune (Gabbard, Beck și Holmes, Bloch, F. Alexander). Aplicată în cele mai diferite domenii și la o cazuistică, cu o largă paletă de cerințe, psihoterapia a ajuns să reprezinte una dintre cele mai importante activități corelate cu „consultația psihologică” (Fr. Baumgarten).

Deși ramură a psihologiei, care și-a găsit statutul pornind de la psihologia clinică<sup>2</sup>, psihoterapia are un trecut îndelungat și bogat, de o diversitate culturală considerabilă și o istorie științifică relativ recentă. Această afirmație face „separația” între practicile empirice și tehnicile științifice medico-psiho-sociale ale psihoterapiei, care și-a dovedit statutul științific. În lucrarea de față ne propunem să re-constituim evoluția formelor de psihoterapie ca studiu a evoluției istorice a acestora.

\*  
\* \*

---

<sup>1</sup> Doctor în filosofie, psiholog principal, Direcția Generală de Asistență socială și Protecția Copilului, sect. 1, București.

<sup>2</sup> Claude M. Prévost. *La psychologie clinique*, P.U.F, coll. « Que sais-je », 2003.

Pentru a înțelege semnificația teoretică și utilizarea practică, aplicativă a *psihoterapiei*, trebuie să admitem faptul că psihoterapia, pe tot parcursul istoriei sale, se întemeiază și se dezvoltă pe o *concepție despre om*.

De acord cu autorii moderni, trebuie să acceptăm *definiția psihoterapiei* ca fiind, o formă particulară de intervenție a psihicului unei persoane specializate în acest sens, asupra psihicului unei alte persoane, având ca obiectiv, influențarea acesteia din urmă, cu efect de restaurare și progres (H. Ey, L. Binswanger). Trebuie să vedem în aceasta o relație de co-prezență interumană, în care cei doi protagoniști, *terapeutul* și *pacientul*, construiesc o „atmosferă de lucru” cu scop psihoterapeutic.

A. Berge definește psihoterapia este că fiind conversația (față în față) dintre un psiholog / psihoterapeut, (ca persoană specializată în domeniul psihologiei) și una sau mai multe persoane, în nevoie, în cadrul căreia psihoterapeutul, încearcă, prin intermediul cuvântului, să sprijine persoana / persoanele în nevoie (inadaptare socială) să facă modificări în atitudinile de tip emoțional, în vederea adaptării sociale, conștienți fiind de modificarea / reorganizarea propriei personalități<sup>3</sup>.

Din acest motiv considerăm că orice studiu privitor la psihoterapie trebuie ca să înceapă, pentru a se putea justifica, cu o raportare la un *model uman* de referință. În sensul acesta distingem mai multe momente-etape ale evoluției și constituirii psihoterapiei.

1. Originile psihoterapiei sunt de factură *culturală* și ele se identifică cu sistemul de valori promovat de modelul socio-cultural de factură religioasă. Acest model presupune o relație între *om* și *divinitatea* protectoare, sau între *om* și *spiritele malefice* (psihopatogenetice).

Studiul de numeroși specialiști, acest model de psihoterapie își propune „intervenția” asupra „persoanei demonizate” în scopul alungării *spiritelor malefice* și restaurării stării de puritate anterioară. Această credință religioasă primară, a „posesiunii demoniace”, a constituit prima formă de psihoterapie, reprezentată prin tehnicile terapeutice șamanice (T. K. Osterreick, Cl. Levi-Strauss, M. Eliade).

2. Trebuie subliniat faptul că, deși societatea și umanitatea au evoluat, cultura populară conservă, în paralel cu experiențele noi, și practicile șamanice, bazate pe ideea de posesiune sau influență a forțelor dăunătoare. În sensul acesta, conduitele culturale sunt reprezentate ca practici curente de psihoterapie. Dacă tehnicile șamanice urmăreau anularea spiritelor malefice, care provocau starea de posesiune a individului, tehnicile ulterioare urmăresc restabilirea echilibrului moral și sufletesc al persoanei posedate, prin formule magice și incantații; cuvântul fiind asociat cu „atingeri corporale” și fumigații și / sau cu ingestia de poțiuni, elixiruri, extrase de plante. Aceste tehnici sunt conservate și în prezent în unele comunități umane, sub formă de descântece.

3. Creștinismul (Noul Testament) aduce numeroase exemple de „psihoterapie religioasă”, reprezentată prin „*vindecări miraculoase*”, cum ar fi: redarea vederii la orbi, alungarea demonilor, vindecarea paralizicilor, etc. Toate aceste acte, atribuite lui Iisus, produceau vindecarea prin credință, considerată ca întoarcerea la Divinitate.

În evul mediu creștin, psihoterapia este „preluată” de Biserică. Se considera că stările psihice rele sau comportamentele indezirabile pentru această instituție erau stări de demonopatie, de posesiune malefică. Pentru acestea Biserica a instituit o „*tehnică particulară*” de terapie: exorcizarea prin post, rugăciuni, practici ascetice, slujbe religioase speciale, sau chiar asasinate pentru purificarea și eliberarea sufletului păcătosului.

Sunt cunoscute epidemiile de posesiune demoniacă din evul mediu. Exorcismul<sup>4</sup> și

<sup>3</sup> A. Berge, *Les psychoteries*, PUF, Paris, 1968.

<sup>4</sup> International Association of Exorcists, [https://en.wikipedia.org/wiki/International\\_Association\\_of\\_Exorcists](https://en.wikipedia.org/wiki/International_Association_of_Exorcists) (asociație recunoscută oficial de Vatican în 2014); *Vatican-recognized exorcists' group offers guidelines for 'quality control'*, July 19, 2020, <https://cruxnow.com/church-in-europe/2020/07/vatican-recognized-exorcists-group-offers-guidelines-for->

„miracolele vindecării”, ca forme de psihoterapie, persistă până astăzi. Un exemplu ilustrativ este cel al „miracolelor vindecării” de la Lourdes<sup>5</sup>.

\*  
\* \*

Deși formele de (psiho)-terapie, mai sus menționate aparțin, cum s-a spus, modelelor culturale, ele continuă să existe și să fie utilizate și astăzi ca *forme culturale*.

La începutul secolului al XIX-lea se produce o „restaurare” prin *deplasarea* formelor și metodelor/tehnicilor de psihoterapie (Șt. Zweig), printr-un act de „medicalizare”.

Momentul cheie este reprezentat de Franz-Anton Mesmer (1734 ÷ 1815), care construiește *Teoria magnetismului animal*, ca explicație a stării de *echilibru / dezechilibru* a persoanei umane. Pentru Mesmer, boala (somatică sau psihică) este rezultatul unui dezechilibru magnetic, care poate fi restabilit prin „aportul energetic” pe care îl produce contactul zonelor afectate ale trupului uman cu un magnet, aplicat de persoane autorizate (terapeuți). Lucrurile evoluează și se ajunge la situația ca numai simpla prezență a terapeutului și atingerea de către acesta, cu mâna, a zonelor afectate să producă ameliorarea sau chiar vindecarea bolnavului.

Trebuie să considerăm acest moment istoric, esențial în istoria psihoterapiei, ca reprezentând descoperirea și utilizarea *sugestiei* în tratamentul afecțiunilor umane.

\*  
\* \*

Să ne oprim un moment asupra fenomenului de *psihoterapie*. Trebuie menționat faptul că, în epoca clasică a culturii grecești, psihoterapia ocupa un loc preferențial în practica medicală curentă. Exemplele sunt numeroase și ne vom referi în continuare la câteva dintre ele:

a. Iliada lui Homer este dominată de nebunia lui Achile (D. Kouretas). Aceasta se manifestă printr-o primă fază de excitație maniacală coleroasă, produsă de cearta cu Agamemnon, urmată de o a doua fază de depresie melancolică, produsă de moartea lui Patroclu. În cursul bolii sale, Achile este tratat cu muzică și cântece care produc liniște sufletească și ameliorarea bolii.

b. Cel care va aduce precizare, în domeniul acesta, este Socrate. Acesta, la o întâlnire cu Charmides, află că tânărul nu se simte bine și că-l doare capul. Ideea evidențiată leagă sănătatea unui organ de sănătatea organismului, sănătatea corpului de sănătatea sufletului (și invers, sănătatea sufletului e imposibilă fără sănătatea corpului) și sănătatea sufletului de o „terapie a sufletului”, adică de procedeul prin care individul se cunoaște și, în același timp, este ajutat să ajungă la cunoașterea unor lucruri esențiale (în mod deosebit, să discearnă între bine și rău)<sup>6</sup>. Prin rezerva pe care Socrate / Platon o arată „descântecului” și prin insistența asupra tratării sufletului cu mijloacele dialogului rațional, se poate spune că este meritul marilor filosofi greci de a fi primii care au introdus în cultura europeană termenii de *psihiatru* și *psihoterapie*.

În contextul culturii greco-romane trebuie să cităm, ca o formă de psiho-terapie, de factură consolatoare, contribuția lui L. A. Seneca<sup>7</sup>, reprezentată prin „Scrisorile de consolare” (veritabile forme de terapie explicativă de suport) adresate lui Lucilius. Ele constituie „formele originale” ale

---

quality-control/; Comunicatul de presă al Biroului de Presă și Comunicații al Patriarhiei Române nr.1161/7 iulie 2005 referitor la cazul preotului Daniel Corogeanu de la Mănăstirea “Sfânta Treime” de la Tanacu, județul Vaslui, în *Cazul Tanacu: pedepsiți de tribunal, abandonăți de ierarhie (scurt comentariu medico-legal)*, November 25, 2011, <http://tanacu.ro/>; Tanacu exorcism, [https://en.wikipedia.org/wiki/Tanacu\\_exorcism](https://en.wikipedia.org/wiki/Tanacu_exorcism).

<sup>5</sup> *The 70th miracle: Lourdes healing officially declared supernatural*, Feb 12, 2018, <https://www.catholicnewsagency.com/news/its-a-miracle-lourdes-healing-officially-declared-supernatural-84194>.

<sup>6</sup> Platon, *Charmides*, Traducere, notă introductivă și note de Simina Noica, în Platon, *Opere*, I, Ediție îngrijită de Petru Creția și Constantin Noica, București, Editura Științifică, 1974, 156b-c, p. 183, 156d-e, p. 183, 174b, p. 208.

<sup>7</sup> L. A. Seneca, *Scrisorile către Lucilius*, Ed. Seneca Lucius Annaeus, 2014.

unei terapii de consolare și consiliere.

\*  
\* \*

Epoca modernă care deschide utilizarea psihoterapiei („medicamentele psihologice” după J. Piaget) este cuprinsă în a doua jumătate a secolului al XIX-lea. Ea este ilustrată de contribuția școlii lui Jean-Martin Charcot (1825 ÷ 1893) de la spitalul Salpêtrière, prin studiile asupra isteriei (inducția fenomenelor clinice prin intermediul sugestiei).

Concomitent, la Clinica de la Nancy, Hippolyte Bernheim (1840 ÷ 1919) tratează bolnavii de isterie cu hipnoză, dezvoltând teoria sugestibilității.

Cel care, însă, la sfârșitul secolului al XIX-lea, instituie metoda psihoterapiei bazată pe o concepție medico-psihologică despre om și viața psihică, este Sigmund Freud (1856-1939). Eliminând orice „intervenție etiologică” de factură malefică, S. Freud<sup>8</sup> aduce în prim-plan problema instinctelor și în primul rând a pulsioniilor sexuale. Pentru el viața psihică se derulează între Eul Conștient și Inconștient, acesta din urmă ca rezervor al pulsioniilor primare, dar și ca depozitar al evenimentelor psiho-traumatizante, generatoare de simptome nevrotice.

Psihoterapia freudiană se va constitui ca psihanaliză. Psihanaliza reprezintă tehnica psihoterapeutică de restaurare a persoanei umane prin lichidarea conflictelor, complexelor interiorizate, a neclarității cauzelor lor.

Așadar, se poate spune că psihoterapia are o existență îndelungată și o istorie recentă. Ea capătă dreptul de a fi recunoscută ca știință și practică psiho-medicală odată cu psihanaliza lui S. Freud.

\*  
\* \*

Elementele pe care se fundamentează psihoterapia ca știință sunt: *sugestia, transferul, catharsisul*.

Scopul oricărei psihoterapii este *vindecarea subiectului*. A. Berge<sup>9</sup> distinge trei tipuri de *căi psihologice* de vindecare, și anume: „mecanice sau explicative, simptomatice sau actualiste, finaliste”. Ca și în situația modelelor de psihoterapie discutate, remarcăm faptul că elementul central de referință este reprezentat de persoana umană. Aceasta se datorează faptului că, din acest punct de vedere, „omul este el însuși creatorul scopurilor sale, printr-un act permanent de deliberare”.

Toate acestea au ca mod de acțiune actualizarea conflictelor interiorizate de individ și manifestate (exprimate de acesta în exterior) sub formă de simptome nevrotice. Rolul psihoterapiei este acela de a re-actualiza evenimentele psiho-traumatizante din trecut, printr-un proces de „prezentificare” conștientizându-le. În felul acesta se produce o ”descărcare/eliminare/curățire” cathartică, având ca efect anularea fenomenelor nevrotice și restaurarea persoanei.

De la momentul Charcot și Freud până astăzi, psihoterapia a înregistrat o evoluție considerabilă de dezvoltare, diversificare și specializare (C. G. Yung, A. Adler, W. Srekel, P. Janet, K. Rogers, etc.).

\*  
\* \*

<sup>8</sup> S. Freud. *Introducere în psihanaliză, Opere esențiale, vol. I*, Ed. Trei, București, 2010; S. Freud, *Tehnica psihanalizei, în Opere esențiale, vol. 11*, Ed. Trei, București, 2010.

<sup>9</sup> Idem, p. 110.

O privire, chiar de factură concentrată, asupra originii și evoluției istorice a psihoterapiei nu poate fi completă decât în măsura în care se are în vedere și persoana terapeutului. Să ne oprim un moment asupra acesteia.

Arătam mai sus că orice psihoterapie se întemeiază pe o concepție despre om, având ca obiect raportul dintre starea de bine (normalitatea psihică) și starea de rău (anormalitatea psihică). Orice psihoterapie este o intervenție aplicată de către terapeut asupra subiectului său. Acest fapt ne relevă relația strânsă între terapeut și metoda psihoterapeutică, dar și între psihoterapie și pacient. Astfel, persoana terapeutului capătă, într-o comunitate umană, valori particulare care-i conferă virtuți terapeutice (T. K. Osterreich, Cl. Levi- Strauss, A. Berge)<sup>10</sup>.

În trecutul istoric, șamanii, ca psihoterapeuți, erau investiți cu capacități magice (M. Eliade)<sup>11</sup>, care garantau vindecarea bolnavilor. Funcția șamanică era bazată pe o „relație de intermediere” între boală (spiritul malefic de posesiune) și intervenția divinității (spiritul benefic al sănătății). Actul terapeutic depindea direct de puterea vindecătoare a șamanului.

În creștinism, terapia avea un caracter nuanțat și diversificat. Ea era reprezentată prin post și rugăciune, care aveau scop preventiv de păstrare a sănătății. În același context, așa cum am arătat mai sus, actul terapeutic era reprezentat prin exorcism, practicat de preoți.

În epoca modernă „medicalizarea psihoterapiei” creează structuri noi. Psihoterapeutul este persoana specializată și instruită în scopul realizării psihoterapiei. Acestuia i se cer (și i se cultivă) următoarele calități: inteligență, cultură, empatie, echilibru interior, capacitate de a se adapta în situații din cele mai diferite, experiență profesională, atitudine cameleonică, capacitate de a surprinde esențialul și de a comunica cu pacientul – toate acestea în relația terapeutică cu persoana umană în nevoie. Se construiește, în felul acesta, o nouă categorie de specialiști psihoterapeuți.

Un ultim fapt care trebuie menționat este acela că orice acțiune psihoterapeutică se desfășoară sub forma unui „scenariu”, așa cum este el în forma cea mai complexă întâlnită în psihodrama moreniană. Spectacolul psihoterapeutic este un scenariu dirijat cu rol cathartic, în care fiecare dintre cei implicați joacă un rol. Cel care deține „rolul director” este psihoterapeutul, care dă nota scenariului prin empatie și printr-o atitudine cameleonică în relație cu pacientul și cu tematica scenariului (H. Tellenbach).

\*  
\* \*

Se poate spune, în concluzie, că evoluția istorică a formelor de psihoterapie reprezintă un proces istoric de relație interumană de restaurare și progres psihic folosind mecanismul de plasticitate adaptativă a persoanei umane.

În același timp, psihoterapia este recunoscută și utilizată astăzi pe scară largă în numeroase situații de viață ale persoanei umane. Ea presupune o atitudine deschisă și binevoitoare, înțelegere și suport psiho-moral, întărirea încrederii în sine, faptul de „a-fi-cu-și-pentru-celălalt” în scopul restabilirii echilibrului sufletec și moral al individului, ajutându-l să re-vină la un mod de viață echilibrată și pozitivă.

În plus, asistăm la o largă deschidere a formelor de psihoterapie: medicală, psihologică, educațională, de adaptare socială, școlară și / sau profesională, de susținere. Ea reprezintă o re-evaluare a umanului, o metodă de reconciliere a persoanei cu ea însăși și cu ceilalți indivizi.

Evoluția ideilor și tehnicilor de psihoterapie reprezintă o replică a evoluției culturale a umanității. Aceasta este „istoria culturală” a luptei omului cu suferința, durerea și boala. În acest

<sup>10</sup> T. K. Osterreich. *Les possédés*, Payot, Paris, 1927; Cl. Levi-Strauss. *Antropologie culturală*, Editura Politică, București, 1978; A. Berge. *Les psychothérapies*, P. U. F, Paris, 1968.

<sup>11</sup> M. Eliade, *Șamanismul și tehnicile arhaice ale extazului*, Ed. Humanitas, București, 2017.

proces, trebuie să vedem efortul de a suprima suferința prin căutarea echilibrului sufletesc și moral al omului.

Dincolo de conotațiile „medico-terapeutice”, psihoterapia se înfățișează, în esența ei, ca un model de gândire și o tehnică de psihologie morală (C. Enăchescu). El reunește, prin natura sa, psihologia, psihopatologia, morala, religia, filosofia, într-un sistem complex care reprezintă psihoterapia.

### Bibliografie

1. Adler, A., *Înțelegerea vieții*, Ed. Trei, București, 2009.
2. Alexander, F., *Psychosomatic medicine its principles and applications*, Georg Allen & Undvin, London, 1952.
3. Binswanger, L., *Introduction à l'analyse existentielle*, Niehaus, Zurich, 1942.
4. Bloch, S., *An introduction to the psychotherapies*, Oxford Univ. Press, Oxford, 2006.
5. Berge, A., *Les psychothérapies*, P. U. F, Paris, 1968.
6. Doods, E., R., *Grecii și iraționalul*, Ed. Polirom, Iași, 2007.
7. Eliade, M., *Șamanismul și tehnicile arhaice ale extazului*, Ed. Humanitas, București, 2017.
8. Enăchescu, C., *Tratat de Psihanaliză și Psihoterapie*, Editura Polirom, Iași, 2007.
9. Freud S., *Introducere în psihanaliză, în Opere esențiale, vol. I*, Ed. Trei, București, 2010.
10. Freud S., *Tehnică psihanalizei, Opere esențiale, vol. II*, Ed. Trei, București, 2010.
11. Gabbard, G. O., Beck, J.C., Holmes, J., *Oxford Textbook of Psychotherapy*, Oxford Univ. Press, Oxford, 2005.
12. Jaegger, W., *Paideia. Formarea omului grec*, Ed. Teora, București, 1998.
13. Janet, P., *Principles of psychotherapy*, translated by H.M. and E.r. Gutrie, George Allen and Unwin, 1925.
14. Jung, C. G., *Opere complete, vol. 16, Practica psihoterapiei*, ed. Trei, București, 2013
15. Kouretas, D., *La mélancolie d 'Achille, L'évolution psychiatrique*, XLII, 1977.
16. Levi-Strauss, Cl., *Antropologie culturală*, Editura Politică, București, 1978.
17. Osterreick, T. K., *Les possédés*, Payot, Paris, 1927.
18. Platon, *Charmides*, Traducere, notă introductivă și note de Simina Noica, în Platon, *Opere*, I, Ediție îngrijită de Petru Creția și Constantin Noica, București, Editura Științifică, 1974.
19. Rohde, E., *Psyché*, Ed. Meridiane, București, 1985.
20. Rogers, K., *Terapia centrată pe client. Practica ei actuală, implicații și teorie*, Ed. Trei, București, 2015.
21. Seneca, L.A., *Scrisori către Lucilius*, Ed. Seneca Lucius Annaeus, 2014.
22. Zweig, St., *Le guérison par l'esprit*, Stock, Paris, 1934.