

Všechny cesty vedou k psychoanalýze

Rozhovor s Jiřím Kocourkem, ředitelem Psychoanalytického nakladatelství a jednou z nejznámějších osobností české psychoanalýzy.

Jaký má vlastně psychoanalýza vztah k ostatním psychoterapeutickým směrům?

Budu možná říkat něco, s čím třeba řada jinak orientovaných kolegů nebude souhlasit. Je to ale můj názor, založený na mých vědomostech a na mých zkušenostech a myslím si, že je z mnoha důvodů opodstatněný.

Je jasné, že psychoanalýza je prvopočátkem veškeré psychoterapie, i když nemůžeme zanedbat také ostatní vlivy. Přesto ale Freud a psychoanalýza byli základními kameny toho, z čeho se potom psychoterapie dále diferencovala a vytvářela další a další odnože, další a další školy. Takže už jenom z chronologického pohledu má psychoanalýza přednostní postavení. To ale není jediný pohled. Navíc tento pohled dle mého názoru málo respektuje komplexnost toho, co psychoanalýza přináší.

Co všechno psychoanalýza přináší?

Chápu psychoanalýzu jako jinou, paralelní psychologii. Jinou psychologii oproti psychologii akademické, se kterou se setkáváme na katedrách a která je pochopitelně tou oficiální. Tato akademická psychologie ale v mnoha směrech nevidí nebo nerespektuje oblasti, kterými se psychoanalýza zabývá, které vlastně objevila a u kterých dokázala, že mají relevantní a legitimní charakter.

Psychoanalýza ale také není jenom psychoterapie, a to připouští dneska i celá řada odborníků psychologicky orientovaných. Ano, ona bezpochyby je ve stavu naplnit terapeutické požadavky, je ve stavu pro indikované případy vytvořit terapeutický systém a neutralizovat symptomy psychických potíží. Ale nejen to. Ona může jít dál. Ona se stává jednou z technik, které se pokouší porozumět člověku. Myslím si, že



psychoanalýza je nejlepší technikou pro toto století a pro naši společnost v tom směru, že poskytuje prostor pro možnost introspekce a porozumění sobě samému, nalezení sebe sama a přiblížení se ke své niterné pravdě. To znamená, že jde podstatně, podstatně dál než může jít psychoterapie a než mohou jít tím pádem i různé psychoterapeutické směry, i když některé z nich, řekněme třeba Franklova logoterapie nebo daseinanalýza, se do určité míry mohou také orientovat podobným směrem. Nemohu si ale pomoci, zůstávají trochu někde jinde a nedosahují tam, kam až může proniknout psychoanalýza.

Z toho, co říkáte, mám dojem, že psychoanalýza je jakousi samostatnou filosofií.

Chcete-li mluvit o filosofii, nejsem proti, trochu bych ale v takovém postoji postrádal důraz na praxi. Psychoanalýza dost dobře nemůže být bez svého praktického ukotvení, bez své terapie, bez realizace psychoanalytické metody. To je velmi důležitá věc. Ve světě jsou snad i tisíce jedinců, kteří jsou v psychoanalýze teoreticky velmi zdatní a velmi schopní, mnohdy více než některý psychoanalytik, a přesto ➤

Je jasné, že psychoanalýza je prvopočátkem veškeré psychoterapie. Freud a psychoanalýza byli základními kameny toho, z čeho se potom psychoterapie dále diferencovala a vytvářela další a další školy.

Jiří Kocourek

Narodil se v Brně (1948). Vystudoval jednooborovou psychologii na Masarykově univerzitě v Brně. Po ukončení studií absolvoval psychoanalytický výcvik a v následujících pětadvaceti letech se psychoanalýze aktivně věnoval. Pracoval jako klinický psycholog v Třebíči, v Jihlavě a v psychiatrické léčebně v Praze-Bohnicích. Absolvoval výcvik ve skupinové psychoanalytické psychoterapii. V roce 1997 se habilitoval na brněnské fakultě v oboru psychoterapie. Nyní pracuje na psychiatrické ambulanci v Praze 8 jako soukromý psychoanalytik a psycholog, přednáší psychoanalýzu a psychoterapii na univerzitě v Brně a v Českých Budějovicích. Je autorem řady odborných článků a publikací.



Myslím si, že psychoanalýza je nejlepší technikou pro toto století a pro naši společnost, protože poskytuje možnost introspekce, nalezení sebe sama a přiblížení se ke své niterné pravdě.

➤ nejsou psychoanalyticky. A to z jednoho podstatného důvodu, který psychoanalýza formulovala opět jako první a který se stal naprosto nezbytnou podmínkou její existence – nutnost vlastního výcviku. Výcvik znamená, že psychoanalytikem se může stát jedině ten, kdo sám psychoanalýzou projde, kdo sám na tom samém sofa proleží několik let a dovolí si všechno, co psychoanalýza požaduje. Když výcvik potom ještě doplníme teoretickým vzděláním a supervizí, můžeme hovořit o jakési další vysoké škole. Ona to opravdu vysoká škola je, vezmeme-li si, že celý proces trvá šest až osm roků. Teprve potom je psychoanalytikem.

Z tohoto hlediska bych byl nakloněn názoru, že psychoanalytická filosofie bude spíše korespondovat s pouhou teoretickou orientací a už méně s praktickou zkušeností a poznáním toho, co psychoanalýza skutečně je.

I v jiných psychoterapeutických směrech musí ale ten, kdo se chce stát psychoterapeutem, nejprve sám projít výcvikem, jakousi „lčbou“, kterou určitá psychoterapeutická škola nabízí. V tom se příliš psychoanalýza neliší...

Neliší se samozřejmě z jednoho podstatného důvodu. I jiné psychoterapeutické směry totiž byly nuceny postupovat stejným stylem jako psychoanalýza. Výcvik byl vlastně jedním z prvních požadavků, které na své budoucí profesionály psychoanalýza měla, tedy požadavek jejich vlastní osobní analýzy. A to není jenom formální skutečnost, ani něco, co by mělo brzdit vývoj těchto jedinců nebo provádět nějakou selekci. To je realita naprosto nezbytně daná praxí. Pokud mám porozumět pacientovi, pokud se mám vcítit do jeho problematiky, musím vědět alespoň o čem mluví a ne jenom poslouchat, co pacient formuluje. A to tak, že si dovolím, aby v mé mysli jeho problémy rezonovaly.

Nedělejme si příliš mnoho iluzí, lidské problémy jsou spočítatelné. Je to několik základních celků, se kterými každý z nás po celý život zápasí. A pokud já tyto věci

budu zakoušet, prožívat a konfrontovat se s nimi během svého výcviku, budu lépe rozumět pacientovi. Tím pádem se také zbavím všech negativ a komplikujících faktorů mé osobnosti a budu moci pacientovi lépe poradit.

Tuto skutečnost si mnohé psychoterapeutické směry uvědomily a poznaly, a zakomponovaly proto výcvik do své vlastní psychoterapeutické průpravy.

Jak dlouho vlastně celá osobní psychoanalýza trvá a jak častá jsou sezení?

Analýza má jakýsi celosvětově platný standard. Dneska se požaduje pro klasickou psychoanalýzu sezení čtyřikrát do týdne. Tato sezení jsou různě dlouhá podle různých analytiků, řekněme od čtyřiceti do šedesáti minut. Celkové pensum setkání se u takového běžného pacienta pohybuje mezi třemi až pěti roky. Pochopitelně se počítá i s dovolenými, což jsou u psychoanalytiků asi dva měsíce za rok. Výcviková psychoanalýza je o něco náročnější, vyžaduje tak pět, šest roků.

Ne vše je možné léčit psychoanalýzou. Které případy nejsou pro psychoanalytickou léčbu indikovány?

Psychoanalýza není soběstačná, má své indikace. Pochopitelně těch indikačních kategorií je několik. Nutný předpoklad je třeba určitá intelektová úroveň. Psychoanalýzu nemůžeme realizovat s jedinci intelektuálně deficitními. Dalším požadavkem, dnes už méně významným, je věk. Do psychoanalýzy se nebral jedinci příliš mladí nebo příliš staří, mám-li to říci zjednodušeně. Ani to už dnes neplatí. Máme analýzu pro dvouleté nebo roční děti, a naopak do analýzy jsou bráni i osmdesátiletí senioři.

Jakou roli hrají psychopatologická kritéria?

I zde došlo k posunu. Freud omezoval psychoanalýzu na psychoneurózy, což je například hysterie, obsedantní neuróza a podobně. Toto úzké pojetí se rozšířilo o některé psychotické a hraniční pacienty. Dnes jdeme dál i v technických podmínkách vedené analýzy. Když Freud zůstával pouze v té klasické horizontální poloze. Dnes třeba při práci s hraničním neuroticko-

psychotickým pacientem umožníme pacientovi sedět, může chodit po místnosti, pokud je natolik zaplaven úzkostí, že nedokáže být v klidu.

Indikační spektrum se sice rozšířilo, zdaleka ale ne na všechny případy. S takovou těžkou chronifikovanou neurózou toho moc udělat nejde. Obdobně to může být i u některých hraničních případů. Ano, máme omezená indikační měřítka, tak jako každá psychoanalytická metoda. V důsledku svých zkušeností a znalostí ale psychoanalýza dokáže, a já si myslím, že jako jedna z mála, ne-li dokonce jako jediná, porozumět klinické problematice toho, čím konkrétní pacient trpí, byť ho nejsme schopni vyléčit.

Je možné tedy říci, že analýza může někdy paradoxně přinést více psychoanalytikovi než pacientovi?

Ano. Chci tím říci, že i analýza neanalyzovatelných případů přece jen určitý efekt má a není úplně zanedbatelný. Symptomy sice zůstanou, klinická situace se příliš nezmění, ale může dojít k většímu prohloubení pacientova prožitku a ke zlepšení kvality jeho života.

Celou psychoanalýzu si musí ale pacient hradit sám a nejsou to přitom malé částky...

Psychoanalýza je ve své podstatě určitá forma luxusu, to nemá cenu zastírat. Takhle fungovala vždycky a takhle funguje také v celém světě. Různé pojišťovnické systémy se k ní ve světě stavějí různě, vždycky si ale většinu nebo všechno hradí pacient sám.

Pacient analýzu hradí z několika důvodů, nejen jako adekvátní honorář pro práci psychoanalytika, která je ve své podstatě velmi náročná. Analytik musí při analýze investovat velmi mnoho, neustále se musí konfrontovat s nevědomím pacienta. Ale vedle toho je tady ještě jeden důvod. Každý z nás má tendenci obrazně řečeno k věcem přijít lacino. Mít dobrý pocit, že se mi někdo věnuje. To je velmi silný a velmi významný prožitek. Najednou je tady nějaký člověk, kterému poprvé a naposledy v životě mám a mohu říkat všechno a který mě poslouchá, který je tady se mnou, kvůli mně a pro mě. Já se pochopitelně budu snažit tento příjemný prožitek prodlužovat, a tím pádem nebudu mít tendenci ho také skončit, tím pádem se uzdravím, jít do toho světa a postavit se na vlastní nohy. Ten peníz je tedy pro mě jakousi pojistkou, abych se co nejdříve uzdravil a abych co nejvíce a co nejintenzivněji pracoval. Abych neměl šanci se vyhřívat na výsluní přízně svého analytika. Abych také já něco investoval.

Pokud si budu sezení platit, a to je další aspekt, mohu si také takzvaně všechno dovolit, nemusím mít prožitek vděčnosti, nemusím mít prožitek závislosti, tak jako kdekoli jinde. Představte si celou medicínu se svou rovínou vztahu mezi pacientem a terapeutem. Pacient je zde vždycky v situaci závislé. Vždycky je to pacient, který přichází k tomu doktorovi s nějakými potížemi a který od něj očekává pomoc a záchranu a je mu strašně vděčný za to, že mu pomůže. Pořád bude mít pocit, že se musí terapeutovi odvděčit, a nosí mu květiny, bonboniéry, flašky nebo cokoli jiného. Psychoanalýza s tímto jevem jako jedna z mála počítá. Dává šanci pacientovi tento prožitek překonat, nebýt závislý. Jako pacient jsem analytikovi nějakým způsobem roven, já si to zaplatím a mohu si za to dovolit opravdu všechno. Když mě našlve, mohu mu i nadávat. Já mohu být zlý, mohu být takový nebo onaký a to je velmi důležité.

Kolik tedy konkrétně za psychoanalýzu zaplatím?

I tady jsme v našich podmínkách naprosto na chvostu světového dění. U nás se tato částka pohybuje mezi třemi sty až pěti sty korunami za hodinu. Pro srovnání – ve Spojených státech je to sto až dvě stě dolarů za hodinu, v Německu je to také více, dvě stě, tři sta marek. Na západě patří psychoanalytici k vyššímu standardu, u nás to zdaleka neplatí.

Zdá se, že psychoanalýza u nás nemá na různých ústláno. Jak vidíte její budoucnost?

Nechtěl bych se stavět do nějaké prorocké pozice, to je vždycky ošidné. Odpověděl bych asi ze dvou pohledů. První je spíše náš psychoanalytický, druhý je širší, řekněme společenský. Víme koneckonců i z historie, že je zde jakási nepřehlédnutelná tendence udržet psychoanalýzu při životě. Daří se to, i když jí na straně druhé schází takové podmínky, jaké měla například bezprostředně před druhou světovou válkou, když k nám přišla řada významných psychoanalytiků z Německa nebo z Rakouska a kdy u nás po nějakou dobu existovala opravdu velká a významná psychoanalytická obec. Dnes je sice situace daleko lepší než za komunistů, nemůžeme ale mluvit o tom, že by psychoanalýza byla centrem pozornosti. Analýza u nás ale existuje, existovala a bude existovat. Pravděpodobně se asi nedostane do příliš významného postavení. Vždycky bude částí, řekněme drobnou částí společenského života.

Na straně druhé si myslím, že psychoanalýza postupně vstupuje do širšího povědomí společnosti. Sice se přitom rozměňuje a jakoby zbavuje své odbornosti, stává se ale více majetkem populace. Už se nefká, že psychoanalýza je jen sexualita, nebo buržoazní pavěda, jak nám bylo říkáno za komunismu.

Jak to bude vypadat za deset, za patnáct, za dvacet let, těžko říci. Celosvětově se dneska mluví o krizi psychanalýzy. Zdá se totiž, že se rozšiřuje spíše klientela patientská než klientela odborná. Odborník má o analýzu zájem, ukazuje se ale, že ona je po všech stránkách až příliš náročná.

Už téměř deset let nicméně vydáváte pro odbornou veřejnost v psychoanalytickém nakladatelství knihy. Jaký máte úspěch?

O úspěchu ekonomickém nemá smysl hovořit, ten ani nebyl původním záměrem. Už před rokem 1989, kdy jsme fungovali v jakési ilegality, jsme byli nuceni se kontaktovat s odbornou literaturou. Překládali jsme ji ve formě samizdatu. Vznikla tak relativně široká nabídka psychoanalytické literatury. Nastala revoluce, literatura byla přeložena, řekl jsem si, proč ji tedy nevydat oficiálně, proč neposkytnout tento materiál širšímu spektru zájemců. Vzniklo nakladatelství, vytvořilo si svůj profil, který se později ještě rozdělil na část psychoanalytickou a psychoanalyticky orientovanou.

Produkce nakladatelství je výrazně směřována na specifické odborné publikum a mohu říci, že očekávané spektrum zájemců se potvrdilo. Jsou to především studenti humanitních věd, odborníci v této oblasti a potom pochopitelně praktici, to znamená psychiatři, psychologové a tu a tam nějaký lékař trochu jiného oboru. Dohromady takových lidí, patnáct set lidí v republice, což tak asi koresponduje s náklady.

Jakub Hučín, foto autor

Placení psychoanalytických sezení slouží jako jakási pojistka proto, aby se pacient co nejdříve uzdravil a aby co nejvíce a co nejintenzivněji pracoval. Aby neměl šanci se vyhřívat na výsluní přízně svého psychoanalytika.