

ANKETA O VZTAHU FILIZOFIE A PSYCHOTERAPIE (3. část)

Redakce Konfrontací se zeptala:

1. a) **Měla by mít psychoterapie oporu v osobním filozofickém postoji terapeuta?**
 - b) **Je pro psychoterapii nutné znát a uvědomovat si své filozofické názory?**
 - c) **Mají být filozofické subjektivní odpovědi psychoterapeutovi nezměnitelně jasné, nebo mohou podléhat proměnám v čase?**
2. **Cítíte se být psychoterapeutem a rovněž (třeba jen trochu) filozofem?**

V minulých číslech odpověděli Věra Capponi, Václav Mikota, Tomáš Novák a Petr Příhoda. Dnešní odpovědi (resp. celistvou úvahu na dané téma) zaslal Jiří Růžička:

1. **Měla by psychoterapie mít oporu v osobním filosofickém postoji terapeuta?**

Nemohu odpovědět kategoricky. Je vysoce pravděpodobné, že každý psychoterapeut má určitý názorový systém, který spoluutváří i jeho vlastní psychoterapeutickou praxi. To, že člověk má "svůj názor" na život a věci, však platí obecně. Hospody i parlament jsou toho svědkem. Nedávno jsem byl nepřímo účasten založení první ženské skupiny, která se zabývala otázkami, které jsou na Západě označovány jako feministické. Bylo jasné, že dámy měly více či méně utvořené systémy osobních názorů, které se rovněž týkaly velmi základních věcí v životě ženy, v životě její rodiny i společnosti, ve které žije. Zde je patrné, že filosofické otázky jsou věcí každého člověka, dokonce i dítěte, protože, jak známo, první otázky dětí jsou filosofické: "Tati, co je to tma?" zeptal se mě můj synek, když mu nebyly ani tři roky.

Myslím si tedy, že každý člověk si filosofické otázky klade a to v průběhu celého svého života. Nezáleží vůbec na tom, je-li malý nebo velký, hloupý nebo chytrý, zdravý nebo nemocný. Odpovědi na otázky však jsou různé. Chytré i hloupé, přiléhavé a prapodivně vyhlížející. Mnoho otázek však zůstává trčet nezodpovězeno kdesi mezi nebem a zemí. Na mnohé otázky odpovědi známe, na mnohé jen dílčí, a asi je mnoho otázek teprve počato. K tomu jednu poznámku. Zdá se mi, že kladení otázek i jejich odpovídání je proces. Životní proces. Proto je asi naivní chápat filosofii jako vědu, která je hotová a jednou provždy také hotově založená. Zde není žádný monopol a nemá jej ani filosofie jako disciplína. Nemají jej tedy ani filozofové, i když se tak někteří někdy tváří a také tak pší.

Měla by tedy mít psychoterapie v osobní filosofii terapeuta oporu?

Myslím, že by mohla. Dokonce bychom se o to měli pokoušet. Když už nenajdeme oporu, tak alespoň můžeme spatřit vzájemné vymezení psycho-terapeutické praxe a osobní filosofie psychoterapeuta. Mnozí, možná každý z nás, děláme leckdy v psychoterapii mnoho zcela protichůdného, vůči naší osobní filosofii. Tak například vyznáváme osobní svobodu nebo věříme v Boha a přitom vykládáme a interpretujeme symptomy v termínech zcela materialistických nebo deterministických. A ten rozpor si ani neuvědomíme. Kdybychom byli důslední, tak by nám ten rozpor vyvstal.

Pravděpodobně by se změnil i naučený profesionální stereotyp. Osobně se snažím svoji terapii konfrontovat s tím, co si myslím a jaké mám názory na svobodu, pravdu, člověka, apod. Myslím, že to také vedlo k mému kritickému postoji k některým názorům i praktikám psychoanalýzy (jiné zase považuji za vynikající, s mými názory kongruentní), skupinové terapie, rodinné terapie a také k podobě, úrovni i samotnému provozování psychoterapie u nás. Zároveň mi však je jasné, že filosofie jako akademická disciplína na psychologii a psychoterapii zapomíná, jednostranně kritizuje, ba dokonce se jím vyhýbá. Když čtu nebo poslouchám filosofy, mám takřka vždycky dojem že jejich řeč je vždy velmi subjektivní záležitostí, kterou, až na výjimky, odmítají respektovat. Tím se filosofie ochuzuje o neobyčejně cenné filosofické problémy, neboť ty leží na počátku otázky: "Co je to tma?" Tma pro mě, v mém životě. Nemám dost dobrý přehled o filosofii ve světě, ba dokonce ani ne u nás, takže je možné, že si někdo klade tyto otázky zcela běžně a filosoficky na ně odpovídá. Nevím však, že by takový člověk vstoupil nebo prošel systematickou psychoterapií. O jediné takové výjimce vím a tou je Bossova "daseinsanalýza".

Další problém, který mám s filosofií, vyplývá z její časté snahy být uzavřeným systémem. Uzavřenost systémů vnímám instinktivně jako past, vězení nebo něčí snahu mít nade mnou (i nad druhými) moc. Měl jsem jeden velmi kuriozní zážitek. Jeden filosof mi při určité příležitosti bušil filosofickou knihou do hlavy, abych "konečně pochopil", totiž podrobil se "té nejsprávnější nauce". Takových bušení do hlavy jsme zažili dost a dost. Vždycky, když cítím tlak a bolest hlavy při něčí řeči, tak se sám sebe ptám, jestli to není ta stará bolest hlavy, kterou jsem již zažil. Uzavřené filosofické systémy jsou charakteristické pro Evropu, jmenovitě pak pro Německo. Filosofické systémy je proto dobré reflektovat v kontextech, ve kterých vznikaly. Zatím se mi to vždy osvědčilo a zpravidla osvětlilo a pozměnilo filosofické porozumění.

Považuji filosofické otázky za nezodpověditelné ve smyslu jediného a vyčerpávajícího výkladu. Považuji filosofii za jednu z metod přibližování se tajemstvím, kterými je svět, můj život, život druhých, i to vše, co se ve světě, se světem, lidem i s lidmi děje. Pokládám filosofii za odvážnou, pozoruhodnou a svébytnou cestu se těmto tajemstvím přiblížit, dotknout se jich a tuto zkušenost dílem s druhými sdílet, a druhým sdělit. Psychoterapie je pro mne také jednou z cest, jak se přiblížit tajemství. Filosofie mi pomáhá tuto cestu hledat a alespoň trochu se na ní vyznat. Stejně

však nejvíce spoléhám na sebe a na lidi, kteří se psychoterapii podrobují. Nevím vlastně leckdy, kdo se více podrobuje, "kdo je v psychoterapii kdo". Na cestě jsme dozajisté obě strany. Profesionálně však "kdo je kdo" musí být jasné. To je ale jiná otázka.

Nechci být chápán mylně. Mluvím nejen o tajemství, ale i o cestě a ta bývá leckdy jasná a osvětlená. Patří však k lidskému životu stejně tak dobře jako to, co zůstává nejasné, v šeru a ve tmě.

Jestli má psychoterapie nebo psychoterapeut znát své filosofické názory?

Nevím, zdali je nutné znát názory, určitě je však důležité znát, cítit a chápat i respektovat filosofické otázky. A také dílčí odpovědi nebo jejich jasné a strukturované uvědomění. To jistě může mít nakonec i podobu názoru.

Někteří psychoterapeuti jsou ve svých názorech jen málo proměnliví. Pro mě je stálost názorů v dnešní době nepochopitelná, míní-li se jí neproměnlivost. O nejasnosti nemluvě. Když někdo tvrdí, že je mu vše neproměnlivě jasné, tak mu prostě nevěřím. Ale to nikdo moc netvrdí. Každý se spíš rád přihlásí k vývoji a pružnosti. Znám však také několik psychoterapeutů, kteří jsou ve svých názorech proměnliví jen málo. Nebo je nové názory neproměnily. To je častější. Z nich však jen naprostá menšina je tak vzácně jasnozřivá, že mohou být v základním filosofickém postoji, nikoliv tedy názoru, stabilní. Ale i ti ojedinelí kolegové a kolegyně (mám na mysli spíše ženy, jak zjišťuji s překvapením) se v čase mění i se svými názory a tak trochu i postoji. Asi je důležité vědět, čeho se proměna názoru týká, ba co proměnou názorů vůbec myslíme.

2. Psychoterapeutem se být cítím, i když vlastně ani moc nevím, v čem to vlastně spočívá. Filosofem se být necítím, ale filosofické otázky mě zajímají, těší, zneklidňují a také uvádějí do zoufalství. Filosofie si vážím velmi. I některých filosofů. Některé mám zase rád, s některými tajně i ne zcela vědomky bojuji, přuse, podléhám a zase se vzpírám. Některé filosofy za filosofy vůbec nepovažuji. Vzpomínám si například na Lenina. Ale je jich víc. Někteří jsou spíš básníky, jiní zase přírodovědci. Ale určit "kdo je kdo", je vždy taková zapeklitá věc.

Jiří Růžička