

Eckhart Ruschmann

Doradztwo filozoficzne* (fragmenty Wstępu)

1. Filozofia a „doradztwo” (*Beratung*)

W opublikowanym w 1989 roku VII tomie *Historycznego Słownika Filozofii* (*Historisches Wörterbuch der Philosophie*) umieszczony został krótki artykuł autorstwa Odo Marquarda, poświęcony *Praktyce filozoficznej* (*Philosophische Praxis*). Artykuł ten odwołuje się do działalności Gerda B. Aschenbacha, który w 1981 roku otworzył pierwszą praktykę filozoficzną i tym samym określił znaczenie definiowanego tu pojęcia. Działalność filozoficzna tego rodzaju, opisana została jako „profesjonalnie prowadzone filozoficzne doradztwo, dotyczące problemów życiowych (*Lebensberatung*)”, które „ma miejsce w praktyce prowadzonej przez filozofa”¹.

Od tamtego czasu na całym świecie rozpoczęło działalność ponad 100 filozofów-praktyków², posiadających w swej ofercie także doradztwo. W wielu krajach powstały zrzeszenia i organizacje wspierające rozwój tej nowej dziedziny, a od kilku lat odbywają się regularnie międzynarodowe kongresy (1994 Vancouver, Kanada; 1996 Leusden, Holandia; 1997 Nowy Jork, USA; 1998 Bergisch Gladbach, Niemcy; 1999 Oksford, Anglia).

Nadal jednak doradztwo filozoficzne (a o tę formę działalności filozofów-praktyków będzie nam chodziło przede wszystkim) jest dziedziną tak nową i mało znaną, że w szczególności musimy zastanowić się nad pytaniem, które od czasu do czasu zadawano również w odniesieniu do filozofii: do czego właściwie służy i czy jest konieczna, czy zbędna. Rozpatrując kwestię praktyki filozoficznej musimy wziąć pod uwagę jeszcze jeden szczegół, a mianowicie, że sami filozofowie częściowo powątpiewają w sensowność lub konieczność włącza-

* *Philosophische Beratung*, Verlag W. Kohlhammer, Stuttgart 1999.

¹ O. Marquard, *Praxis, Philosophische*, w: *Historisches Wörterbuch der Philosophie*, Basel 1989, t. VII, szp. 1307-1308.

² Porównaj listę praktyk filozoficznych, sporządzoną przez Michaela Zdrenkę (uporządkowaną według czasu powstania oraz państw). Jego wykaz obejmuje 122 nazwiska, ujęto tu także praktyki już zamknięte (M. Zdrenka, *Konzeptionen und Probleme der Philosophischen Praxis*, Köln 1997, s. 179 i n.).

nia przez doradców filozoficznych do i tak różnorodnej oferty doradztwa jeszcze jednego dodatkowego wariantu.

Jednakże na pytanie o „uprawomocnienie” doradztwa filozoficznego — tzn. o konieczność czy zbędność jego funkcjonowania — odpowiedzi mogą udzielić tylko potencjalni klienci poszukujący porady. Doradca filozoficzny³ może być dla nich partnerem w dyskusji, jeśli wykaże na podstawie jasnych i dobrze uzasadnionych teorii, że oferuje poradnictwo kompetentne w określonej sprawie. Ostatecznie więc, o odpowiedzi na powyższe pytanie decyduje subiektywne zadowolenie poszukującego porady. Wtedy też wiemy, czy otwarcie danej praktyki było sukcesem czy niepowodzeniem.

Pytanie, czy filozoficzna praktyka jest istotnie „konieczna”, można zastąpić pytaniem inaczej sformułowanym: jeśli we współczesnym świecie ktoś poważnie zмага się z pytaniami egzystencjalnymi — pytaniami o wartości, o warunki, jakie gwarantują rzeczywistość udane życie, o stosunek do transcendencji wyrażony w niedogmatyczny i niesekciarski sposób — gdzie zatem człowiek ów — jeśli potrzebuje albo wręcz życzy sobie rady — może jej dziś poszukiwać? Duszpasterze nie są już dla wielu osób potencjalnymi partnerami dyskusji. Gdy filozofowie — co często się zdarza — tak chętnie i bez wahania kierują pytania światopoglądowe, religijne czy duchowe ku teologom, to okazuje się, że wielu poszukujących porady życzy sobie, by ich doradca był całkowicie otwarty na transcendencję, ale też by nie determinował go określony światopogląd.

A co z psychologami? Nie tylko nie są oni zainteresowani, ale też często nie są przygotowani na takie pytania. W ramach kształcenia akademicko-psychologicznego czy psychoterapeutycznego nie porusza się owych tematów lub pojawiają się one tylko w marginalnym wymiarze. (To samo odnosi się do pedagogów, pedagogów socjalnych, pracowników socjalnych itd.).

Poszukujący porady „trafiają” więc często na rynek psycho-siprytualny, co tylko zwiększa ryzyko, że dostaną się w ręce pseudo-doradców. Dlatego właśnie wydaje mi się prawomocne twierdzenie, że doradztwo filozoficzne stanowić może ważne, a nawet konieczne uzupełnienie bogatej oferty profesjonalnego doradztwa i że powinno w tym sensie zostać określone jako poradnictwo interdyscyplinarne.

a) Filozofia jako doradztwo

Nawet jeśli forma, w jakiej wyraża się prowadzona profesjonalnie filozoficzna praktyka doradcza, widziana jest dziś jako nowy i nie budzący zaufania zawód, to w żadnym wypadku skojarzeń takich nie powinno budzić pojęcie doradztwa. Fakt, że filozofia jest ujmowana (przynajmniej jest również ujmowa-

³ Ze względu na czytelność tekstu, autor rezygnuje z zapisywania formy r.m. i r.ż zwrotu „ein(e) Philosophische(r) Berater(in)”, poprzestając wyłącznie na formie „Philosoph(inn)en”, którą stosuje wielokrotnie w całej książce. Ze względu na specyfikę języka polskiego i czytelność przekładu z rozwiązaniami tego zrezygnowałam (przyp. tłum.).

wana) jako doradztwo, nierzadko odzwierciedla się we współczesnej filozofii. W filozofii antycznej doradztwo, jako doradztwo indywidualne, było oczywistym, a w wielu jej szkołach głównym, zadaniem filozofa. Seneka w liście do Lucyliusza stawia takie oto pytanie: Czy chciałbyś wiedzieć, co obiecuje filozofia ludzkości? i odpowiada następująco: doradztwo (łac. *consilium*)⁴.

Filozoficzna tradycja doradztwa przerwana została wraz z nastaniem chrześcijaństwa i wejściem filozofii w kolejną fazę rozwoju, zaś jej dotychczasowe zadania przejęte zostały przez doradztwo duszpasterskie. Również po odzyskaniu samodzielności przez filozofię w epoce nowożytnej, tradycja owa nie została na powrót przyjęta, co Hans Krämer ocenia jako dopiero niedawno zauważone ciężkie zaniedbanie.

Biorąc pod uwagę owo historyczne tło, może dziwić, że niektórzy współcześni filozofowie z taką oczywistością podkreślali doradczy charakter filozofii — nawet przed powstaniem czy uznaniem ruchu praktyki filozoficznej, rozwiniętej dopiero w początku lat 80. W taki sposób pisał m.in. Jürgen Mittelstraß w roku 1982 — „filozofia jest formą doradztwa”⁵. Rozumiana jako dziedzina, której zadania polegają na konstruowaniu „jasności we wszystkich zakresach naszego rozumienia siebie i danych nam sytuacji”⁶, filozofia służyć ma rozwiązywaniu problemów, zaś „problemy, które dotyczą konkretnego działania, rozwiązuje się w oparciu o doradztwo”⁷. Argumentacja ta prowadzi następnie do cytowanego wyżej stwierdzenia, że filozofia jest w takim razie formą doradztwa.

W tym czasie równie burzliwie dyskutowano podstawowe w tej kwestii pytanie: „czemu służy filozofia?”. Wokół niego obracały się też różnorodne rozważania dotyczące doradztwa. Carl Friedrich Gethmann w artykule, który powstał w ramach koła dyskusyjnego „Czemu służy filozofia?” posunął się nawet tak daleko, że sformułował twierdzenie (lub też żądanie), by studia filozoficzne w swej istocie składały się z „treningu doradczego”⁸. Takie ujęcie uzasadnia on w następujący sposób: „Cele nauczania filozofii nie są pierwotnie kognitywne, lecz pragmatyczne: dotyczą życiowego powodzenia, doświadczenia, rozważ, zrównoważenia, obiektywności, stosowności itd. w kontekstach doradztwa”⁹. Geth-

⁴ Lucius Annaeus Seneca, *Epistulae morales ad Lucilium*, ks. V, list 48: „Vis scire quid philosophia promittat generi humano? consilium”.

⁵ J. Mittelstraß, *Versuch über den Sokratischen Dialog*, w: *Wissenschaft als Lebensform. Reden über philosophische Orientierung in Wissenschaft und Universität*, Frankfurt/M. 1982, s. 140.

⁶ M. Carrier, J. Mittelstraß, *Geist, Gehirn, Verhalten. Das Leib-Seele-Problem und die Philosophie der Psychologie*, Berlin 1989, s. 280.

⁷ „Doradztwo” (*Beratung*) rozumiane jest tu raczej w sensie „radzić sobie wzajemnie” (*sich /miteinander/ beraten*). Znaczenie to, prócz możliwego jeszcze znaczenia „radzenia komuś”, jest szczególnie akcentowane także przez filozofów praktyków.

⁸ C.F. Gethmann, *Ist Philosophie als Institution nötig?* w: *Wozu Philosophie? Stellungnahmen eines Arbeitskreises*, wyd. H. Lübke, Berlin–New York 1978, s. 311.

⁹ Tamże, s. 310 i n.

mann powątpiewa jednak, czy filozofia akademicka, tzn. jej przedstawiciele, mogą lub mogliby zrealizować ów projekt i czy mamy prawo, by w tak oczywisty sposób, jak np. czyni to Wolfgang Högbe¹⁰, mówić o „konsyliarnym zadaniu filozofii” (powołując się na wspomnianą wypowiedź Seneki, przyznającego filozofii rolę doradcy ludzkości).

Jürgen Mittelstraß — w *Szkicu o dialogu sokratycznym*, skąd pochodzi cytowany już fragment — świadomy jest w każdym razie tego, że filozofii stawiane będą określone wymagania, jeśli istotnie ujmie się ją jako „doradztwo”: z jednej strony musi być ona dialogiczna, z drugiej — spełniać wymóg „filozofii jako formy życia”. Rozważania dialogu sokratycznego zamyka twierdzenie, że na uniwersytetach wraz z filozoficznym dialogiem zanikać zaczęła także pewna formacja filozoficzna. O tyle — jak brzmi podsumowanie — uważa Mittelstraß swe wywody za szkic dotyczący przeszłości raczej niż teraźniejszości filozofii uniwersyteckiej¹¹.

Praktyka filozoficzna lub doradztwo stanowią więc pod tym względem wyzwanie, by w konsyliarnym i dialogicznym punkcie swego rozwoju stać się przyczynkiem do przyszłości filozofii, w tym także filozofii uniwersyteckiej.

b) Filozof jako doradca

Pojęcie „praktyki filozoficznej” wiąże się ściśle z zagadnieniem teorii i praktyki w filozofii (tematem pojawiającym się już od antyku) oraz koncepcją filozofii praktycznej. Aspekt ten wzbudzał ostatnio szczególne zainteresowanie — „rehabilitacja praktycznej filozofii”¹² stała się wręcz hasłem. Filozofia praktyczna może wprawdzie zostać ujęta jako czysta refleksja nad warunkami i możliwościami praktyki, podczas gdy „praktyka filozoficzna” czy „doradztwo” oznacza konkretne dokonania praktyki — także konkretną rozmowę między doradcą i poszukującym porady, jako działalność podporządkowaną praktyce życiowej.

Pojęcie „praktyki filozoficznej” ma więc w kontekście praktycznej filozofii¹³ wyraźnie inne znaczenie niż to, które miał na myśli stosujący go Aschenbach — oznacza ono według niego działalność filozofa-praktyka, który uprawia

¹⁰ W. Högbe, *Metaphysik und Mantik. Die Deutungsstruktur des Menschen*, Frankfurt/M. 1992, s. 21.

¹¹ J. Mittelstraß, *Versuch über den Sokratischen Dialog...*, dz. cyt., s. 159.

¹² *Rehabilitierung der praktischen Philosophie*, t. I: *Geschichte, Probleme, Aufgaben*, wyd. M. Riedel, Freiburg 1972.

¹³ H. Krämer (*Was ist Philosophische Praxis?*, w: *Einheit und Vielheit. 14. Deutscher Kongress für Philosophie, Gießen 1987*, Hamburg 1990, s. 309) wymienia trzy aspekty: a) działanie oparte na filozoficznej teorii; b) odpowiednie wdrożenie w określone postawy etyczne; c) rozmowa doradcza, w której rozważane są pytania dotyczące sposobu prowadzenia życia. Ów trzeci aspekt (ewentualnie drugi) przedstawia pewien wycinek z obszaru działalności filozofa-praktyka, tzn. zakresy pojęć „praktyka filozoficzna” i „praktyczna filozofia” przecinają się, choć nie pokrywają się.

„praktykę filozoficzną” w dosłownym tego słowa znaczeniu, a więc takim, jakie zawiera się w codziennym użyciu słowa „praktyka” (np. w zwrotach „praktyka lekarska lub psychologiczna” itd.).

Jeśli konkretnie zapytamy o działalność filozofa-praktyka (problem ten rozważała w pracy magisterskiej Melanie Berg¹⁴), to odnajdziemy w niej pewne formy, które są dobrze znane, a nawet opracowane w kontekście filozofii (np. przekazywanie wiedzy filozoficznej podczas seminariów, dokształcanie dorosłych itd.).

Działalność doradcza filozofa-praktyka nie znalazła jednak do dziś uznania i nie została opracowana w ramach filozofii akademickiej. Przedstawia ona (szczególnie w formie doradztwa indywidualnego) ważny, niejednokrotnie centralny aspekt tego rodzaju działalności podejmowanej przez filozofów. To on wzbudzał najczęściej zainteresowanie publiczne. Temat „doradztwa filozoficznego” nie tylko zresztą interesuje, ale i porusza. Świadczy o tym duża liczba artykułów w gazetach i czasopismach oraz audycje w radiu i telewizji. Wypowiedź Odo Marquarda z wymienionego już artykułu, jest więc nadal aktualna: „[praktyka filozoficzna] jest dlatego jedną z ważniejszych — bardziej dyskutowanych, krytykowanych, owocniejszych — współczesnych form filozofii, do której musi odnieść się ze swej strony filozofia tradycyjna”¹⁵.

2. (Filozoficzne) doradztwo a psychoterapia

Dygresja: Krytyka psychoterapii przedstawiona przez doradców filozoficznych

Jak zostało już wspomniane — przede wszystkim w początkowym etapie rozwoju praktyki filozoficznej ważny punkt odniesienia stanowiła krytyka psychoterapii. Jednakże ów negatywny i krytyczny sposób autoprezentacji był wielokrotnie oceniany, również przez samych filozofów-praktyków, jako niefortunny i niedostateczny. Według Rana Lahava¹⁶, obraz psychoterapeutów, tworzony przez niektórych praktyków, stanowi wyłącznie przerysowaną karykaturę. Lahav stara się odnaleźć źródło owej krytyki i dostrzega je w próbie ustosunkowania się filozofów do „siły” psychoterapii lub psychologii. Postępowanie takie, jak twierdzi, przybiera wielokrotnie formę aroganckiego poszukiwania usprawiedliwienia¹⁷.

Charakterystyczne dla owych wystąpień jest to, że jako ich przedmiot służy przede wszystkim klasyczna psychoanaliza. Często więc mówiąc ogólnie o „psychoterapii” ma się na myśli i atakuje się właśnie psychoanalizę. Najczęściej pomija się przy tym fakt, że psychoanaliza krytykowana jest już od wielu dziesię-

¹⁴ M. Berg, *Philosophische Praxen im deutschsprachigen Raum. Eine kritische Bestandsaufnahme*, Essen 1992.

¹⁵ O. Marquard, *Praxis, Philosophische*, dz. cyt., szp. 1308.

¹⁶ R. Lahav, *Is Philosophical Practice that Different from Psychotherapy?*, „Zeitschrift für Philosophische Praxis” 1994, 1, s. 32-36.

¹⁷ Tamże, s. 32.

cioleci¹⁸. Szczególne znaczenie miała tu prowadzona przez psychologów i psychoterapeutów od lat 50. krytyka, zaliczana do „ruchu sprzeciwu” wobec dominujących wówczas szkół psychoanalizy i terapii behawioralnej (*Verhaltenstherapie*), z jej ówczesnym behawiorystyczno-pozytywistycznym ukierunkowaniem. Owe — zupełnie różne — głosy krytyczne, szkice i projekty na początku lat 60. (szczególnie z inicjatywy Anthony’ego J. Suticha i Abrahama H. Maslowa) nazwano „psychologią humanistyczną”. Zostały one w pełni wyrażone wraz z powstaniem reprezentującego je czasopisma (od 1961) jako, wedle określenia Maslowa, „trzecia siła”, przeciwstawiająca się obu ówczesnie dominującym nurtom¹⁹.

Wielu badaczy, zaangażowanych w rozwój owego kierunku, pozostawało pod silnym wpływem filozofów. Niektórzy z nich określali się wręcz jako „psychoterapeuci egzystencjalni”, opierając się na dziełach Kierkegaarda, Nietzschego, Heideggera, Sartre’a, Camusa, Bubera, Tillicha, Ortegi y Gassetta itd²⁰.

Krytyka psychoterapii, prowadzona przez filozofów-praktyków, powtarza więc w licznych aspektach ową filozoficznie „inspirowaną” lub filozoficznie motywowaną krytykę, przeprowadzoną przez ówczesnych psychoterapeutów lub doradców, tak jak np. w kwestiach modelu choroby, kategoryzacji diagnostycznych itp. Również odrzucenie ścisłego podziału psychoterapii i doradztwa (podstawą do tego były wątpliwości dotyczące pojęcia choroby) posiada charakter owych dawnych wypowiedzi i jest do dziś prezentowane w ten sam sposób przez wielu filozoficznych doradców.

Krytyka wniesiona przez przedstawicieli nurtu „trzeciej siły”, z dzisiejszej perspektywy nie posiada ani szczególnie „filozoficznego”, ani też szczególnie „psychologicznego” charakteru. Kierowano ją przede wszystkim przeciwko dominującym wówczas postawom, niewyjaśnionym antropologicznie założeniom, mechanistycznemu obrazowi człowieka (który leżał zarówno u podstaw psycho-

¹⁸ Interesujące nowsze prace krytyczne, to np. praca Manfreda Pohlana i Margareth Bautz-Holzheer, *Psychoanalyse — das Ende einer Deutungsmacht*, Hamburg 1995 lub empiryczne badania określonych koncepcji psychoanalizy — chociażby wzór zachowań, nazwany „kompleksem Edypa”, okazał się szczególną (a przez to tym rzadszą) formą odniesień rodzinnych (W. Greve, J. Roos, *Der Untergang des Ödipuskomplexes. Argumenten gegen einen Mythos*, Bern 1996).

¹⁹ Por. F. Goble, *Die Dritte Kraft. A.H. Maslows Beitrag zu einer Psychologie seelischer Gesundheit*, Freiburg 1979 (tłum. ang.: *The Third Force*, New York 1970); H. Quitmann, *Humanistische Psychologie. Zentrale Konzepte und philosophischer Hintergrund*, Göttingen 1991. Wiele informacji na ten temat zawiera też monografia Petera Paulusa, *Selbstverwirklichung und psychische Gesundheit. Konzeptionelle Analysen und ein Neuentwurf*, Göttingen 1994.

²⁰ Patrz: R. May, *The Origins and Significance of the Existential Movement in Psychology*, w: *Existence. A New Dimension in Psychiatry and Psychology*, wyd. Rollo May, Ernest Angel, Henri F. Ellenberger, New York 1958, s. 3-36; I.D. Yalom, *Existentielle Psychotherapie*, Köln 1989 (tłum. ang.: *Existential Psychotherapy*, New York 1980).

analizy, jak i terapii behawioralnej mimo pozornego przeciwieństwa ich ówczesnych form), pogłębiającym się brakom, ujęciu empatycznego rozumienia, nastawieniu na trwałe koncepcje czy skostniałe orientacje teoretyczne itp. Na tej podstawie rozwinięte zostały teoretyczne i praktyczne alternatywy. Różnorodne projekty doradztwa i psychoterapii uwzględniały zwłaszcza takie „czynniki oddziaływania” (*Wirkfaktoren*), które w ówczesnej psychoterapii w ogóle nie były realizowane — przede wszystkim (w terminologii Grawego) aktywację środków (*Ressourcenaktivierung*) i wyjaśnianie (*Klärung*) stanowiące centralne czynniki terapeutyczne²¹.

Tymczasem wzrosło znaczenie wielu podstawowych twierdzeń psychologii humanistycznej. Dzięki jej wkładowi przeprowadzony został „zwrot kognitywny”, postulowany w behawiorystycznym projekcie badań psychologicznych. Zaakceptowano i przyjęto w kontekście psychoterapeutycznym, przynajmniej we wstępnej formie, np. podstawowe stanowiska terapeutyczne zarówno w terapii behawioralnej, jak i psychoanalizie (np. autorstwa Carla Rogersa, akcentującego centralną pozycję klienta)²².

„Paradygmatayczny” zwrot w psychologii doprowadził do tego, że w ostatnich 10-20 latach przedstawiono całkowicie nowe wyniki podstawowych badań w ramach psychologii ogólnej, klinicznej i psychoterapii. Stało się przez to możliwe nowe pod wieloma względami ujęcie stanów „dysfunkcyjnych”. Wspierający się na tym rozwój psychoterapii (ugruntowanej psychologicznie)

²¹ Zob. K. Grawe, *Psychotherapie ohne Grenzen. Von den Therapieschulen zur Allgemeinen Psychotherapie*, „Verhaltenstherapie & psychosoziale Praxis. Verhaltenstherapie in der Diskussion” 1994, 1, s. 357-370; *Umriss einer zukünftigen Psychotherapie*, w: *Erfolg und Mißerfolg in der Psychotherapie*, Regensburg 1996. Wymienia on cztery centralne czynniki oddziaływania, które zostały wyprowadzone z badań empirycznych: 1) aktywna pomoc w przezwyciężaniu problemów; 2) wyjaśnianie lub praca z nim związana; 3) aktualizacja problemów lub „zasada realnego doświadczenia”; 4) aktywizacja środków.

²² Odnośnie do psychoanalizy: por. W. Loch, *Perspektiven der Psychoanalyse*, Stuttgart 1986, s. 158: „Owe trzy warunki konstytuujące nastawienie (autentyczność, wczucie empatyczne, bezwarunkowa akceptacja — według Rogersa) są także naszym zdaniem czymś nieodzownym dla doradcy. Są konieczne do tego, by klient-pacjent nabrał odwagi i w interakcji z doradcą uświadomił sobie pewne przedświadczone, a przede wszystkim dynamicznie wyparte i rozdzielone treści. Dzięki tej postawie i w tej postawie doradcy czuje się on akceptowany, chroniony, poważany i uznany”. Odnośnie do terapii behawioralnej: K. Hahlweg, L. Schindler, D. Revenstorf, *Partnerschaftsprobleme: Diagnose und Therapie. Handbuch für die Therapeuten*, Berlin 1982, s. 82 i n.: „Zakładamy, że terapeuci behawioralni powinni w dużej mierze realizować tak zwane podstawowe zmienne terapeutyczne, tak by kształtować dla klienta proces terapeutyczny najbardziej efektywnie, jak to jest tylko możliwe. W psychoterapii rozmów (*Gesprächspsychotherapie*) jako istotne uznawane są zmienne pochodzące od terapeutów. [...] Podstawowe umiejętności: szacunek, zgodność z samym sobą, empatia i planowanie/strukturyzacja, stanowią podstawę każdego działania w ramach terapii behawioralnej”.

wyraźnie zmierza ku integracji — scalenia w kliniczno-psychologicznych ramach różnorodnych technik i projektów terapii²³.

Psychoterapia znajduje się więc w fazie intensywnych zmian, wyznaczonych przez nową jej orientację, w której szczególnie aktywny udział przypadł psychoterapeutom-psychologom. Filozofowie mogą zatem co najwyżej popierać i uzupełniać samoistnie rozwijającą się dyskusję w psychologii i psychoterapii, zwłaszcza w aspekcie szerokiej krytyki tradycyjnego kształcenia w poszczególnych jej „szkołach”.

Nowe psychologiczno-psychoterapeutyczne projekty skierowane są ku celom bardziej pragmatycznym, dlatego też są one efektywniejsze i bardziej umiarkowane niż dawna psychoanaliza. W ten sposób można zawrzeć je w jednym ogólnym obrazie — z czego wywnioskować też można, jak formułuje to Hans Krämer — że w psychoterapii brakuje najczęściej właściwego wymiaru doradztwa. W podejściu do procesów „dysfunkcyjnych” chodzi o to, by na nowo stworzyć możliwości „odnalezienia siebie i swej identyczności”, opracowywane dalej np. w kontekście doradztwa filozoficznego²⁴. Terapia rozpoczyna się tam, „gdzie doradztwo nie wystarcza lub gdzie dopiero pojawiają się jego sensowne założenia”²⁵. Odpowiednio do tego można naszkicować, postulowany przez Krämera, związek „komplementarnego podziału pracy” między psychoterapią i doradztwem²⁶. Filozofowie mają więc szansę, by aktywniej brać udział w dalszej dyskusji o filozoficznych podstawach psychoterapii. Znajduje ona coraz więcej uznania u psychoterapeutów, jak chociażby w kwestii podstaw antropologicznych.

Zwróćmy jeszcze uwagę na dwa punkty krytyki psychoterapii prezentowane przez doradców-filozofów.

W pierwszym z nich wyrażają oni obawę, jakoby „usuwanie” symptomów powodowało w procesie terapii zanik filozoficznie relewantnych motywacji lub impulsów. Ów zarzut, przypominający wcześniejsze argumenty terapeutów egzystencjalnych po części przyczynia się do „heroizacji symptomów” (lub choroby). Należałoby tu jednak wziąć pod uwagę, że „ból” stanowi dla człowieka głębokie źródłowe doświadczenie (*Grunderfahrung*) i zawiera w sobie możliwości egzystencjalnego zwrotu. Ból duchowy nie jest jednak *per se* „procesem dysfunkcyjnym” i dlatego żadna poważna psychoterapia nie będzie zajmowała się jego eliminacją, jak zakłada to wielu filozofów-praktyków. Wprost przeciwnie, np. przeżywany w depresjach żal z powodu utraty swych sił i możliwości czy też przeżywany w inny sposób ból psychiczny określają zarazem cel terapii.

To, co zostało tu określone, wyjaśni się dokładniej, jeśli terminologicznie rozróżnimy ból i cierpienie — „ból” rozumieć można jako podstawowy fakt

²³ Porównaj projekt Klausa Grawego, który nazywa on „terapią psychologiczną” (K. Grawe, *Psychologische Therapie*, Göttingen 1998).

²⁴ H.J. Krämer, *Integrative Ethik*, Frankfurt?M., s. 211.

²⁵ Tamże, s. 345.

²⁶ Tamże, s. 210.

conditio humana, będzie on wciąż spotykał każdego człowieka, podczas gdy „cierpienie” w tym oto rozróżnieniu scharakteryzowane być powinno jako „cierpienie własne” („spowodowane” obawami, nie wyważonym stosunkiem do swych doświadczeń itd.). Tego rodzaju „cierpienie” zmienia się dzięki uchwyceniu i uświadomieniu towarzyszących mu niekorzystnych procesów.

Ból i cierpienie często są mylone ze sobą. „Cierpienie” przysłania ból i dopiero jeśli się zmniejszy, doznaje się właściwego bólu intensywnie i w całej głębi tego przeżycia raz jeszcze (lub po raz pierwszy), co zależy już od okoliczności. Ból jest, przychodzi i mija, podczas gdy tak rozumiane „cierpienie” może trwać „bez końca”, jako że jest wciąż odnawiane.

Kolejny aspekt krytyki prezentowanej przez niektórych filozofów-praktyków dotyczy modelu medycznego i pojęcia choroby, ujmującego zaburzenia psychiczne lub procesy „dysfunkcjonalne”. Również argumenty tu przedstawione skierowane są głównie przeciw dawnej diagnostyce psychiatryczno-psychodynamicznej i nie odpowiadają obecnemu stanowi rzeczy.

Zgodnie z powyższymi uwagami, należy się obawiać, że „odizoluje się” i „ostempluje” klientów/pacjentów określając ich jako „chorych”. Pojęcie zdrowia jest przy tym definiowane wyłącznie jako brak choroby, nie posiada więc żadnego pozytywnego określenia²⁷.

Współczesne formy diagnostyki, jakimi operuje psychologia kliniczna, w przeciwieństwie do zaprezentowanych tu opinii, stanowią przede wszystkim zróżnicowane opisy (obciążających, dysfunkcyjnych) procesów psychicznych. Dychotomii zdrowy/chory nie rozpatruje się w wyznaczonych granicach, ale bierze się pod uwagę znaki (cechy), ujmowane jako kontinuum — wraz z objawami posiadającymi „formę łagodną” w obszarze „zdrowia” lub występującymi pojedynczo. Określenie kogoś jako „chorego” jest też bardziej pragmatyczną wypowiedzią o intensywności i/lub częstotliwości pojawiania się owych objawów²⁸. Tera-

²⁷ Prowadzone w ramach psychologii humanistycznej próby odnalezienia jakiegoś pozytywnego określenia „zdrowia psychicznego” rozwinęły się w wypracowany system „psychologii zdrowia”. Por.: P. Becker, *Psychologie der seelischen Gesundheit*, t. I: *Theorien, Modelle, Diagnostik*, Göttingen 1982 (który referuje również filozoficzne teorie zdrowia); P. Paulus, *Selbstverwirklichung und psychische Gesundheit*, dz. cyt.

²⁸ Przykład: Reiner Sachse pisze w książce o „zaburzeniach osobowości”, że ujmuje je jako zaburzenia stosunków z innymi ludźmi, a więc nie w taki sposób, jak wskazywałaby utarta nazwa. Wychodzi on przy tym z założenia, „że sposoby kształtowania takich stosunków, które prowadzą w ekstremalnej formie do tak zwanych «zaburzeń osobowości», w łagodniejszej formie stanowią uniwersalne sposoby postępowania: nie istnieje zatem dychotomiczny podział na «normę» i «zaburzenia», a tylko płynne przejścia”. (R. Sachse, *Persönlichkeitsstörungen. Psychotherapie dysfunktionaler Interaktionsstile*, Göttingen 1997, s. 14). Podkreśla on także, że kryteria diagnostyczne służą psychoterapeutom przede wszystkim jako „terapeutyczna heurystyka” (*Therapeutische Leitheuristik*), nie oznaczają więc „patologizacji”. „Jeśli spełnione są określone kryteria diagnostyczne, oznacza to, że u klienta mamy do czynienia z określonymi rodzajami problemów interakcyjnych” (tamże, s. 15). Terapeuta nie

pia procesów „dysfunkcyjnych” klasyfikowana jest natomiast jako sensowna, konieczna oraz uprawniona do opłacania ze społecznych środków kasy chorych.

[...]

Zauważyć jednak należy, że dopiero uznanie symptomów osobowych za „dysfunkcyjne psychiczne stany chorobowe” umożliwia zastosowanie opieki psychoterapeutycznej. Ludzie z silnymi zaburzeniami psychicznymi uważają się w wielu wypadkach za psychicznie zdrowych lub normalnych i poszukują „winy” za ich problemy „na zewnątrz” („postawa ofiary”) lub starają się znaleźć jakieś „wy tłumaczenie” somatyczne²⁹. W tym też sensie argumenty filozofów potwierdzają tylko ogólne uprzedzenie, które utrudnia poddanie się opiece psychoterapeutycznej z obawy, że przez to zostanie się napiętnowanym jako ktoś „nienormalny”. Wypowiedzi tego rodzaju są więc nie na miejscu (ponieważ nie odpowiadają dzisiejszemu stanowi diagnostyki i psychoterapii), a przede wszystkim są niebezpieczne wzmacniając uprzedzenia.

Jeśli diagnoza „zaburzeń psychicznych” zostaje przez pacjenta zaakceptowana, posiada dla niego działanie odciażające, motywujące i aktywujące. Krytyka różnorodnych, diagnostycznych określeń „pojęcia choroby”, związanego z daną ofertą terapeutyczną, byłaby więc etyczna tylko wtedy, gdyby istniała zarazem jakaś oferta alternatywna. Natomiast doradcy bez dodatkowego psychoterapeutycznego przygotowania nie są jej w stanie przedstawić.

powinien przeoczyć tego rodzaju znaków, gdyż wpływa to na rodzaj stosowanej terapii. Sachse podaje pragmatyczną definicję. Jeśli można mówić o jakimś zaburzeniu, to tylko wtedy, gdy realizowany wzór interakcji przynosi danej osobie więcej szkód niż korzyści. Trwała granica, od której można mówić o „patologii”, nie podlega określeniom — „tego rodzaju klasyfikacja dzieli kontinuum według dychotomicznego wzoru, kryteria pozostają tu jednak dowolne” (tamże, s. 15).

²⁹ Wymienić tu należy przede wszystkim tak zwane „zaburzenia osobowości”, które w istotnych aspektach dziś rozumiane są jako zaburzenia w obszarze intrapersonalnym (jako niedostateczna integracja, a w przypadkach ekstremalnych dysocjacja) oraz interpersonalnym (jako zaburzenia interakcji). Por. R. Sachse, *Persönlichkeitsstörungen*, dz. cyt. Wiele przesądów, dotyczących psychoterapii, powstało na skutek trudności w postępowaniu z osobami, z którymi nie radzą sobie często nawet doświadczeni psychoterapeuci. Dopiero w ostatnich latach wykształcił się tu nowy sposób rozumienia i odpowiednie do tego postępowanie terapeutyczne. Filozoficzni doradcy, którzy natrafiliby na takie osoby (posiadają oni najczęściej „nie-kończoną historię terapii”), byłiby przy tym również zbyt obciążeni występującymi problemami w interakcji, jak i wielu psychoterapeutów nie dysponujących odpowiednimi doświadczeniami oraz środkami diagnostycznymi i terapeutycznymi. Niefortunne odniesienie „przypadku-borderline” do podgrupy tzw. zaburzeń osobowości odzwierciedla wcześniejszą trudność z diagnostycznym ujęciem tego rodzaju osób — znaczy to, że znajdują się oni w obszarze granicznym (klasycznych) kryteriów diagnostycznych i przemienne mogą być określane jako „psychotyczni” lub „neurotyczni”. Owe różne „twarze” uwzględniono dziś jako kryteria diagnostyczne. (Zróżnicowaną koncepcję terapii zaburzeń osobowości typu *borderline* przedstawia Marsha M. Linehan, *Trainingsmanual zur Dialektisch-Behavioralen Therapie der Borderline-Persönlichkeitsstörung*, München 1996).

Doradztwo filozoficzne jako alternatywa dla psychoterapii³⁰ ma zastosowanie tylko w przypadku osób, które rzeczywiście nie potrzebują opieki psychoterapeutycznej, znajdując się w granicznym obszarze kompetencji psychoterapeuty i doradcy. Zgoda w tej kwestii wśród filozofów-praktyków byłaby czymś bardzo pożądanym. Punkt ów osłabia bowiem wiarygodność ich wkładu w doradztwo. Przypomina o tym np. Dieter Henrich w wywiadzie dla redakcji „Zeitschrift für Philosophische Praxis”: „Nikt nie powinien myśleć, że owa praktyka może konkurować z praktyką w ścisłym sensie opieki psycho-terapeutycznej. Istnieją i takie zaburzenia w procesach życiowych, których przyczyn filozof nie uchwyci w żadnym ze swoich wyjaśnień. Jako filozof nie posiada on odpowiednich kompetencji, by je zrozumieć”³¹.

Analogicznie, niektórzy psychoterapeuci przyznają sobie w oczywisty sposób prawo prowadzenia „poradnictwa w sprawach życiowych” (*Lebensberatung*). Najczęściej przekraczają oni przy tym swe kompetencje, podobnie jak doradcy, który sądzą, że psychoterapia jest zbędna i musi być zastąpiona przez doradztwo albo pomoc opartą na autotreningu (*Selbsthilfe*). Doradcy filozoficzni — w swych rozważaniach i w działalności doradczej — będą więc zmuszeni dowieść, że są szczególnie predysponowanymi partnerami do rozpatrywania określonych pytań — tak jak na przykład pytań o sens, o problemy egzystencjalne czy wartości — podczas gdy wcześniej, z braku alternatywy, owe specjalne predyspozycje łączono z pewnymi kierunkami psychoterapii³². I z tego powodu odsyłano do uprawiających je specjalistów, jeśli zachodziła potrzeba zwrócenia się z podobnymi pytaniami i problemami do profesjonalnego partnera rozmowy.

Uznanie psychoterapii — w jej najlepszych wariantach — jako terapii dysfunkcyjnych procesów psychicznych określonych jako choroba, powinno też stać się podstawą odróżnienia doradztwa (filozoficznego) od psychoterapii. Słowo „chory” rozumiane jest tu w opisanym wyżej pragmatycznym sensie, jako na nowo ustalony punkt orientacji w określonym kontinuum. Rozróżnienie między psychoterapią a doradztwem jest zarazem oparte — stanowiąc też podstawy ich ugruntowania — na zmiennym i każdorazowo ocenianym kryterium.

³⁰ *Philosophische Praxis als Alternative zu Psychotherapie und Seelsorge* — tak brzmiał tytuł wykładu, wygłoszonego przez Gerda B. Aschenbacha na 10. kolokwium GPP (Hano-
wer 1995).

³¹ *Bewußtes Leben und Metaphysik*. Gespräch mit Dieter Henrich, „Zeitschrift für Philosophische Praxis” 1995, 1, s. 4-9.

³² Należą tu, obok logoterapii i różnych wariantów psychoterapii egzystencjalnej, także takie kierunki, które uwzględniały duchowy obraz człowieka, jak chociażby „terapia inicjacyjna” (*Initiatistische Therapie*) według Dürckheima (R. Müller, *Wandlung zur Ganzheit. Die Initiatistische Therapie nach Karlfried Graf Dürckheim und Maria Hippius*, Freiburg 1981) lub rozwinięta przez Adriana van Kaama „terapia transcendencji” (A. van Kaam, *Transzendenztherapie*, w: *Handbuch der Psychotherapie*, wyd. R.J. Corsini, Weinheim 1983, t. 2, s. 1357-1381). Znaczenie ma tu także powstały w końcu lat 60. kierunek „psychologii i psychoterapii transpersonalnej”.

Każdy doradca musi zdecydować w konkretnym przypadku, czy cechy klienta, który poszukuje u niego rady, przekraczają ramy jego kompetencji doradczych, tak że zaleci mu opiekę psychoterapeutyczną. Leży to w interesie zarówno klienta, jak i doradcy, a nawet więcej, ponieważ w przypadku błędnej diagnozy możliwe są skutki prawne. Jasne jest więc, że prowadzenie doradztwa bez minimalnej znajomości kliniczno-psychologicznej diagnostyki oraz specyficznej wiedzy terapeutycznej jest bardzo niebezpieczne.

Także w przypadku, gdy dobre doradztwo przynieść może lepsze terapeutyczne skutki niż (zła) psychoterapia — również i tu odnajdujemy punkt wyjścia do rozróżnienia psychoterapii i doradztwa. Nawet najlepszy doradca i psychoterapeuta nie są konkurentami, lecz ich działalność uzupełnia się tylko przy częściowym pokrywaniu się ich kompetencji w określonych przypadkach. I tylko ów obszar stać się może źródłem rywalizacji, tak że wyłącznie z tego punktu widzenia można mówić o „dialektycznym związku kooperacji i konkurencji”, jak sformułował to Aschenbach³³.

Przełożyła Joanna Szulińska

³³ G.B. Aschenbach, *Philosophische Praxis*, Köln 1984, s. 84.