

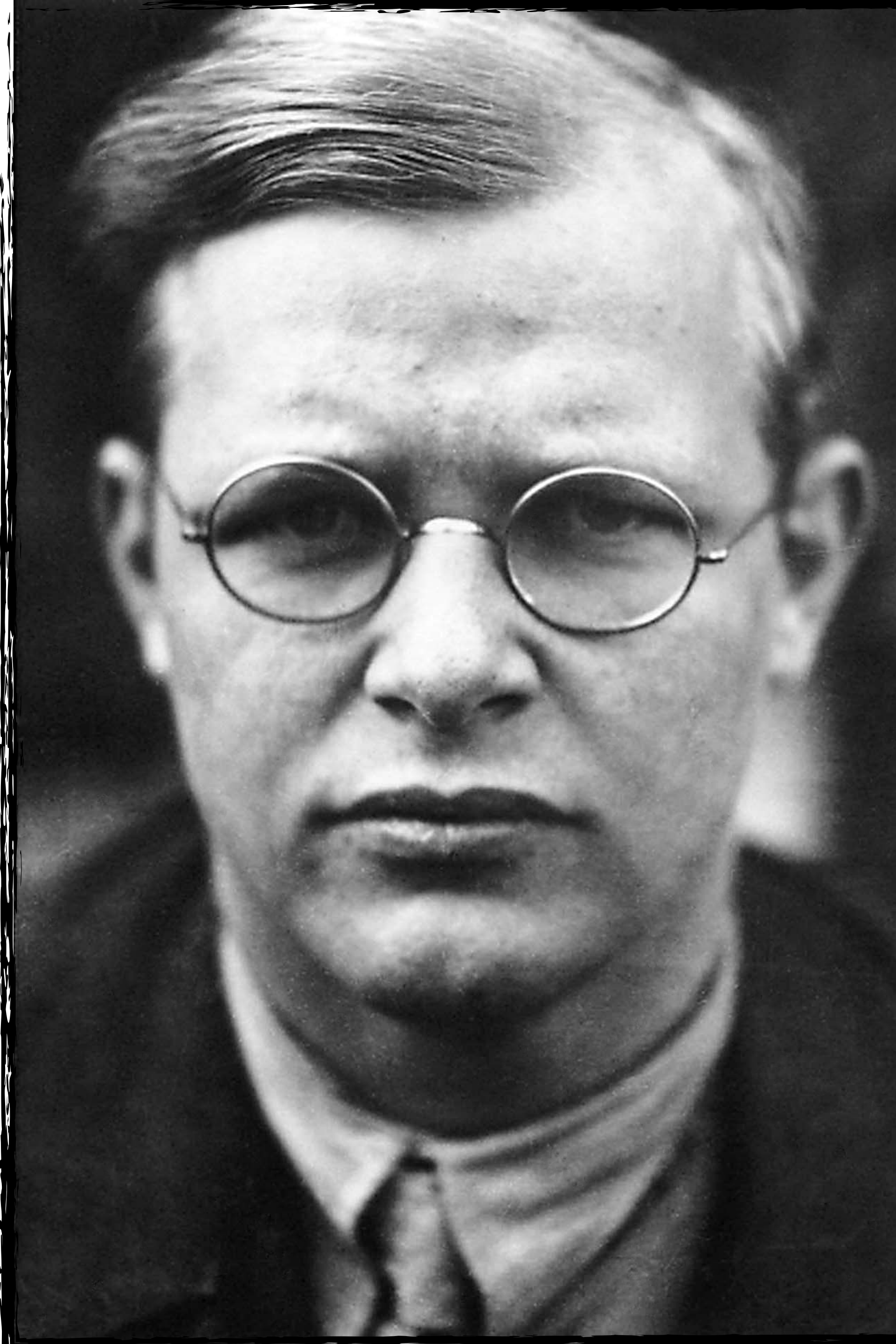
Humanistické a existenciální přístupy

Dialog teologie a psychoterapie

Škola dialogu 2018

*První služba, kterou člověk dluží
druhému člověku, spočívá v
naslouchání. Tak jako láska k
Bohu spočívá nejdříve v
naslouchání Jeho Slovu, tak
bratrská láska začíná v
naslouchání jeden druhému.*

Bonhoeffer, 1954



Aspekty k dialogu

- filosofická východiska
- model osobnosti
- model patologie
- model zdraví
- model změny + vztahu
- efektivita

Dnes mluvíme o...

- daseinsanalýza / existenciální analýza
- logoterapie
- gestalt terapie
- na osobu zaměřený přístup (Rogersovská terapie, PCA, nedirektivní terapie)

Co mají společné

- neexpertní postoj terapeuta
- autenticita vztahu
- sebeurčení klienta
- fenomenologie a individualita klienta
- personalizmus
- individuální kreativita
- existenciální teologové: Paul Tillich (bůh nad Bohem), Rudolf Bultmann (demytologizace), německá liberální teologie, Kierkegaard

Filosofická východiska

- odmítají Já - Ono typy teorií
- zpřístupňuje « čistý popis zkušenosti » (předteoretické porozumění)
- « čistá zkušenost » prostředkovaná základními metaforami (např. gestaltistické metafory, koncept potřeb, růstový potenciál jsou brány jak samozřejmost)
- pojetí vnější determinace lidského fungování je minimální
- úzkost a bytí k smrti jako existenciál - Paul Ricoeur: proč ne také naděje?

Teoretické koncepty

DASEINSANALÝZA	LOGOTERAPIE	PCA	GESTALT
fenomenologická hermeneutika	smysl	teorie self	holismus & teorie pole
Dasein - bytí-tu	sebetranscendence	fenomenologie a hodnocení prožívání	figura-pozadí & kontaktní cyklus
zrušení subjekt-objektové difference	hodnoty	seberealizace	organismická seberegulace, nedokončené záležitosti energie a její blokování
existenciály, mj. časovost, bytí k smrti, úzkost	dimenzionální ontologie	podmínky růstu	tady a teď

Rogers a zkušenost

« Zkušenost je pro mě nejvyšší autorita. Základ platnosti čehokoliv je individuální zkušenost. Nikoho myšlenky, ani moje vlastní myšlenky, nejsou tak autoritativní, jako moje zkušenost. Musím se proto k prožívání vracet znovu a znovu, a tak se dostávám blíž a blíž k pravdě a stávám sám sebou. Ani bible, ani proroci, ani Freud, ani výzkum - ani zjevení od Boha nebo člověka - nemají prioritu před mým vlastním přímým prožitkem. »

1961



Model osobnosti

- výrazně filosoficky orientované přístupy - existenciální - logoterapie - gestalt/PCA nejvíce vědecky testovaná
- lidská přirozenost není zafixovaná, vychází se sebeurčení a sebeporozumění
- self jako proces v gestaltu
- Já jako vztažené ke svému předmětu a smyslu (logoterapie)

Patologie

- = neautentická existence = vyhýbání se existenciální úzkosti = « lživá existence »
- lhaní/neautenticita vůči přírodě / vůči druhým / sobě samému
- nevyvážené zdůraznění některé stránky bytí
- v logoterapii hyperreflexe, nedostatek sebepřesahu a realizace hodnot

Model zdraví

- existenciální terapie - zodpovědnost za vlastní existenci, existenciální volba, přijetí existenciální úzkosti
- gestalt - autentický kontakt tady a teď
- Rogers - empatie, kongruence, nepodmíněné přijetí
- logoterapie - sebepřesah, realizace hodnot a otevření se smyslu

Autentická osoba (Rollo May)

- Centrum v sobě samém, úzkost je pouze jedna z forem chránění své existence.
- Existenciální prožívání úzkosti - boj proti tomu co by jejich bytí ničilo.
- Užívají svoji vůli k sebeutvrzení (chrání si svoje centrum).
- Ze svého centra vychází směrem k druhým lidem, i když to znamená někdy riziko.
- Uvědomování - subjektivní stránka zaměření na své centrum - plně si uvědomuje to, s čím je v kontaktu.
- Uvědomování si a realizace své jedinečnosti, včetně specifických ohrožení.
- Frankl (1961) doplňuje: Hledání smyslu jako primární motivační síla + užití vůle k nalezení partikulárního smyslu v životě.

Základní postupy

DASEINSANALÝZA	LOGOTERAPIE	PCA	GESTALT
dlouhodobá analýza existence - hermeneutické porozumění, sebevýklad	sokratovský dialog	prožívání a vyjadřování kongruence	fenomenologické zkoumání
odhalování odcizené existence (« lhaní »), rozvíjení možností	paradoxní intence	prožívání a vyjadřování nepodmíněného přijetí	rozvíjení sebeovědomení a zodpovědnosti (já...,
terapeutická láska, konfrontace s úzkostí	dereflexe	prožívání a vyjadřování empatického porozumění	hraní projekcí, prázdná židle, přehánění
orientace na « svobodnou zodpovědnou volbu »	modifikace postojů	« jít s odporem »	konfrontace

Modlitba gestaltisty

Já dělám své, ty děláš své.

Ty jsi ty a já jsem já.

Nejsem tu na světě proto, abych se řídil tvým očekáváním.

Ani ty tu nejsi proto, aby ses řídil mým.

Když se náhodou navzájem najdeme, bude to krásné.

Když ne, těžká pomoc.

+

- filosofické předpoklady jsou zřetelné a explicitní
- důraz na svobodu, sebeuvědomované a zodpovědnost, respekt k individuálnímu člověku
- autenticita - pravdivost (ohledně sebe sama, nikoliv vazba na transcendentní pravdu, s výjimkou logoterapie)
- přímá orientace na téma smrti, izolace, smyslu, svobody, konečnosti
- vztah jako centrální, terapeut jako konečný, transparentní člověk
- zvláště užitečné u vývojových krizí, otázek smyslu a identity
- množství zážitkových technik v gestaltu
- prostor pro různost



Peklo dle Lewise

Dobrou funkční definicí pekla je: je to místo, kde každý jedná, jako by byl pánem vlastního života.

1968

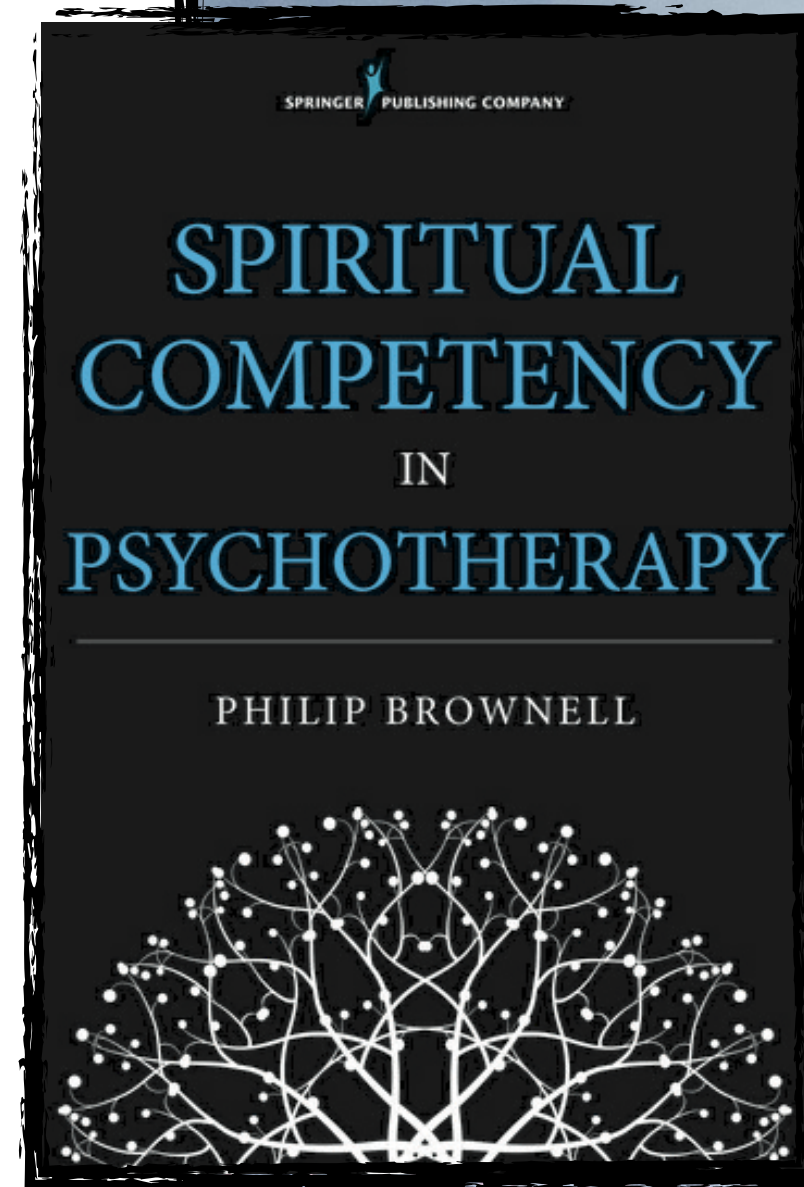
- relativismus, apriori neforemné, bezobsažné Já - empty self (Satinover), instinktuální utopismus
- představa objektivního filosofického přístupu k podstatě lidství je iluze (je to také tradice)
- vágnost konceptů - v praxi implikován nejrůznější obsah, empiricky netestovatelné
- důraz na existenciální rozhodnutí někdy vede k přílišné konfrontačnosti u vulnerabilních klientů (« bondage by sin » podceněno)
- některým klientům chybí přímější řešení symptomů a konkrétních problémů (« existenciální agenda » terapeuta)
- u existenciální terapie není jasné, co takový terapeut vlastně dělá (málo rozvinutá technická stránka) + negativní postoj k empirickému výzkumu
- důraz na « tady a teď » může vést k podcenění minulosti a opomenutí orientace na budoucnost (včetně věčnosti)

- sklon k emotivismu a opomíjení racionality (ne tak v logoterapii) - Písmo zdůrazňuje jednotu člověka
- podcenění multikauzality patologie & u psychiatrických poruch hrozí naivita terapeuta
- v mnohém odrážejí hodnoty a « samozřejmosti » bohatého západu
- nerozpracovaná teorie osobnosti neznamena absenci implicitní teorie osobnosti (často slabě reflektovaná) - nezám o formální diagnostiku a osobnostní strukturu
- u slabšího technického důrazu daleko víc záleží na zralosti terapeuta a jeho individualitě
- je možné splnit a udržet si rogeriánskou etiku bez duchovního zakotvení?
- snadno si spleteme Rogersův terapeutický postoj (o člověku) s agapé (o Bohu)
- zjednodušující model motivace (pouze jeden faktor u Rogerse, gestaltistické skrytě abstraktní koncepty)

Křesťanský gestaltista...

Bůh nekřičí a nedupe a netlačí na nás, abychom jej slyšeli. Člověk se musí na Boha naladit, stejně jako se musí naladit na druhé lidi. Pokud kolem něk projdete a překřičíte Jeho něžný hlas, nebudete mít ani šanci zatvrdit před ním svoje srdce, protože ani nebudete vědět, že vám něco říkal. Srdce připravené naslouchat Bohu je měkké, a často je takové, když se duch člověka zlomí a je zkroušený. Když Bůh chce získat někoho pozornost, často člověka nalomí rost na to, aby byl připraven slyšet. Být připraven naslouchat Bohu je dialogický postoj ze strany člověka v gestalt terapii znamená být připraven integrovat do terapie teistický duchovní proces.

Philip Brownell



Biblicky

- otázky, které vznáší, jsou na místě (a často opomíjené anebo « odinterpretované »), ale existenciální odpovědi jsou neadekvátní
- autonomie a autenticita nejsou dostatečné měřítko jednání (lidské vs. Boží smýšlení, místo pro Zjevené poznání a vedení Bohem)
- konkrétní forma společenství a provázanosti, nad rámec autentického rozhodnutí (objektivita duchovních realit a duchovně-společenských vazeb)
- « pouze lidské » vs. « duchovní » 1 Kor 2, apod.
- stoický až nihilistický postoj ex. terapie - chybí důraz na naději

Biblicky

- seberealizace vs. kdo se vzdá svého života, nalezne jej
- když už o víře, tak univerzalisticky - snadno se splete se zředěným křesťanstvím
- jako otázku klade existenciální terapie nad životní krize? - explicitní hodnotové zaměření snadno dělá z terapeuta obhájce existenciálního « evangelia »
- závislost na vnější pomoci / působení Ducha vs. zbytnění smyslu pro vlastní vůli (viz paradoxní pojetí Locus of control ve výzkumu křesťanské populace)

« Není divu, že už nejsme schopni nejvyšší služby naslouchání, kterou nám Bůh svěřil, a to služby naslouchání vyzání hříchů svých bratrů a sester, pokud si nejsme schopni naslouchat v menších věcech. Měli bychom naslouchat Bížíma ušima, abychom mohli promlouvat Jeho slovy. »

Bonhoeffer, 1954

