

Perspektivy spolupráce integrativní psychoterapie a pastorační praxe

Antun VOLENIK

Doktor věd. Antonín Volenik, Fakulta Řádu Ježíše v Záhřebu, Univerzita Zagreb –
Chorvatská studia, Adres Jordanovec 110, 10000 Záhřeb, Chorvatsko, voleniks@gmail.com

UDK: 159.9 Recenzovaný článek Received: 15. dubna 2015. Přijato: 11. května 2015

Diacovensia : teološki prilozi, 23(3)

Ephemerides Theologicae Diacovensenses
ISSN 1330-2655

<http://hrcak.srce.hr>

<http://hrcak.srce.hr/file/217496>

Abstrakt

Článek ukazuje vznik a hlavní faktory integrativní psychoterapie, jako jednoho z mnoha psychoterapeutických směrů, který se snaží rozpoznat a použít výhody dalších směrů na jejich integraci, ale také vytvořit svůj vlastní princip a metody, které se vyvíjejí podle klíče většího přínosu pro klienta/pacienta. I když je založena na klinické práci v Americe a Anglii, článek obsahuje odkazy na evropské zdroje, včetně do určité míry i na Chorvatsko. V první části článku je představena stručná historie vývoje psychoterapeutických škol a směrů, stejně jako základní funkce integrativní psychoterapie. V druhé části článku autor ukazuje možnosti a omezení obecné integrace křesťanské spirituality do psychoterapie jako trendu, který je přítomen, a to zejména v posledních dvaceti letech, kde integrativní psychoterapie, a to právě z díky její schopnosti eklekticismu a integrace nového, se ukazuje jako nejschůdnější.

Klíčová slova: psychoterapie – historie, integrativní psychoterapie, spiritualita a psychoterapie, křesťanská psychoterapie.

Úvod

Existuje starý vtip j v psychoterapeutických kruzích, který říká: když se na stejný problém podíváme na konzultaci u třech různých psychoterapeutů, dostanete čtyři různé názory, pět různých teorií, které se vztahují přes šest různých metod.

Do jisté míry je ospravedlnitelný důvod tohoto přehánění. Druhá polovina 20. století se vyznačuje na jedné straně, prudkým růstem zájmu o psychoterapii, zatímco na druhé straně jako odpověď na tuto poptávku, ale i různé antropologické, společenské a sociálních zdrojů této doby, vznikl velmi pestrý nesourodý celek různých psychoterapeutických škol a směrů. Jedna z posledních a dnes velmi zdůrazňovaných je i integrační psychoterapie. Posledních dvacet let se mnohé školy projevují velký zájem o spiritualitu ve své klinické praxi, a také při určování teoretických parametrů. I když mnozí z nich měli a mají teoretiky a praktiky, kteří se snaží konkrétní škole přizpůsobit nebo začlenit (zde cíleně nepoužíváme termín

"integrovat") obraz člověka, jak jej chápe křesťanská antropologie, v tomto článku bych chtěl zkoumat, jak velké jsou možnosti integrativní psychoterapie v tomto ohledu.

Abyste získali lepší obrázek o tom, co se chápe pod pojmem integrativní psychoterapie a v čem je odlišný od zjednodušujícího eklekticismu, je nutné se podívat na rozvoj psychoterapie, rozlišení a rozdělování uvnitř ní. Jen rozlišení bude mít za následek tvorbu tak široké terapeutické nabídky, které nabízí od standardní školy, až po současné různé techniky, které nechtějí být srovnávány s některou z uznávaných škol. Už za Freudova života by mohl být oznámen syndrom konkurenčních bratří ("sester", těch bylo velmi málo)¹ z hlediska iniciátorů a zastánců nových směrů a škol, kteří neváhali "bouřlivým" diskusím, které byly podobné spíše ideologickým a osobním bojům než argumentaci vědecké rozpravy; charakterové vlastnosti, někdy rozporuplných osobností charismatických iniciátorů některé z psychoterapeutických škol a jejich hledání exkluzivity, uložení, tj. důrazu na pozornost, kterou je třeba vynaložit osobní pocit pohody, subjektivnímu emocionálnímu světu člověka, který žije a nese břemeno svého osobního příběhu, konkrétní sociální a kulturní reality."² Ačkoli tyto diskuse, alespoň na teoretické úrovni, jsou v podstatě za námi, a od devadesátých let minulého století jsme zaznamenali různé pokusy o sblížení a pochopení, prezentace uvedené diskuse do značné míry nám může pomoci ve výzkumu na kolik je integrativní psychoterapie místem soutoku různých teorií, a na kolik ona sama je teorií. Kromě toho nám může pomoci v hledání teoretických a praktických základů pro integraci biblicko-křesťanského pohledu na člověka jako obraz Boha v nastavení stávající psychoterapeutické školy.³

Historický přehled

I když historický vývoj psychoterapie v začátku se může snadno sledovat, podle vývoje psychoanalýzy a psychodynamických teorií, tvůrci druhé generace psychoanalýzy až do vzniku a rozvoje behaviorismu třicátých a čtyřicátých let, věci zkomplikovaly v padesátých a šedesátých letech minulého století. Teoretické parametry člověk/klient koncentrované v terapii Karla Rogerse v Americe⁴ nebo zase logoterapie Viktora Frankla⁵ v Evropě nemohly být zahrnuty do žádného dominantního psychoterapeutického směru. Nové směry se staly rovnocennými s již do té doby uvedenými oblastmi, více nebylo možné mluvit o nějakém dominantním hlavním směru nebo škole. Ve stejné době, v rámci jednotlivých směrů a škol začaly vytvořit určitý nový typy s charakteristickými nastaveními. Již tehdy hovoříme o více než šedesáti různých typech psychoterapie, od psychodramatu po terapii malbou, která je založena na duševních obrazech a příbězích. Pokusy o systematizování a normalizaci v osmdesátých letech se ne vždy setkaly s přijetím ať již z důvodu toho, že se jednalo o starší školy, jak psychoanalytické a psychodynamické, již disponující nejen vyšším

¹ Zde budeme sledovat Sophie Freud, pravnučku Sigmunda Freuda, která kritizovala, svého dědečka a s ním společně s Carl G. Junga nazývala "falešný prorok", zmiňovala o jejich vzbuzování teoretické závislosti a nekritičnosti u svých studentů. Ona navrhuje, že zakladatelé škol spíše chovali jako bratři a sestry, a ne jako otcové a matky individuálního směru. Usp. K. EVANS, M. GILBERT, Úvod to integrativní psychoterapie, Kindle Edition

² ŠTENGL, Perspektivy dialogu pastorační a trendy současné psychoterapie, v: Bogoslovna přehledka 76(2006.)2, str. 430.

³ Z velmi vzácné literatury chorvatštině tímto problémem několik autorů, A DOMAZET, Teologie

⁴ tady vycházejí jeho dvě významné teoretické práce: Zákazník-Orientované Terapie, 1951. a Psychotherapy and Personality Change roce 1954. roku

⁵ z Jeho nejznámějších knih: Trotzdem Ja zum Leben Sagen: Ein Psychologe Erlebt das Konzentrationslager (Proč jste se nezabili v chorvatském překladu; man ' s searching for meaning, v anglickém jazyce) vyjde v roce 1959. rok

teoretickým základem, dlouhými klinickými testy a bezpečným místem na trhu a (do jisté míry) v právních předpisech, což v některých zemích, včetně Chorvatska, dokonce i dnes, není definováno.⁶ " Devadesátá léta minulého století konečně, na jedné straně byly zbaveny země ideologické debaty, ale na druhou stranu, tím, že vidí nedostatečnosti v některých částech vlastní školy a vidí potenciální hodnotu dalších. Někteří autoři šli tak daleko, že tento proces je nazýván "revoluce",⁷ nebo "proměna"⁸ v oblasti obecné práce na duševním zdraví. Jak Arnold Lazarus předpověděl již v roce 1989⁹, že se budou slučovat různé terapeutické pojmy a metody, což vše bude ještě trvat bude to mít svou daň. Počáteční eklekticismus u některých autorů přeroste v teoreticky a klinicky, více promyšlený a založený systém integrace¹⁰, který bude mít nové jméno – integrativní psychoterapie. Přece něco víc o ní můžeme říci, zde je nutné ukončit tento krátký historický přehled aktuální situace psychoterapeutické scény.

Dnes je možné mluvit o více než 480 různých terapeutických školách, směrech a metodách.¹¹ Co z toho "pravá" psychoterapie? Velikost tohoto článku nám brání hlouběji hledat na tuto otázku odpověď, ale zde mluvíme o všech těchto školách a doporučení, které se mohou přihlásit do jedné z nejkompexnějších definic psychoterapie, kterou vynalezl Lewis Wolberg. Zvláště, on ještě v roce 1954 (tak v té době před vznikem mnoha terapeutických škol a směrů), v začátku své rozsáhlé knihy *The Technique of Psychotherapy*, napsal následující definici: "Psychoterapie je léčba problémů emocionální povahy psychologickou pomocí, v němž vzdělaná osoba záměrně nastaví profesionální vztah s pacientem/klientem s cílem odstranění, změny nebo zmírnění intenzity existujících příznaků a změny schémat chování, stejně jako podpora pozitivního růstu a vývoje osobnosti".¹² Termín "vzdělaný člověk" ještě budeme diskutovat v tomto článku, a budeme se ho snažit to umístit v evropském a chorvatském kontextu.

Práce, pravidla a vzdělávání terapeutů se dnes provádí prostřednictvím národních zastřešující sdružení, z nichž mnohá jsou členy Evropské psychoterapeutické asociace (European Association for Psychotherapy – EAP).¹³ Ty se také se zasadily a rozdělily psychoterapeutické směry, a to do čtyř proudů:

- 1) v závislosti na specifikách některých psychoterapeutických škol a směrů;
- 2) v souladu s psychoterapeutickým systémem a soustavou;
- 3) v souladu s psychoterapeutickým prostředím (settingu);
- 4) pro terapeutické účely.

⁶ Tak Babić, Právní úprava psychoterapie v Chorvatsku, v: D. KOZARIĆ-Kovačić Tj. FRANČIŠKOVIĆ (ur.), *Psychoterapeutický směr*, Zagreb, 2014., strana 526.-537.

⁷ J. LEBOW, *Integrační revoluce v páru a rodinné terapii*, Chicago, 1997., strana 1.-17.

⁸ P. LONDON *Ekumenismus v psychoterapii*, v: *Moderní Psychologie* 28(1983.)8, str. 507.- 508.; D. MOULTRUP, *Integrace: dospívání in Soudobá rodinná terapie* (1986)8, strana 157-167.

⁹ A. LAZARUS, *praxe multimodální terapie*, Baltimore, 1989

¹⁰ Vytvoření Society for the Exploration of Psychotherapy Integration (SEPI) a jejich specializované publikace *Journal of Psychotherapy Integration* (1983.). Širší o historii vzniku a vývoje viz: G STRICKER, J. R. GOLD, *Psychotherapy integration: An assimilative, psychodynamic approach*, v: *Klinická Psychologie: Science and Practice* (1996.)3, s. 47.-58.

¹¹ Množství literatury na toto téma poukázat na: J. PROCHASKA, NORCROSS J., *Systems of psychotherapy: A transtheoretical analysis*, Stamford, 2006.

¹² L. WOLBERG, *The Tehnique of Psychotherapy*, file:///D:/Downloads/technique_of_psychotherapy.pdf, str. 20 (11. III. 2015.) Připomínáme, že podmínky, léčba/léčba a pacient/klient - úprava autora tohoto článku stále nejisté v chorvatské terminologii v této oblasti.

¹³ <http://www.europsyche.org/> (11. v březnu roku 2015.) Jako ilustraci připomínáme, že tato stránka poukazuje na to, že v Chorvatsku je 80 licencovaných psychoterapeutů, což je dvakrát více, na počet populace jako takové než je na Slovensku 42, ale je menší, než ve Slovinsku 89 nebo v Srbsku 126

Pro nás je nejzajímavější první bod. Rozdělení, které jsme v datovali do roku 1994 kdy Petruska Clarkson a Michael Pokorny definovali více či méně dané historické směry, čtyři hlavní směry psychoterapie. Toto dělení zůstává aktuální do dnešních dnů.

- Je to: 1) psychoanalyticko-psychodynamická škola;
2) behaviorálně-kognitivní škola;
3) humanisticko-existenciální škola;
4) integrativní psychoterapie¹⁴

Charakteristiky integrativní psychoterapie

Vznik a rychlý rozvoj integrativní psychoterapie, od osmdesátých let minulého století do dnešního dne, s sebou nese logickou otázku – proč se to stalo teď? V jedné z velmi vlivných knih v oblasti teoretického podkladu integrativní psychoterapie – Handbook of Psychotherapy Integration – jeden z autorů, John Norcross, takto odpověděl na tuto otázku: "Existuje alespoň osm, navzájem interaktivní faktorů, které vyvolaly tento vývoj integrace v posledních dvou desetiletích: 1) šíření terapie s nedostatkem empirických důkazů nadřazenosti některé školy nebo doporučení; 2) nedostatečnost pouze jedné teorie a metody léčby, že adekvátně vysvětlit a předvídat patologie a změny chování ; 3) vnější socioekonomické změny; 4) růst významu krátkodobých, zaměřených terapií; 5) možnost sledování různých technik, zejména u těžkých poruch; 6) uznání toho, že léčebné podobnosti do značné míry přispívají k lepšímu a efektivnějšímu výsledku; 7) identifikace konkrétních terapeutických účinků a základních metod důkazů; 8) rozvoj profesionálních sítí, sdružení, konferencí a časopisů, které patří do integrativní psychoterapie."¹⁵

V kombinaci různých teorií a metod, vycházející z různých škol a směrů, lze mluvit o třech základních teoretických nastaveních a přístupech, pod panoramatem teoretické integrace, technického eklekticismu a společných faktorů, působících v jednotlivých směrech. Daleko, by nás dovedl úkol o integraci různých škol a směrů, je nutné uvést jeden z nejznámějších a nejstarších, i když to není často tak vnímáno. Jedná se o kognitivně-behaviorální školu, která je daleko důležitější než součet kognitivních a behaviorálních škol – z toho se opravdu vyvinul nový směr se všemi výše uvedenými vlastnostmi. Zde, samozřejmě, je třeba zmínit a asimilativní integraci, že "velká část terapeutické práce na základě tradičních psychoanalytických metod, jako je objasnění, konfrontace z obranných mechanismů a odporu, interpretace nevědomých konfliktů a přenosových jevů, ale také se často stane, že se v léčbě používají zákroky z kognitivní, behaviorální nebo zážitkové terapie"¹⁶.

Na druhou stranu technický eklekticismus (pozn.překlad. eklekticismus=způsob tvorby, vědecké nebo umělecké práce nahrazujíc nedostatek vlastní invence čerpáním z cizích vzorů děl nebo starších období), i když nepopírá důležitost teoretického podkladu, tak nicméně je mnohem větší pozornost věnována pragmatickému a adoptivnímu přijetí určité procedury a terapie z různých zdrojů orientovaných na potřeby klienta a klinického obrazu, který poskytuje. A konečně při společných faktorech myslí existují mnohé společné faktory v

¹⁴ Sw. P. CLARKSON, M. POKORNY, The Handbook of Psychotherapy, New York, 1994., strana 18.-24. Je třeba zdůraznit i to, že autoři dávají první tři směry samostatně, zatímco o integrativních směrech říkají více pod vizí budoucího vývoje psychoterapie

¹⁵ Sw. J. NORCROSS, M. GOLDFRIED, Handbook of Psychotherapy Integration, New York, 2002., strana 5. Také: D. KOZARIĆ-KOVAČIĆ, Integrační psychoterapie, v: D. KOZARIĆ- KOVAČIĆ, T. FRANČIŠKOVIĆ (ur.), Psihoterapijski směr, Zagreb, 2014., strana 268.

¹⁶ D. KOZARIĆ- KOVAČIĆ, Integrativní psychoterapie, str. 272.

různých terapiích, které se objevují během terapie ve vztahu terapeut-klient/ pacient, jako jsou: síla, stanovení cílů, očekávání, pokračování opatření na podporu a posilování, strukturu a hranice, vysvětlení a výklad.

To, co bylo velmi typické pro integrativní psychoterapii, a určitě je, je vývojově požadovaný model¹⁷, založený na konceptu rozvoje self ve vztahu (self-in-relationship). Tento model se projevuje v terapii na prvním místě v jedinečném a citlivém vývoji vztahu mezi terapeutem a klientem/pacientem, v němž první investuje svoje kvality, jako terapeut, zatímco druhý buduje pozitivní změny v osobnosti a chování v meziosobní interakce avlivu. Tyto vztahy "se dějí v určitém sociálním, politickém, historickém a duchovním kontextu, který bude ovlivňovat charakter vztahu mezi lidmi"¹⁸. V pojetí self vztahu, self si uvědomuje nadřazený organizační princip osobnosti, které mu na jedné straně dává sebeuvědomění a neopakovatelnost a na druhou stranu, je to most k prostředí a zbytku společnosti. Self a životního prostředí jsou spojeny, a vždy se navzájem ovlivňují, což může být vyjádřeno prostřednictvím šesti různých oblastí.

Je to: 1) biologické – vztah self k tělu – ztělesnění self;

2) intrapsychicky – vnitřní zkušenostní svět člověka, jakýsi vztah self k selfu;

3) interpersonální – oblast různých vztahů s lidmi, od životního prostředí, zejména těch důležitých v procesu náklonnosti (attachment);

4) interkulturní a kontextové vztahy a vliv na sociální hnutí, jako jsou sociální, politické, kulturní, organizační a tak dále;

5) životní prostředí – vztah self k fyzickému životnímu prostředí a přírodě;

6), transcendentální – vztah self k transpersonálnímu a duchovnímu světu.

Zde pozorujeme, jak člověk hledá širší význam mimo jeho vlastních zkušeností, stejně jako způsob, jak to může být dosaženo rozvojem osobního duchovního self.¹⁹ Právě tato kapacita a schopnost otevřenosti integrativní psychoterapie k duchovní oblasti člověka je klíčová, že tento směr otevírá rostoucí zájem o spiritualitu a náboženství v psychoterapie, která je tu posledních dvacet let.

Duchovní a náboženské v integrativní psychoterapii

Zájem duchovní a náboženské v integrativní psychoterapii lze vysledovat na více úrovních a v různých směrech. Budeme se tady zaměřovat na tři.

První společný zájem o duchovní tak, jak to popsala Geri Miller ve své vlivné knize Začlenění spirituality v poradenství a psychoterapii (Incorporating spirituality in counseling and psychotherapy), kde spiritualita je vnímána jako síla, životaschopná a hnací energie prezentovány v podobě dýchání, větru, odvahy a síly, a praktikující technikami, modlitby, meditace a duchovní fantazie. Protože spiritualita se bere tak široce, je zde riziko, aby i

¹⁷ Terapeutický vztah je vysoko v žebříčku společných faktorů většiny psychoterapeutických škol a směrů. Kromě toho, mnoho terapeutů psychoanalytických, a to zejména psychodynamických směrů, z důvodu větší účinnosti odmítají nezávislé analýzy klientova stavu – mají zakořeněný obráz pohovky, kde klient/pacient leží bez skutečného kontaktu s terapeutem – to se více otevírá terapeutický vztah v podpůrném směru (therapeutic holding and zastrašování).

¹⁸ Kv EVANS, M GILBERT, An Introduction to integrative psychotherapy, Kindle Edition

¹⁹ Sw. stejné

terapeutických intervencích nezůstala povrchní. To se děje i při intervenci typu "pomoc klientovi rozvíjet jeho duchovní sebeuvědomění"²⁰, protože až do konce se nevysvětluje na co je toto sebeuvědomění nakloněno, nebo to, co se nakonec stává výchozím bodem. Proto toto chápání integrace spirituality do psychoterapie²¹ i když dobře dopadne, nese s sebou rizika nejen módního zájmu bez skutečných teologických důvodů.

Druhý, teoreticky založený směr, který má integrativní psychoterapie společně s humanistickými směry tedy já – ty (I – Thou), diskusní zařazení je založeno na knize Ich und du Martina Bubera²². Zejména, pokud hlouběji vstoupíme do Buberovy myšl²³, je vidět že, "stejně jako ostatní myslitelé, jako protestanský teolog Paul Tillich a katolické existencialista Gabriel Marcel, Buber byl v rozporu s myšlenkou Boha jako " objektu lidské zkušenosti"²⁴. Buber vyvinul "dialektický" přístup, který je nejvíce patrný v rozdílu pojetí mezi já – ty (I-Thou), a já-to, (A-it), kde konkrétního člověka, se kterým jsem v interakci, cítím jako objekt (it). Naopak, první koncept odkazuje na skutečné setkání s jiným, kdy jiní se stávají Druhými (Thou). Tento Druhý není objekt, protože když potká někoho ve vztahu já – ty/ Ostatní (Druzí), tak se děje vzájemné setkání uspokojení oboustranné lásky a vzájemnosti v hloubce bytosti. Je to základ židovsko křesťanské tradice, která, podle Bubera, učí, že "pokaždé, když hovoříš s ostatními lidskými bytostmi, tak zároveň se podílíš na vztahu s Bohem"²⁵

Konečně, mluvím o třetím směru, který lze nazvat a teistickým (pozn.překlad. teizmus= názor, směr, který uznává existenci Boha a jeho působení ve světě), je dobré začít s knihou Psychoterapie Strategy for Canceling and psychotherapy (Psychoterapeutická startegie zrušení a psychoterapie) autorského dua Scott Richards a Allen Bergina. Oni, na rozdíl od Millerove, různě definují spiritualitu, jasně ji liší od náboženství. Výsledkem je pojetí spirituality ve spojení s duší a s Bohem, což ještě rozvíjejí: "Takové definice jsou dobré pro začátek, ale nestačí, aby se posunulo naše chápání slova "duchovní". Pod duchovní chápeme ty zkušenosti, přesvědčení a jevy které se vztahují k sebepřesahujícím (transcendentální) a existenciálním aspektům života (například. Bůh nebo Vyšší Síla, cíl a smysl života, utrpení, dobro a zlo, smrt a tak dále)"; (...) "výrazy náboženství a duchovno (spiritualita) jsou propojeny, ale mohou se lišit od sebe navzájem na několika úrovních Víra má tendenci

²⁰ Sw. Pan MILLER, Začlenění spirituality v poradenství a psychoterapii, Hoboken, 2003, strana 141.-150.

²¹ Zájem o spiritualitu v psychoterapii a psychiatrii můžeme pozorovat i u nás. Viz.: Chorvatský institut pro duchovní psychiatrii HIDP, <http://www.hidp.hr/> (3. IV. 2015.) Na psychoterapeutické scéně význam spirituality především zdůrazňuje logoterapie, ale i z důvodu svých teoretických parametrů, respektive Franklova antropologie, která je založena na trojici: spiritualita, odpovědnost a svoboda. Sw. Ž. PULJIC, Franklova logoterapie – léčba smyslem, v: Sociální výzkum 14(2005.)4-5, str. 893. Cm. také: Kongres logoterapie v Chorvatsku, <http://www.logoterapija.com/archives/1465> (17. JSTE. 2015.)

²² Je tomu věnovaná část Buberových sebraných spisů: M. BUBER, Werkausgabe: Schriften zur Psychologie und Psychotherapie, Mnichov, 2008.

²³ Buberův neustálý zájem o psychologii a psychoterapii se projevuje v kritice Freuda (hlavně kritika historie jedné iluze a Mojžíše), pravidelným kontaktem s Jungem, ale v našem kontextu je důležité Buberovy přednášky v padesátých letech na Washingtonské škole psychologie, a jeho kontakt s Karlem Rogersem, tak i přechodný vliv na humanisticky orientované terapeutické směry. Více o tom: J. BUBER AGASSI (ur.), Martin Buber se Psychologie and Psychotherapy: Essays, Letters, and Dialogue, New York, 1999.

²⁴ H. WATSON, Martin Buber s I and thou: Implications for Christian psychotherapy (Důsledky pro křesťanskou psychoterapii), v: Journal of Psychology and Christianity 25(v roce 2006.)1, str. 37.

²⁵ Také str.38

příslušnosti k určité nečíselné hodnotě, vnějšímu, kognitivnímu, behaviorálnímu, rituálnímu, veřejnému. Duchovní má tendenci k univerzálnímu, ekumenickému (pozn.překl. spojující křesťanské církve), vnitřnímu, afektivnímu, spontánnímu, soukromému. Člověk může být náboženský, a ne být duchovní a být duchovní, aniž se stane věřícím.²⁶

Je jasné, že pochopení spirituality a náboženství pod pozitivním světlem mnoho klinických studií, otevřelo dveře tomu, že nazvalo křesťanskými přístupem (integrativní) psychoterapie. A to ještě v roce 1977 se objevila kniha Paula Vitz, pod názvem Psychologie jako náboženství.²⁷ Dnes je P. Vitz považován za jednoho ze zakladatelů křesťanské psychologie v USA.²⁸ Jak už jsme řekli, několik let po vydání uvedené knihy se objevil obrovský nárůst zájmu o spiritualitu a náboženství v psychologii a psychoterapii se, což mělo vliv na počet a kvalitu vědeckých prací a výzkumu, stejně jako na vzniku mnoha organizací na světě, které se zabývají tímto směrem. Velmi zajímavým faktem je, že tento vývoj plynul současně a na sobě nezávisle v různých částech světa, zpočátku bez jakéhokoliv sdílení informací. Ale, protože dobře chápou autoři knihy Integrative Psychotherapy: Toward a Comprehensive Christian Approach (Integrativní psychoterapie: Směr komplexního křesťanského přístupu), že je třeba být opatrný, aby se zabránilo dvěma extrémům: za prvé vítězně uzavřít to že se našla jediná a správná cesta integrace křesťanství a psychoterapie, zatímco druhý extrém hovoří o tom, že je stále přítomen velký strach a odmítnutí psychoterapie i když by byla i ona křesťansky integrativní, mezi mnoho členů různých křesťanských denominací (pozn.překl.denominace= jednotlivá protestantská církev).²⁹

Dosah a praktické uplatňování křesťanské psychoterapie

Na základě výzkumu, dnes je možné tvrdit, že křesťanská psychoterapie je stejně účinná jako jiné formy psychoterapie³⁰, a v některých případech dokonce účinnější, a to zejména v terapii věřících lidí a v léčbě deprese³¹. Spolu s depresí, v literatuře najdeme potvrzeno využití

²⁶ . RICHARDS, A. BERGIN, Psychoterapie Strategy for Canceling and psychotherapy, Washington, 2012., strana 12.-13.

²⁷ Jeho původní autor byl ateista a učil humanistickou psychologii na Stanfordově Univerzitě, ale když v průběhu času se stal křesťanem, napsal knihu, která obsahuje kritické připomínky k některým aspektům psychologie. Jako prozelyta (pozn.překl. ateista obrácen na víru) autor své dílo koncipoval, a do jisté míry omluvně. Kniha byla přeložena i do chorvatštiny Viz.: P. VITZ, Psychologie náboženství, Split, 2011

²⁸ Později doplnil své bádání v knize Sigmund Freud Křesťanské bezvědomí, New York, 1988.

²⁹ M McMINN, C. CAMPBELL, Integrative Psychotherapy: Toward a Comprehensive Christian Approach, Madison, str. 32. Zde je také třeba poznamenat, že i u nás je přeložena kniha, Teorie a praxe psychologického poradenství a psychoterapie, pouze mluví o integrativních směrech v moderní psychoterapii v kapitole s názvem Integrace duchovních/náboženských otázek v oblasti poradenství. Viz.: Pan COREY, Teorie a praxe psychologického poradenství a psychoterapie, Jasterbarsko, 2004., strana 461.-463.

³⁰ N. WADE jsem dr., Účinnost míry náboženské intervence v Křesťanské terapii in: Psychoterapeutický výzkum 17(2007.)1, str. 91.-105.

³¹ R. PROBST jsem dr., Srovnávací účinnost náboženské a nenáboženské kognitivně-behaviorální terapie pro léčbu klinické deprese v věřících jedinců, u: Journal of Consulting a Clinical Psychology (1992.)60, str. 94.-103.; R. HAWKINS jsem dr., Sekulární versus křesťanský hospitalizovaný pacient v kognitivně – behaviorálních terapeutických programech: Vliv na deprese a duchovní pohodu, in: Věstník Psychologie a Teologie 27(v roce 1999.)1, str. 309.-318.

spirituality v terapii sexuálního násilí³², manio-depresivních poruch³³, závislostí³⁴, úzkosti, stresu, poruch příjmu potravy.

Duchovní oblasti intervence jsou prezentovány v různých formách léčby: individuální terapie,³⁵ skupinová terapie, manželská a rodinná terapie³⁶ a terapie pro děti a mládež. Jsou také přítomny v různých psychoterapeutických školách a směrech, jak: psychoanalytické škole³⁷, kognitivně-behaviorální terapii³⁸, racionálně-emoční terapie chování³⁹. Stále více se stará o rozmanité klienty v rámci náboženské a duchovní obce, takže duchovní perspektiva je zahrnuta v léčbě různých, multikulturních a specifických populací klientů.⁴⁰

Díky uvedené literatuře, která v teoretické a praktické rovině ukazuje dobré výsledky tohoto druhu terapie, se chceme krátce ohlédnout na jeden praktický příklad, který vznikl v Evropě, a také ukazuje dobré výsledky. Jedná se o integrativní psychoterapii s křesťanským přístupem, který je navržen psychology a psychoterapeuty v Polsku, kteří používají výsledky vědecké práce a zkušenosti zahraničních sdružení. Identifikuje se s jedním z psychoterapeutických meta-základů, představeného Evropským hnutím křesťanské psychologie a antropologie:⁴¹ "terapeut, který používá křesťanský přístup v psychoterapii, vezmeme-li v úvahu rozvoj specifických cílů, metod a správných účinků v souladu s křesťanským přesvědčením. Tento model psychoterapeutického postupu byl navržen a ověřen s použitím stejných vědeckých metod, které se používají v jiných psychoterapeutických přístupech, ale vezmeme v úvahu skutečnost, že Bůh nám dává a smysl a vykoupení/spasení. Terapeut dává slávu Bohu, ale také uznává, význam vědeckého posouzení. Věří Bohu, ale také lidskému rozumu."⁴²

Integrativní psychoterapie s křesťanským přístupem rozlišuje tři úrovně integrace:

1. integrativnost na úrovni konceptu člověka – antropologický základ/předpoklady;
2. integrativnost na úrovni konceptu psychoterapeutické praxe – metoda terapeutické práce;
3. vnitřní integrace terapeuta (a tudíž i jeho spirituality).⁴³

Na první úrovni – porozumění člověka, integrativní roli hraje křesťanská antropologie a koncept člověka. Blízký je jí personalismus (pozn.překlad. jedinečnost člověka neoddělitelná

³² N. MURRAY-SWANK, K. PARAGMENT, Empirické zdůvodnění duchovně-integrované psychoterapie, u: Duševní Zdraví, Náboženství a Kultury, 8(2005.)3, str. 155.-165.

³³ K. RAABE, Manická deprese a náboženské zkušenosti: využití náboženství v terapii, in: Duševní Zdraví, Náboženství a Kultury, 8(2005.)5, str. 473.-487.

³⁴ M. GALANTER, Spiritualita a uzdravení v 12-krok programu: empirický model, in: Věstník Léčba Zneužíváním Látek 33(2007.)1, str. 265.-272.

³⁵ . RICHARDS, A. BERGIN, Duchovní Strategie pro Zrušení a psychoterapie, Washington, 2012.

³⁶ M. BUTLER, J. HARPER, Božský Trojúhelník: Bůh v Rodinném Systému Náboženské Páry, in: Rodina Procesu 33(1994.)3, str. 277.-286.

³⁷ E. SHAFRANSKE, Náboženské zapojení a profesionální postupy psychiatrů a dalších odborníků na duševní zdraví, in: Psychiatrické Anály 30(2000.)8, str. 525.-532

³⁸ R. PROPST jsem dr., Srovnávací účinnost náboženské a nenáboženské kognitivně-behaviorální terapie pro léčbu klinické deprese u věřících jedinců, str. 94.-103.

³⁹ S. NIELSON jsem dr., Poradenství a Psychoterapie s věřícími osobami: Přístup terapie racionálně - emotivního chování Mahwah, New Jersey, 2001.

⁴⁰ T. SMITH, P. RICHARDS, Integrace duchovních a náboženských otázek v rasově-kulturní psychologii a poradenství, New York, 2005.

⁴¹ Evropské Hnutí Křesťanské antropologie, psychologie a psychoterapie (EMCAPP), <http://www.emcapp.eu/> (17. III. 2015.)

⁴² Deklarace EMCAPP – květen 2006., <http://www.emcapp.eu/> (17. III. 2015.)

⁴³ Usp. Informator SPCh, Psychoterapia integratywna w podejściu chrześcijańskim, Warszawa, 2009

od prostředí), práce v st. Tom, Akvinskoga, Štěpána Świeżawskoga a Karla Wojtyły. V psychoterapeutické praxi jako pomůcka slouží model člověka ve vztahu s Bohem, tzv. "auto", který byl navržen nejvýraznější představitelkou tohoto hnutí Annou Ostaszewskou.⁴⁴ Integrativnost se zde chápe jako integrace emocionální, kognitivní, vědomé, fyziologické, behaviorální a duchovní oblasti. Spiritualita je chápána v křesťanském slova smyslu, jak vztah člověka s osobou Boha. Také jsou zde zabudovány i základní prvky psychodynamického a kognitivně-behaviorálního přístup, ale vzaty jsou v úvahu i úspěchy dalších psychoterapeutických škol. Protože člověk je chápán celek, snaží se o zařazení všech dimenzí jeho existence. Sám terapeutický vztah je velmi důležitý, zdůrazňuje se profesionalita, znalosti a dovednosti psychoterapeuta, ale také jeho vlastní sebepoznání a vnitřní integrita, která zahrnuje i duchovní rozměr. Cíl integrativní psychoterapie, s křesťanským přístupem, je léčba a pomoc v rozvoji celého člověka.

Závěr

Vzájemné vztahy rozvětvené psychoterapeutické scény, během jejího docela turbulentního, vývoje a zrání, a v souladu křesťanskou (katolickou) teologickou reflexí, a pastoračním (pozn.překl, duchovní křesťanská péče) závazkem lze zachytit dva protichůdné trendy. Na jedné straně existoval dlouholetý latentní nebo-li otevřený příběh napětí a nedorozumění, a to až do otevřených konfliktů, zatímco na druhé straně, a to zejména na straně pastorační, byl a je velký zájem o výsledky výzkumu a metody práce v oboru psychologie a psychoterapie, až po zavedení speciálních kurzů s názvem pastorační psychologie, v kurikulu (standardu) pastorační teologie. Na druhou stranu, psychoterapii byly nezbytná desetiletí, téměř století, k překonání "obranného mechanismu" počátečního popření nebo odmítnutí lidského náboženství, a přes různé školy a léčebné přístupy, spojuje psychoterapii víra a spiritualita, jako důležitou součást lidské bytosti. Není náhodou, že to šlo paralelně se vznikem a vývojem integrativních směrů psychoterapie, které ve snaze mít kompletní přístup k lidské osobě, nemohly ignorovat tento důležitý parametr lidské osoby. Teoretické parametry integrativní psychoterapie umožňují nejen zhodnocení náboženské víry a duchovní potenciálu každého klienta/pacienta, ale i ty, které má terapeut, jak dobře si všimneme. Protože Evans a M Gilbert: "je absurdní tvrdit, že terapeut může dát stranou své vlastní hodnoty, které mohou někdy být nepřímou vyjádřeny, ale vždy implicitně přítomny v jeho chování a názorech."⁴⁵

Nejsme lidské bytosti, které mají duchovní zkušenosti. Jsme duchovní bytosti, které mají lidské zkušenosti. Toto poměrně známé rčení, je přičítáno Theilhardu de Chardinu, jezuitskému teologu, antropologu a geologu, a my tím chceme uzavřít tento článek, ve kterém jsme se snažili ukázat, jak lidské osobnosti, tak i jejich vnitřní zkušenosti, chování a prožívání, nemusí být plně pochopeno pokud sem nezahrneme i duchovní rozměr, důsledně pokud je člověk křesťan, tak i její křesťanský rozměr. V psychoterapeutické literatuře po celá desetiletí byly pojmy spiritualita a víra přijímány se skepsí a opatrností, protože individuální psychoterapeuti, a to jak teoretici tak praktici, více či méně připomínali Freudův závěr o tom, že náboženství je jako iluze. Řada z nich se nepřímou tomu vyhnula, byli více pro diskusi nebo až na hraně přemýšlení, než jako podnětu pro účelné využití principu většího přínosu pro

⁴⁴ Usp. Va OSTASZEWSKA, Posílit člověka v terapii poruch osobnosti, u V. S. TURNING (rod.), Člověk, osobnost, psychické poruchy, Jaroslavl, 2006., strana 35.-58.

⁴⁵ K. EVANS, M. GILBERT, Úvod do integrativní psychoterapie, Kindle Edition

klienta/pacienta. Nicméně, s velkým zájmem v této oblasti v posledních dvaceti letech byl zjištěn konzistentní vztah obou pojmů s psychickými zdravím⁴⁶ a byly navrženy různé přístupy, které zahrnují spiritualitu a víru v psychoterapii. Taková psychoterapie je na teoretické úrovni integrativní, ekumenická (pozn.překl. sjednocující všechny křesťanské církve) a stará se o konkrétní pojmy náboženské potřeby. Prakticky to dává možnost nastavit duchovně-náboženských otázek tam, kde je to nezbytné, pomocí jazyka a zásahů, které vyjadřují úctu ke klientovu/pacientovu duchovnímu a náboženskému kontextu. Kromě toho, duchovně-náboženský přístup terapie dává možnost větší soudržnosti v souladu s klientovým/pacientovým systémem hodnot a také použití duchovně-náboženské způsobů vyrovnání se s problémy, které jsou již přítomny v klientově/pacientově světovém názoru.

PERSPEKTIVY SPOLUPRÁCE MEZI INTEGRATIVNÍ PSYCHOTERAPIÍ A PASTORAČNÍ PRAXÍ

Antun Volenik*

Shrnutí

Funkcí článku "Perspektivy spolupráce mezi integrativní psychoterapií a pastorační praxí" autor Antun Volenik vysvětluje historii a hlavní charakteristiky integrativní psychoterapie jako jedné z mnoha psychoterapeutických škol, které existují na moderní terapeutické scéně. Tato scéna se vyznačuje tím, že je zde nespokojenost jednotlivé školy a jejich přístupů a současně touha podívat se za hranice školy, aby se mohli naučit metody provádění psychoterapie od jiných škol. Cílem je zvýšit účinnost a efektivitu, a další výhody pro klienta/pacienta. I když je článek hlavně na základě klinické praxe v USA a Velké Británii, tak tento článek také odkazuje na Evropské zdroje, včetně Chorvatska. V první části článku, autor uvádí stručnou historii a rozvoj psychoterapie a jejich škol a hnutí, jakož i hlavní vlastnosti integrativní psychoterapie. Hlavním tématem druhé části článku jsou možnosti a omezení pro integraci duchovnosti obecně do terapeutického procesu, a to konkrétně Křesťanské spirituality.

Klíčová slova: Psychoterapie – historie; integrativní psychoterapie; spiritualita a psychoterapie; Křesťanská psychoterapie

Dr. sc. Antun Volenik, Fakulta Filozofie Společnosti Ježíše v Záhřebu, Univerzita Záhřeb – chorvatská Studie, Jordanovac 110, 10000 Záhřeb, Chorvatsko, voleniks@gmail.com

⁴⁶ K. HAROLD (ur.), Příručka náboženství a psychického zdraví, San Diego, 1998. , str. 21.