

Ks. Bronisław Grulkowski

PROBLEM IDEOLOGIZACJI W PSYCHOTERAPII

Wstęp

Wydaje się, że istotnym problemem w psychoterapii jest ideologizacja. Zjawisko to możemy najogólniej określić jako narzucanie przez terapeutę swojego światopoglądu lub systemu wartości klientowi (pacjentowi), z jednoczesnym dyskredytowaniem lub ignorowaniem światopoglądu, czy też systemu wartości pacjenta. Zagadnienie to jest tym bardziej godne uwagi, że fenomen określany mianem psychoterapii, staje się coraz bardziej powszechny i dotyka coraz to nowych dziedzin ludzkiego życia.

Jak zauważa Dorothy Rowe *psychiatrzy prowadzą psychoterapię, podobnie psychologowie, pielęgniarki, pracownicy socjalni i zawodowi terapeuci. Jeżeli ludzie czują, że „psychoterapia” jest zbyt pretensjonalnym słowem w stosunku do tego co robią, opisują oni to co robią jako poradę i dlatego mamy doradców dla studentów, doradców dla kierownictwa małżeńskiego, doradców Samarytan, współdoradców, doradców dla sierot, doradców dla alkoholików, narkomanów, dla biorących środki uspokajające, dla duchowieństwa, policjantek, doradców w ośrodkach dziennych. (...) Więcej, ostatnio wielu z tych psychoterapeutów i doradców przemieniło się w ekspertów. (...) Doprawdy, jest tylu doradców i psychoterapeutów, że czasami zastanawiam się czy wystarczy ludzi, którzy chcą być kierowani.*¹

Psychoterapia, coraz popularniejsza, jest w każdej swojej formie spotkaniem przynajmniej dwu ludzi - psychoterapeuty i klienta (pacjenta). Jest to spotkanie wielowymiarowe. Każda ze stron tego spotkania ma swój światopogląd, hierarchię wartości, nastawienie do innych ludzi, itp. Jedna z

¹ D. Rowe, *Foreword*, w: J. Masson, *Against Therapy*, London 1990, s. 8.

osób w tej relacji uchodzi za „eksperta” (psychoterapeuta), druga jest „człowiekiem z problemem” (klient, pacjent), szukającym pomocy. Ponadto relacja łącząca obu ludzi jest wielopoziomowa: przebiega na płaszczyźnie werbalnej i niewerbalnej, świadomej i nieświadomej, mimo, że skierowana na przyszłość, dzieje się w teraźniejszości i jest „obciążona” przeszłością, jest to relacja dziejąca się w czasie spotkania i poza nim.

Skoro jest to zjawisko, nawet w swej najbardziej elementarnej formie, tak bardzo złożone, rodzi się pytanie o to, na ile psychoterapia jest psychoterapią, to znaczy - na ile to, co dzieje się między terapeutą a klientem jest inicjowane, kontynuowane i kończone według tego, czego wymaga tak czy inaczej rozumiana psychoterapia. Pojawia się też inne pytanie, na ile założenia i zasady, tak czy inaczej rozumianej psychoterapii, są „obiektywne” (tzn. względnie niezależne od światopoglądu tak terapeuty, jak i klienta), a na ile wynikają, czy nawet są ekspresją światopoglądu terapeuty. Jeżeli są ekspresją światopoglądu terapeuty, to na ile jest on tego świadom, na ile jest tego świadom klient i czy się na to godzi.²

Powstaje też inne pytanie³, pytanie o to na ile psychoterapia jest skuteczna, a na ile tylko pretenduje do skuteczności.⁴ Stawiane jest również pytanie o nadużycia i przemoc w psychoterapii.⁵ Szczególnie ważne jest pytanie o „przemoc” w zakresie zmian w światopoglądzie. W tej sprawie

² J. Masson (*Against Therapy*, London 1990) podaje znamieny przykład. Kobieta z organizacji „Kobiety Przeciw Pomografii” wyznaje swojemu analitykowi, że jest zaangażowana w kampanię przeciw „Playboy”-owi. Terapeuta odpowiada na to, że on osobiście lubi „Playboy”-a. Jak stwierdza Masson kobieta była *szokowana i zdała sobie sprawę z tego, że jej analiza została zakończona*. Można zapytać na ile wyznanie terapeuty było powodowane wymaganiami "obiektywnej" terapii, na ile było wyrazem jego własnej postawy, a na ile było krytyką postawy klientki, próbą zmiany jej postawy. Czy jest to odosobniony przypadek? Niestety, jak się przekonamy, nie.

³ Oczywiście stawiając powyższe pytania, i ogólniej - problem ideologizacji, nie chcę kwestionować sensu psychoterapii. Jest ona, w ściśle określonych granicach i sytuacjach, jak najbardziej pomocna i potrzebna. Tym niemniej mogą w niej zdarzyć się zjawiska, o których traktuje ten artykuł, a których uświadomienie sobie wydaje się szczególnie ważne.

⁴ Zob. H. Eysenck, *The Effects of Psychotherapy*, New York, 1960; *Psychoterapia*, praca zbiorowa pod red. L. Grzesiuka, Warszawa 1984, s. 86-107; D. L. Rosenhan, M. E. P. Seligman, *Psychopatologia*, Warszawa 1994, t. II, s. 280-281.

⁵ Zob. J. Masson, *Against Therapy*; D. L. Rosenhan, M. E. P. Seligman, *Psychoterapia*, t. II, s. 278-280).

niezwykle istotne jest pytanie o to, czy klienci są świadomi tego, że - niektóre zwłaszcza - psychoterapie są bezpośrednio i bardzo mocno związane z pewnymi poglądami religijnymi lub filozoficznymi, często stojącymi w jawnej sprzeczności z ich własną religią. Wiele terapii jest związanych z ruchem New Age⁶ lub z filozofiami Dalekiego Wschodu, na przykład buddyzmem⁷.

Ponadto rodzi się pytanie o to, czy ideologizacja w psychoterapii oraz pewne formy nadużyć lub przemocy (często ukrytej) są zjawiskami ubocznymi, marginalnymi, czy też, jak chce Masson, są nieodłącznie związane z samą psychoterapią, wynikają z jej istoty. *Jest to książka - pisze Masson we wstępie do *Against Therapy - o tym dlaczego wierzę, że psychoterapia, jakiegokolwiek rodzaju, jest zła. Chociaż krytykuję wielu poszczególnych terapeutów i terapii, moim głównym celem jest wskazanie, że sama „idea” psychoterapii jest taka, że niezależnie od tego jak bardzo dana osoba jest miła, gdy staje się terapeutą, angażuje się w działania, które zmierzają do pomniejszenia godności, autonomii i wolności osoby, która przychodzi po pomoc.*⁸ Na ile Masson ma rację, a na ile myli się?*

W związku z tym należy postawić inne pytanie: na ile psychoterapia jest specyficzną formą działania, a na ile, o ile jest dobrze i uczciwie przeprowadzana, jest po prostu przykładem niespecyficznego głębokiego kontaktu między ludźmi? Krótko mówiąc: na ile skuteczność psychoterapii, o ile taka istnieje, wiąże się z jej technikami, a na ile zależy od pewnych cech osobowości, w przypadku psychoterapii - cech psychoterapeuty?⁹ O ile jej skuteczność zależy od cech osobowości, to czy jest potrzebna? Czy inne formy głębokiego kontaktu międzyludzkiego nie powinny jej zastąpić?

Wydawałoby się, że „moda” na psychoterapię, jej poszukiwanie przez ludzi, liczne doniesienia o „sukcesach” terapii są dowodem na to, iż jest ona człowiekowi potrzebna. Jednak tak nie jest. Wydaje się, że – jak dotąd - zbyt mało uwagi poświęca się zagadnieniu szkodliwości psychoterapii; stąd, niestety, *wiedza o patogenności postępowania terapeuty, jego*

⁶ Zob. B. Dobroczyński, *Proteuszowe oblicze Wodnika*, w: „Znak” 1991, nr 7, s. 72-73.

⁷ Jeden z bardziej znanych polskich terapeutów, jednocześnie wydawca książek z zakresu psychoterapii. Jacek Santorski, wprost przyznaje się do własnej fascynacji buddyzmem oraz do opozycji wobec Kościoła katolickiego, którego przesłanie uważa za, względnie co prawda, ale mniej wartościowe (zob. *Terapia a duszpasterstwo*, „Więź” 1994, nr 10, s. 41-43).

⁸ J. Masson, *Against Therapy*, s. 24.

⁹ Zob. na ten temat m.in.: D. L. Rosenhan, M. E. P. Seligman, *Psychoterapia*, s. 103; E. F. Torrey, *Czarownicy i psychiatrzy*, Warszawa 1981.

właściwościach osobowych oraz cechach pacjentów, które nie sprzyjają osiągnięciu poprawy w psychoterapii, jest nadal niewielka.¹⁰

Zastosowanie psychoterapii może być bardzo szerokie. Trudno na przykład dyskutować o znaczeniu psychoterapii w leczeniu psychoz. Wydaje się, że tam każda forma psychoterapii jest bardzo wskazana i cenna. Podobnie wygląda chyba sprawa w przypadku nerwic.¹¹ Natomiast o wiele bardziej skomplikowana jest sprawa sensowności różnych terapeutycznych działań podejmowanych na przykład uprzedzająco i niejako prewencyjnie względem przeciętnych, radzących sobie w życiu ludzi, zwłaszcza młodzieży. Na ile takie działania są pozytywne, a na ile szkodliwe? Na ile odkrywają rzeczywistość, a na ile ją i jej wypaczony obraz tworzą poprzez ukierunkowanie i wycinkowe tylko jej postrzeganie? Na ile odkrywają w człowieku, przypomnijmy: szczęśliwym i zadowolonym z życia, problemy, a na ile je w nim wywołują?¹²

¹⁰ D. L. Rosenhan, M. E. P. Seligman, *Psychoterapia*, s. 107.

¹¹ Jednak już w przypadkach leczenia nerwic mogą się ujawnić pewne niebezpieczeństwa związane z psychoterapią. Znany mi osobiście młody chłopiec z nerwicą natręctw, został skierowany przez rodziców do jednego ze słynniejszych w Polsce psychoanalityków, będącego po stażu w USA. Jak wspomina chłopiec, w trakcie pierwszego spotkania odważył się on powiedzieć o swojej czci do Matki Bożej i o tym, że tylko zaufanie do Niej pozwala mu od czasu do czasu przezwyciężyć lęk przed światem zewnętrznym, zarażeniem się, itd. Terapeuta, gdy to usłyszał zaśmiał się i dowcipnie powiedział, że dziwi się, iż u końca XX wieku ktoś może jeszcze tak głupio mówić o Matce Bożej. Chłopiec powiedział, że już więcej do tego psychoanalityka nie poszedł. Można sensownie zapytać o to, kto w tej sytuacji zachował zdrowy rozsądek i bardziej był człowiekiem. Odpowiedź jest chyba jednoznaczna.

¹² W tym kontekście warto zadać pytanie o cel (oczywiście poza finansowym) masowego wydawania książek dotyczących psychoterapii, ukazujących prawie wyłącznie w negatywnym świetle rzeczywistość, na przykład życie rodzinne. Wystarczy wymienić tylko tytuły niektórych książek: *Toksyczni rodzice*, *Toksyczna miłość*, *Życie w rodzinie i przetrwać*, *Mieć dzieci i to przeżyć*. Można zapytać: na ile takie książki odstaniają prawdę o wyłącznie niszczącym wpływie rodziny na osobowość człowieka? Od razu rodzi się pytanie: Jakiej rodziny? Ilu rodzin? Czy jest to problem masowy czy marginalny? Czy przeciętna rodzina jest "toksyczna"? Jeszcze ważniejsze jest pytanie o to, czy te książki rzeczywiście odkrywają negatywny wpływ rodziny, czy też wywołują w człowieku negatywne spojrzenie na rodzinę, wypaczone jej postrzeganie wyłącznie w perspektywie zagrożenia jakie jest udziałem jej członków. Pod wpływem lektury takich książek w czytelniku musi utrwalac się przekonanie, że rodzina to rzeczywistość zagrażająca, że celem i warunkiem szczęścia jest bycie niezależnym i obronienie się przed ludźmi, którzy przede wszystkim nam zagrażają i chcą nami manipulować. Niestety, taki wpływ psychoterapeutycznej,

Poszukiwanie odpowiedzi na te i tym podobne pytania jest celem niniejszego artykułu.

Artykuł powstał w oparciu o materiał źródłowy, którego główną pozycję stanowi książka Jeffrey'a Massona *Against Therapy*. Stamtąd zaczerpnięto większość przykładów oddziaływania różnych szkół terapeutycznych, ich założycieli i praktycznego działania. Materiał ten uzupełniono analizą opartą na lekturze wybranych pozycji z zakresu psychoterapii oraz własnej refleksji.

W artykule, po zdefiniowaniu ideologizacji i psychoterapii, przedstawione zostaną różne formy ideologizacji oraz ich przejawy w psychoterapii. Kolejno więc zostaną omówione: dyskredytacja systemu wartości klienta, wymuszony przekaz systemu wartości terapeuty, problem fałszowania obrazu rzeczywistości w terapii, fałszywa obietnica osiągnięcia idealnego świata, manipulowanie ludźmi, wykorzystywanie ludzi oraz ukazywanie przez terapeutów siebie jako nieomylnych "guru". W zakończeniu dokonane zostanie podsumowanie, przedyskutowane wnioski

masowo rozpowszechnianej, literatury nie jest tylko hipotetyczny. Na podstawie wielu rozmów z czytelnikami takich książek rodzi się refleksja, że jednak nazbyt często kreują one problemy poprzez nałożenie na normalną rodzinę i dobrze funkcjonującego człowieka, siatki fałszywych pojęć i tendencyjnego spojrzenia na rzeczywistość życia w rodzinie.

Czy jest to „psychoterapia”, czy tragiczna ideologizacja? Uwzględniając wypowiedź Jacka Santorskiego, głównego wydawcy książek o sygnalizowanych powyżej treściach, stwierdzającego, że *specyficznie polskiej, katolickiej wersji modelu matki i rodziny zawdzięczamy większość patologii w rodzinie (Mocniejsi w gębie. Z Jackiem Santorskim, psychoterapeutą i wydawcą, rozmawia Ewa Nowakowska, „Polityka” 1993, nr 10, s. 23)* należy uznać, że - niestety - jest to przejaw ideologizacji. Takie przypuszczenie jest jak najbardziej uzasadnione w kontekście treści wywiadu Jacka Santorskiego udzielonego "Przeglądowi Tygodniowemu". Znany terapeuta stwierdza tam m.in., że *rodzice nastolatków, zabraniający im spotkań ze znajomymi i nocnych wyjść mogą naruszać w ten sposób autonomię dziecka, która jest jego prawem*. Dalej Santorski uważa, że *80% polskich rodzin jest toksycznych (sic! - B.G.), (...) rodzice trzymają się kurczowo swoich schematów religijnych lub obyczajowych (sic! - B.G.), próbując narzucić je dzieciom*. Obecnie w związku z powszechnym dostępem informacji nastąpił pluralizm wartości, zdemaskowanie fałszywych autorytetów. ***Dziecko nie jest więc w stanie przyjąć wizji świata oferowanej przez sztywnych rodziców*** (podkr. - B.G.) (cyt: "Najwyższy Czas" 1995, nr 25, s. 11). Doprawdy trudno odgadnąć skąd Santorski wie, że *dziecko nie jest więc w stanie przyjąć wizji świata oferowanej przez sztywnych rodziców*. Ten szczególny hiperkrytycyzm wobec rodziny zadziwia tym bardziej, że towarzyszy mu zupełny brak krytycyzmu wobec psychoterapii i psychoterapeutów.

oraz sformułowane pewne postulaty (zasady) dotyczące psychoterapii i korzystania z niej.

1. Pojęcie ideologizacji i psychoterapii

Pojęcie ideologizacji jest wieloznaczne. Nie dyskutując z różnymi jego ujęciami i odmiennymi definicjami, w niniejszym artykule przez ideologizację rozumie się świadome, zorganizowane, usystematyzowane działania jednego człowieka, mające na celu przyjęcie jego wartości, celów, dążeń, światopoglądu i dominacji - przez drugiego człowieka, przy czym, co jest bardzo istotne, ten drugi człowiek nie jest świadomy, albo jest niedostatecznie świadomy, faktu i konsekwencji tego typu oddziaływań, a może nawet te działania uważać za jedynie słuszne i empirycznie zweryfikowane.

W tak rozumianej ideologizacji występują jako jej ważne elementy - manipulacja oraz autorytaryzm (często ukryty za „naukową” fasadą) w stosunku do drugiego człowieka. Wydaje się, że jednym z obszarów występowania ideologizacji lub przynajmniej takiej możliwości, przez sam fakt międzyludzkiej interakcji, jest psychoterapia.

Przez psychoterapię rozumiemy, za Jerzym Strojnowskim, *zamierzony i systematyczny proces interakcji rozwijany między pacjentem i terapeutą lub grupą terapeutyczną w celu usuwania u tegoż pacjenta zaburzeń komunikacji, nieprawidłowych procesów psychicznych lub dolegliwości somatycznych i uzyskiwanie lepszego przystosowania społecznego. Celem dalszym psychoterapii może być także polepszenie struktury osobowości i stymulacja możliwości rozwojowych pacjenta.*¹³

W tak zdefiniowanej psychoterapii postrzegamy istnienie osoby z trudnościami (klient, pacjent), trudności, osobę, która uważa się za kompetentną w niesieniu pomocy terapeutycznej (psychoterapeuta) i pewien optymalny stan człowieka, którego osiągnięcie przez klienta czy pacjenta, jest celem działań psychoterapeutycznych. Obraz każdego z tych elementów opiera się na pewnych apriorycznych, ukrytych założeniach oraz pewnym światopoglądzie szkoły terapeutycznej czy terapeuty, światopoglądzie nie zawsze znanym i nie zawsze zgodnym ze światopoglądem klienta (pacjenta). Ten właśnie fakt sprawia, że w psychoterapii pojawia się lub może się pojawić, ideologizacja.

Ideologizacja może mieć różne formy, w zależności od dominującego w nich czynnika będącego narzędziem ideologizacji. Ponadto w różnych szkołach psychoterapii ideologizacja może różnie się przejawiać.

¹³ J. Strojnowski, *Psychoterapia*, Warszawa 1985, s. 28.

2. Formy ideologizacji oraz jej przejawy w psychoterapii

Poniżej omówione zostaną niektóre, naszym zdaniem najważniejsze, formy ideologizacji występujące w psychoterapii.

2.1. Ideologizacja jako dyskredytacja i ignorancja systemu wartości, percepcji i światopoglądu klienta

Jeffrey Masson bardzo często opisuje taką formę ideologizacji. Najczęściej mechanizm dyskredytacji lub ignorowania systemu wartości i światopoglądu klienta opiera się na założeniu, że człowiek zgłaszający się po pomoc nieadekwatnie postrzega rzeczywistość. Wśród terapeutów nieraz istnieje przekonanie, że świat jest czym innym niż to, o czym mówi klient. *Wszystko co pacjent mówi jest brane nie jako wyrażenie prawdy pacjenta, ale jako projekcja jego fantazji. (...) W ten sposób psychoterapeuta potrafi odmówić przyjęcia odpowiedzialności za swoje działania i zrzucić tę odpowiedzialność i winę na pacjenta. „Ty źle postrzegasz rzeczywistość” - mówi psychoterapeuta do pacjenta. „Musisz więcej próbować. Jeśli się nie poprawisz, to jest to twoja wina”.*¹⁴

Za najgłośniejszą tego typu sprawę uważa Masson przypadek pacjentki Freuda, Dory. Dora w pewnym momencie swoich spotkań z Freudem wyznała mu, że była seksualnie napastowana przez pana K. Freud, jak twierdzi Masson, w jej przypadku po raz pierwszy odrzucił wyznawaną wcześniej teorię uwiedzenia i opisaną przez nią sytuację uznał za przejaw jej fantazji; a więc odrzucił jej relację o faktach. *Nie chodzi o to, że (Freud - dopow. B.G.) zaprzeczył iż „uwiedzenie” miało miejsce, ale pozbawił on je jakiegokolwiek znaczenia przez danie całkowicie innego rozumienia, przez jego „zinterpretowanie”. Freud nigdy nie wierzył, że Dora może być zainteresowana zewnętrzną prawdą.*¹⁵ Właściwie w tym momencie całe cierpienie Dory zostało zlekceważone i zignorowane, uznane za wytwór jej fantazji, wywołane przez nią samą. Dora stała się zupełnie bezradna: nie

¹⁴ D. Rowe, *Foreword*, s. 14.

¹⁵ J. Masson, *Against Therapy*, s. 96

J. Masson, który w swoim czasie był dyrektorem Archiwum Zygmunta Freuda w Nowym Jorku, opublikował korespondencję Freuda z Fliesssem. Na jej podstawie doszedł do wniosku, że Freud zrezygnował z „teorii uwiedzenia”, gdyż bał się konsekwencji przyjęcia do wiadomości faktu o rzeczywistym występowaniu przemocy seksualnej; dlatego stworzył hipotezę o tym, że relacja o gwałcie doświadczonym w dzieciństwie jest dziełem dziecięcej wyobraźni (zob. J. Masson, *Against Therapy*, s. 90-96; por. G. Markus, *Zygmunt Freud*, Warszawa 1993, s. 140-141).

uwierzono jej i nic na to nie mogła poradzić. *Zauważmy, że Freud nigdy nie wierzył świadomemu „nie” Dory, ale również wierzył, że „wcale nie ma takiej rzeczy jak nieświadome »nie«” (...). Tak więc nie było logicznego sposobu, w który Dora mogłaby mu się przeciwstawić.*¹⁶ Zdaniem Massona nie należy się więc dziwić, że Dora przerwała terapię.

Pierwszym, który spostrzegł, że w psychoterapii nie bierze się poważnie światopoglądu, więcej - postrzegania świata przez klienta, był Sandor Ferenczi. Jak zauważa Rowe, komentując poglądy Massona, Ferenczi był *pierwszym analitykiem, który zwrócił uwagę na fakt, że psychoanalityczna interpretacja tego, co mówi pacjent może być rzeczywiście aktem agresji.*¹⁷ W swoim pisanym potajemnie dzienniku Ferenczi stwierdza, że uświadomił to sobie, gdy opisywany przez jedną z pacjentek smutek z powodu odejścia matki zinterpretował, nie słuchając jej do końca, jako jej szczęście, bo zrealizowało się jej ukryte pragnienie poślubienia ojca. Następnego dnia pacjentka przyszła do niego z żalem o to, że jej nie wysłuchał do końca, a powiedział "za nią" nie to, co ona chciała powiedzieć. Wówczas Ferenczi rozumiał, że zrobił coś niewłaściwego. *Ferenczi czuł, że coś z pewnej hipokryzji, ostrej atmosfery analizy było spowodowane przez złe teoretyczne przewidywanie, dosłownie - założenie, że pacjenci nie potrafią rozróżnić między tym, co naprawdę im się zdarzyło i tym co wyobrażali sobie, że się im zdarzyło. To, w opinii Ferenczego, było wielkim początkowym błędem Freuda, który zapoczątkował rozwój psychoanalizy w złym kierunku, z którego ona nigdy nie zawróciła.*¹⁸ Ferenczi uznał, że sytuacja ta wynikała z lekceważenia świata klienta i z nierównowagi władzy pomiędzy klientem i terapeutą, z przewagi tego ostatniego, który "wie lepiej".¹⁹

Również, a może przede wszystkim, Jungowi Masson zarzucił ignorowanie światopoglądu klienta. Uważał on, że Jung całkowicie ignorował przeżycia ludzi i ich problemy, wszystko chciał interpretować i to wyłącznie poprzez własne, empirycznie niesprawdzalne teorie. *Jungowskie zainteresowanie rzeczywistym światem było ograniczone do jego własnych problemów. Jestem przekonany, że Jungowski, widoczny i znaczący, stopień zaabsorbowania sobą pozwolił mu wykluczyć rzeczywiste urazy, które wypełniają ludzkie życie i ignorować polityczne tragedie tak samo, jak osobiste.*²⁰ Dla przykładu, zdaniem Massona, Jung poprzez swoje

¹⁶ J. Masson, *Against Therapy*, s. 98.

¹⁷ D. Rowe, *Foreword*, s.16.

¹⁸ J. Masson, *Against Therapy*, s. 123.

¹⁹ Por. tamże, s. 124.

²⁰ Tamże, s. 134.

twierdzenie o tym, że nie spotkał człowieka, którego problem nie byłby problemem religijnym i że nie może być uznany za "uzdrowionego" ten kto nie odzyskał religijnego spojrzenia na swoje życie wykazuje, że jego postawa była postawą ignorowania i lekceważenia światopoglądu ateistów, agnostyków i innych osób indyferentnych religijnie, które mogły sobie nie życzyć poruszania tego typu problemów. Tymczasem system terapii Junga żądał tego, by zająć się tym problemem, bo inaczej nie będą mogli być uznani za „wyleczonych”.²¹ Podobnie wiara Junga w sny oraz ich symboliczne znaczenie sprawiała, że one i ich analiza stawały się ważniejsza niż problemy pacjenta przeżywane w jego życiu na jawie.²²

Klasycznym przykładem agresji skierowanej względem klienta jest "bezpośrednia psychoanaliza" stworzona przez Johna Rosena, który twierdził, że celem terapii powinno być skonfrontowanie klientów z ich irracjonalnością i zmuszenie (podkr. B.G.) ich do stawienia czoła rzeczywistości.²³ Pomijając fakt, że w koncepcji irracjonalności ukryte jest założenie iż terapeuta "wie lepiej" należy zwrócić uwagę na to, że "zmuszanie" jest w tej terapii często rozumiane dosłownie: stosowano bicie, grożenie nożem (dla przezwyciężenia lęku pacjenta przed byciem zabitym z użyciem noża), straszenie, wykorzystywanie klientów seksualnie, itp.²⁴

Wydawałoby się, że psychoterapia oparta na słuchaniu, przekazywaniu klientowi informacji zwrotnej o tym jak jest rozumiany, empatii, kongruencji i niedyrektywności, wolna jest od ignorowania światopoglądu, systemu wartości i sposobu widzenia świata przez klienta. Jak twierdzi Masson - nic bardziej błędnego niż takie przekonanie. Podstawowym zarzutem, jaki kieruje przeciwko tego typu terapii, jest ignorowanie rzeczywistości. Terapia tego typu stwarza sztuczne warunki, odbywa się w sztucznym kontekście pełnej akceptacji (ale najczęściej tylko przez 1 godzinę tygodniowo), a więc w sztucznej sytuacji. A przecież życie codzienne klienta jest inne: doświadcza on wrogości, walczy z różnymi problemami, w tym i własną słabością, doświadcza miłości i odrzucenia.

²¹ Tamże, s. 157.

²² Tamże, s. 162-163.

Na marginesie warto zwrócić uwagę, że tym ignorowaniem rzeczywistości, zwłaszcza obecnego w niej zła i tragedii, Masson tłumaczy dwuznaczną, delikatnie mówiąc, postawę Junga wobec nazizmu. Dla Junga, według autora *Against Therapy*, ważniejsze było "ocalenie" psychoterapii i dorobku naukowego niż przeciwstawienie się nazizmowi, który nie wydawał mu się aż taki zły. Jung po prostu ignorował fakty. (Por. J. Masson, *Against Therapy*, s. 134-152).

²³ Zob. J. Masson, *Against Therapy*, s. 167.

²⁴ Zob. tamże, s. 165-194.

przyjaźni i wrogości. Poza oderwaniem od życia, terapia tego typu jest sztuczna przez to, że terapeuta faktycznie stara się być empatyczny, kongruentny, itd. przez 1 godzinę terapii, ale klient nie wie jaki jest terapeuta w normalnym życiu, nie wie co czyni z wiedzą o kliencie, jak wygląda jego życie osobiste. Wobec tego może mieć poczucie, że terapia jest "na niby", że nikt nie rozumie jego problemów.²⁵ Takie wrażenie może się w nim umocnić dodatkowo, gdy – z różnych względów, na przykład poprzez wymagania sytuacji, w której pracuje - nieraz dosłownie jest zmuszony do udziału w terapii. Wtedy naprawdę trudno jest uwierzyć w empatię i bezinteresowność.²⁶

Masson krytykuje także różne formy terapii rodzinnej za to, że psychoterapeuci czynią się tu "sędziami ludzkich wartości". Dla nich prawie każda rodzina jest "chora" i zagrażająca, "toksyczna" względem swoich członków. Jednakże, wydaje się słuszne to pytanie Massona, czy uprzywilejowane miejsce dla ojca w pokoju jest przejawem "choroby" rodziny czy też znakiem poszanowania kulturowej tradycji? Czy "słaby" i "pasywny" ojciec oznacza wadę? Zdaniem Massona tego typu przykłady wskazują na to, że dyskredytuje się rodzinę i jej wartości, postrzegając tu źródła problemów, problemów często wymyślonych przez terapeuta.²⁷

Modna ostatnio terapia *Gestalt* także ignoruje, lekceważy i dyskredytuje światopogląd klienta. Terapia ta stawia sobie za cel stanie się przez klienta "bardziej świadomym" całej rzeczywistości poprzez niewerbalną nim manipulację.²⁸ W terapii tej centralną pozycję zajmuje lider grupy; staje się on "guru", który decyduje o tym, co w postępowaniu i myśleniu klienta jest "prawdziwe", a co nie. Ponadto kładąc bardzo silny akcent na uczucia oraz podkreślając dominującą rolę komunikatów niewerbalnych, relatywizuje się tu znaczenie świadomych wyborów człowieka, znaczenie jego dążeń i celów oraz wartości.²⁹

Szczególną formą lekceważenia wartości klienta jest, według Massona, hipnoterapia Milтона H. Ericksona. Erickson był pierwszym terapeutą, który chciał zmieniać osobowość człowieka, a nie tylko go rozumieć.³⁰ Według niego, klucz do sukcesu ma terapeuta; on jest "ekspertem", który ma zmieniać ludzi na wszelkie możliwe sposoby, nawet metodami, których klient jest nieświadomy.³¹ Takie ubezwłasnowolnienie klientów kończyło

²⁵ Zob. tamże, s. 229-247.

²⁶ Zob. tamże, s. 230, 241-242.

²⁷ Zob. tamże, s. 248-252.

²⁸ Zob. tamże, s. 252.

²⁹ Zob. tamże, s. 253-257.

³⁰ Zob. tamże, s. 269.

³¹ Zob. tamże, s. 269, 271.

się często wprowadzeniem ich w trans i, na przykład, seksualnym wykorzystaniem.³²

Na zakończenie tego etapu rozważań zwróćmy uwagę, że szczególnie lekceważąco traktowane są w psychoterapii wartości religijne. Ich lekceważenie w przypadku człowieka głęboko religijnego sprawia, że w terapii zmienia się jego plany, oceny i dążenia; w tych wszystkich obszarach religia jest, zdaniem terapeuty, albo czymś obojętnym, albo czymś "szkodliwym". *Psychologowie i psychiatrzy mają wiele uprzedzeń, ale tym, które krzywdzi bardzo ich klientów jest to, że religijne wierzenia jakie posiadają pacjenci są w najlepszym razie uważane za nieważne, a w najgorszym klasyfikowane jako nerwica lub psychoza. Psychologowie i psychiatrzy są, jako grupa, w większości niereligijni, a jako tacy są nietypowi w populacji* (podkr. B.G.). *Przegląd badań pokazuje, że 60-90% populacji Wielkiej Brytanii oraz USA wierzy w Boga i w relacje między Bogiem a ludzką dobrocią i grzesznością. Dlatego ludzie, którzy przychodzą do psychiatrów i psychologów po pomoc, w większości nie pytają „Jak mogę być szczęśliwy?”, ale „Jak mogę być dobry?”* (podkr. B.G.). *Brak wiary w Boga i życie przyszłe sprawia, że psychologowie i psychiatrzy uważają, że jedynym sensownym pytaniem jest: „Jak mogę uczynić życie najbardziej moim własnym?”* (podkr. B.G.). *Kiedy terapeuta i pacjent mają różne i niewyrażone cele, kurs terapeutyczny jest skazany na porażkę.*³³

Tak więc wydaje się, że Masson wykazał, iż nierzadko (jego zdaniem zawsze) psychoterapia rozpoczyna się od zlekceważenia bądź zdyskredytowania światopoglądu, systemu wartości i postrzegania pacjenta, przebiega w oparciu o to założenie i jej celem jest zmiana światopoglądu, systemu wartości i percepcji pacjenta. Dlatego, siłą rzeczy, kolejny etap ideologizacji w psychoterapii stanowi narzucanie klientowi przez psychoterapeutę własnych - lub jego szkoły psychoterapeutycznej - wartości, sposobu widzenia świata (percepcji) i światopoglądu.

2.2. Ideologizacja jako narzucanie własnego systemu wartości i światopoglądu przez terapeutę

W psychoterapii terapeuta w miejsce światopoglądu klienta wprowadza swój własny światopogląd. On po prostu "wie lepiej" jaka jest rzeczywistość. W psychoterapii uważa się, że terapeuta *przez właściwości swojej wiedzy, przygotowania i specjalnego wglądu ma dostęp do prawd*

³² Zob. tamże, s. 272-279.

³³ D. Rowe, *Foreword*, s. 18.

ponad i poza zdolnością pacjentów. Prawdy psychoterapeutów mają wyższą wartość niż prawdy pacjentów. Psychoterapeuta interpretuje prawdy pacjenta i mówi mu co one „naprawdę” znaczą.³⁴

Takie postępowanie jest charakterystyczne dla klasycznej psychoanalizy, gdzie "wszystkowiedzącym" jest psychoanalityk.³⁵ Ferenczi w swoim prywatnym dzienniku zapisał, że pewnego dnia Freud stwierdził, iż *pacjenci są tylko motlochom. Jedyną rzeczą, dla której pacjenci są dobrzy, jest pomóc analitykowi uczynić teorię żywą i dostarczyć dla niej materiału.*³⁶ Klient w takiej sytuacji nie ma żadnych szans. *Jakakolwiek niezgoda z terapeutą może być (i często jest) interpretowana jako opór.*³⁷

Jedynym, który zdał sobie sprawę z tej formy ideologizacji był Sandor Ferenczi. Dlatego postulował on "wzajemną analizę" klienta i terapeuty. Ponadto doszedł do wniosku, że terapia jest możliwa tylko wobec jednego pacjenta i wynika ona wówczas z potrzeby przyjaźni. Ale wówczas nie jest to już terapia, ale solidarność; a więc terapia w ścisłym sensie bez ideologizacji nie jest możliwa.³⁸

U Junga również ma miejsce ideologizacja poprzez narzucanie własnego światopoglądu, co przejawia się w odwoływaniu się do alchemii, astrologii, analizy snów i symboli.³⁹

Podobne zjawisko występuje, jak już sygnalizowaliśmy uprzednio, w psychoanalizie. Występuje też w metodzie Rogersa, gdzie zdaniem autora metody - dopóki klient nie doświadcza (czytaj: akceptuje) "empatii" terapeuty, dopóty nie jest "zdrowy", jest "defektywny" i "stawiający opór".⁴⁰ Podobne zjawisko występuje w terapii rodzinnej i w *gestalt therapy*. Fritz Perls wyraźnie ujawnił, że na jego system terapeutyczny ogromny wpływ ma Zen i doświadczenia z LSD.⁴¹ Także w terapii Ericksona zmiana osobowości klienta przebiega zawsze w kierunku przyjęcia przez niego wartości terapeuty.⁴²

Szczególnym źródłem tej formy ideologizacji jest własny światopogląd terapeutów. Wielu z nich, jak zauważył Dobroczyński w cytowanym wyżej artykule, związanych jest z New Age. Wielu jest niewierzących i

³⁴ Tamże, s. 13.

³⁵ Zob. tamże, s. 14.

³⁶ Tamże, s. 19.

³⁷ J. Masson, *Against Therapy*, s. 37.

³⁸ Zob. tamże, s. 115-129.

³⁹ Tamże, s. 156-161.

⁴⁰ Zob. tamże, s. 235-236.

⁴¹ Zob. tamże, s. 253-254.

⁴² Zob. tamże, s. 271.

zafascynowanych filozofią i religiami Dalekiego Wschodu.⁴³ Niektórzy wprost odwołują się do astrologii. Na przykład Stephen Arroyo stwierdza, że *w astrologii humanistycznie nastawiony psycholog, pedagog, terapeuta* (podkr. B.G.), *czy laik znaleźć może najpotężniejsze i najbardziej użyteczne narzędzie, oferuje ona bowiem język, który precyzyjnie opisuje unikalną kombinację działających w każdym z nas czynników uniwersalnych.*⁴⁴

Jacek Santorski, przyznający się wielokrotnie do swoich sympatii względem buddyźmu, stwierdza, że sam co prawda nie zajmuje się religijnymi i duchowymi problemami swoich klientów, ale kieruje ich do ośrodków, gdzie stykają się z jogą, psychologią interpersonalną i Zen. Nie wspomina natomiast, co wydaje się dziwne w kraju katolickim, o tym, by kogoś odesłał z takimi problemami na przykład do księdza.⁴⁵ Wydaje się to być przejawem nakładania na potrzeby klienta własnej siatki światopoglądowo pojęciowej.

Ogólnie należy stwierdzić, że tego typu ideologizacja jest bardzo szkodliwa dla klientów. Oznacza ona bowiem próbę zdobycia władzy nad człowiekiem, zdominowania jego widzenia świata, próbę – dodajmy – często zamaskowaną i ukrytą pod "naukowymi" pojęciami i technikami. I jest to bardzo groźna próba uzależnienia, z różnych motywów, drugiego człowieka. Dorothy Rowe stwierdza: *Wielu ludzi, którzy chcą narzucić swoje definicje rzeczywistości mogłoby zaprzeczyć temu, że są oni wplątani w zyskiwanie władzy. Mogłoby mówić, że z powodu ich większej wiedzy, mądrości, przygotowania i doświadczenia wiedzą oni co jest najlepsze. Najbardziej niebezpiecznymi ludźmi na świecie, są ci, którzy wierzą, że wiedzą, co jest najlepsze dla innych. Ludzie, którzy wierzą, że wiedzą co jest najlepsze dla innych ludzi, zaprzeczają prawdom innych ludzi. Gdziekolwiek nasza własna prawda jest negowana, ignorowana lub lekceważona doświadczamy największego lęku, jaki kiedykolwiek znaliśmy: próby unicestwienia naszego „ja”.*⁴⁶

⁴³ Allan Watts słusznie zauważył, że to, *co fascynuje w Zen i innych formach filozofii Dalekiego Wschodu to to, iż odkrywa ona (...) szeroki obszar (...), gdzie nareszcie "ja" nie da się odróżnić od Boga* (A. Watts, *This Is It*, Random House 1972, s. 90). Na niebezpieczeństwo tego swoistego narcyzmu i egocentryzmu występującego także, a może przede wszystkim, w psychoterapii zwrócił uwagę również ks. bp Józef Życiński (J. Życiński, *Streścić IX Symfonię?*, w: „Więź” 1994, nr 10, s. 65-66).

⁴⁴ S. Arroyo, *Astrologia i psychologia*, Łódź 1994, s. 65.

⁴⁵ Zob. *Terapia a duszpasterstwo*, s. 32.

⁴⁶ D. Rowe, *Foreword*, s. 16-17.

2.3. Ideologizacja poprzez zafałszowany obraz rzeczywistości (obraz pozbawiony rzeczywistego zła)

Jednym z zarzutów stawianych często psychoterapii jest to, że nie rozwiązuje ona rzeczywistych problemów, że nie dotyka realnego zła doświadczanego przez ludzi, którzy faktycznie przychodzą do terapeutów po to, by zdobyć siły do zmagania się z tym co złe. Psychoterapia jednak lekceważy problem zła; trudności klientów przenosi na inną, wyłącznie psychologiczną (zamiast egzystencjalnej) płaszczyznę. Jest to ideologizacja, ponieważ nie tego oczekuje najczęściej klient. Terapeuta czyni tak, gdyż często nie chce "zmierzyć się" z realnym złem; dlatego woli je zbagatelizować, dlatego *dobiera sobie klientów tak, by nie komplikować sobie życia, by nie doświadczyć porażki, by podbudować pozytywny obraz siebie. Powodem tego, że psychoterapeuci dzielą przyszłych pacjentów na zdolnych i niezdolnych do psychoterapii jest to, iż chcą oni uniknąć tych ludzi, których życie jest wypełnione tragediami nie do naprawienia i wynagrodzenia, a których wykształcenie nie uzdolniło do mówienia o ich doświadczeniach w sposób w jaki czyni to biały, ze średniej klasy Anglik. Tacy ludzie czynią swoich potencjalnych pomocników (tu: terapeutów) bezradnymi, a ponieważ terapeuci są zwykle ludźmi, którzy są dumni z siebie, ze swojej kompetencji w pomaganiu, świadomość bezradności, niezdolności udzielenia pomocy, czyni ich przerażonymi. Zamiast uznać ten strach, wolą etykietować tych ludzi jako „niezdolnych do psychoterapii”, albo „psychopatycznych”, albo „o nieadekwatnej osobowości”, albo „schizofreników” i podają je w odrzucający i kontrolujący sposób co, nie dziwnego, nie pomaga tym ludziom, a często obecnie krzywdzi.*⁴⁷

Taka postawa prowadzić może do obwiniania klientów za zło, którego doświadczają.⁴⁸ Może także prowadzić do lekceważenia rzeczywistości, do obojętności na zło, do uznania, że tak naprawdę zła nie ma. Za formę takiej ucieczki od zła, z którym terapia nie może sobie poradzić, uznaje Masson decydującą - jego zdaniem - rolę psychiatrów we wcieleniu programu eutanazji w Niemczech, w czasie II wojny światowej i w praktykowaniu eutanazji w Stanach Zjednoczonych.⁴⁹

Każda w zasadzie ze szkół psychoterapeutycznych, według Massona, pomija i ignoruje problem obecności zła i cierpienia w ludzkim życiu. Psychoterapia czyni to albo poprzez "spsychologizowanie" tego problemu, przeniesienie go z realnego świata w świat np. dziecięcej wyobraźni

⁴⁷ Tamże, s. 15.

⁴⁸ Zob. tamże, s. 21.

⁴⁹ Zob. J. Masson, *Against Therapy*, s. 45-46.

(Freud), albo poprzez uznanie go za inną tylko stronę (konieczną i "pozytywną", bez moralnego wartościowania) dobra i świata (Jung). Możliwa jest też postawa "odintelektualizowania" zła (*Gestalt Therapy*) i odrealnienia go poprzez stworzenie sztucznego świata (Rogers).⁵⁰

Psychoterapia nie potrafi ukazać sensu cierpienia i zła oraz nie potrafi dać mocy uporania się z nim, potrafi tylko jedno: zbagatelizować zło, zaproponować "ucieczkę" od niego. Tymczasem ludzie najczęściej przychodzą do terapeutów z realnymi problemami, zranieni przez rzeczywistość doznane, czy zadawane innym, zło. Przychodzą po to, by nie "uciekać" od zła, ale zrozumieć jego sens, nauczyć się radzić sobie z nim w życiu.⁵¹ Psychoterapia ignorując dramat zła i nakłaniając do tego ignorowania klientów, jest formą ideologizacji; czyni bowiem to wbrew oczekiwaniom klientów, często wbrew ich światopoglądowi, przede wszystkim zaś wbrew oczywistym faktom. Konsekwencją tego jest kolejna forma i etap ideologizacji - obietnica "sztucznego raj", świata bez zła i problemów. Wartości bowiem *psychoterapii odciągają osobę od głębokiej refleksji nad źródłami ludzkiego cierpienia*.⁵²

2.4. Ideologizacja jako obietnica osiągnięcia idealnego świata

Sensem istnienia psychoterapii jest udzielenie konkretnej pomocy człowiekowi. Skoro jednak nie jest ona zdolna do akceptacji całej rzeczywistości (szczególnie obecnego w niej, także w kliencie, zła i światopoglądu klienta), a stanowi wyraz własnego światopoglądu i hierarchii wartości terapeuty, nie potrafi zrealizować postawionego przed sobą celu. Dlatego obietnica, którą bez słów daje się przychodzącemu klientowi, obietnica "lepszego" świata, zdobycia większej umiejętności radzenia sobie w rzeczywistym świecie jest iluzoryczna, a jako taka jest formą ideologizacji.

Psychoterapia faktycznie prowadzi do "ucieczki" od świata, prowadzi

⁵⁰ Na fakt ignorowania problemu zła, zwłaszcza negatywnych, naładowanych złością reakcji pacjenta w terapii rogeriańskiej zwrócił uwagę także Rollo May. *Kiedy przysłuchiwałem się zapisom rejestrującym tę terapię, uderzył mnie fakt, że podczas gdy terapeuci-zwolennicy Rogersa byli znakomici skupiając się na samotności, rezygnacji, wyrzeczeniu, smutku i tym podobnych uczuciach pacjenta, praktycznie nigdy nie uwzględniali jego gniewu. Inne negatywne uczucia, jak agresywność, wrogość i autentyczny konflikt (w odróżnieniu od zwykłego nieporozumienia) były również prawie nieobecne wśród tego, na co terapeuta reagował* (R. May, *Psychologia i dylemat ludzki*, Warszawa 1989, s. 27).

⁵¹ Zob. J. Masson, *Against Therapy*, s. 131.

⁵² Tamże, s. 46.

do życia w świecie sztucznych konstruktów koncepcji terapeutycznej. Prowadzi to klienta do próby narzucenia tych konstruktów np. współmałżonkowi, co często prowadzi do powiększenia problemów rodzinnych, ponieważ osoba "ideologizowana", a nie będąca klientem psychoterapeuty, broni się przed "narzuceniem" jej „terapeutycznego” widzenia świata. A więc obietnica osiągnięcia idealnego świata jest iluzją, iluzją tym bardziej tragiczną, że człowiek przekonany o własnej "dobroci" "obwinia" o niemożność życia w owym idealnym świecie inne osoby, np. współmałżonka, i rozgoryczony do tego, że małżeństwo jest takie "przyziemne", niekiedy może szukać "ideału" w drugim związku, czy nawet kolejnych związkach.

Pośrednio więc psychoterapia może prowadzić do odrzucenia zdrowego poczucia winy i norm moralnych. Dlatego Masson stwierdza: *Przekonałem się o słabości naszej zdolności w niesieniu pomocy drugiej osobie, która jest w emocjonalnym dolku, i - w szczególności - o roszczeniach* (podkr. B.G.) *do tej zdolności.*⁵³ W innym miejscu autor *Against Therapy* pisze: *Psychoterapia jest nie mniej wolna od politycznych, zawodowych i ideologicznych nacisków niż jakakolwiek inna profesja. (...) Poprzez swoją najgłębszą istotę psychoterapia musi pretendować (podkr. B.G.) do udzielenia obiektywnej, milej i ludzkiej atmosfery dla tych, którzy chcą wyrazić swoje najgłębsze uczucia bólu i żalu. Tragedią jest to, że ta słuszna potrzeba jest wyzyskiwana, nawet jeżeli w najlepszych intencjach, przez „ekspertów”, którzy obiecują dać to czego dać nie mogą (podkr. ks. B. G.).⁵⁴*

Oderwanie ludzi od całej prawdy o rzeczywistości i skierowanie ich oczekiwań ku wizji idealnego świata możliwe jest tylko poprzez manipulowanie nimi.

2.5. Ideologizacja poprzez manipulowanie ludźmi

Z manipulacją mamy do czynienia wtedy, gdy ktoś wpływa na czyjś obraz rzeczywistości. Wpływ jest po to, aby zniekształcić informację i ograniczyć cudze decyzje. Decyzje są wtedy nieautentyczne, bo nie są podejmowane w prawdzie i wolności. Warunkiem skutecznej manipulacji jest jej niedostrzegalność (podkr. B.G.).⁵⁵

⁵³ J. Masson, *Against Therapy*, s. 29.

⁵⁴ Tamże, s. 47.

⁵⁵ K. Czuba, *Media i władza*, Warszawa 1995, s. 11.

Zdaniem Massona z manipulacją mamy do czynienia w każdej psychoterapii. Dlatego każda psychoterapia rozpoczyna się od podważenia wiary klienta w siebie i na tym elemencie (braku wiary w siebie) opiera się cały proces psychoterapii. Temu służy między innymi próba wykazania klientowi, że "jest inaczej" niż sądzi, że niewłaściwie postrzega rzeczywistość, że jej nie rozumie, itp. Temu służą "interpretacje" (Freud, Jung), stwarzanie sztucznych warunków dla wykazania, że tak naprawdę, to poczucie krzywdy i lęki klienta są bezpodstawne (Rogers), przeakcentowanie roli uczuć i komunikatów niewerbalnych dla zrelatywizowania i pomniejszenia znaczenia racjonalnych i świadomych wyborów klienta (*Gestalt Therapy*). Temu służy także zmiana wartościowania w rodzinie (terapia rodzinna) oraz manipulowanie klientem znajdującym się w stanie hipnozy (Erickson). Wszystko to służy, zdaniem Massona, podważeniu wiary w siebie klienta i uczynieniu go podatnym na przyjęcie innego światopoglądu, nowej hierarchii wartości i innej percepcji faktów.

Oczywiście nie mówi się klientowi, że taki jest cel psychoterapii. Przekonuje się go, że to jest działanie "naukowe", dla jego dobra i pomija się milczeniem fakt, że w zamian za to "dobro" klient czasami traci coś najważniejszego: własne, pełne sensu (co nie znaczy wolne od rozterek i wątpliwości) życie, przyjaźń innych ludzi, pewną spontaniczność i naturalność reakcji.

Wiele jest metod manipulowania: perswazja, "bombardowanie miłością", manipulacja grupą, konfrontacja z innymi ludźmi, powoływanie się na opinie "ekspertów", itd. Szczególne jednak znaczenie ma pewien rytuał psychoterapii. Jego najważniejszą częścią jest początek interakcji między klientem a terapeutą. Jego celem jest zawsze wytworzenie sytuacji nierównowagi: pozbawienie poczucia pewności siebie klienta i stworzenie wrażenia "wszechmocy" terapeuty. Dlatego na przykład w tradycji psychoanalitycznej terapeuta milczy, jest dla klienta niewidoczny, a gdy zabiera głos, to tylko interpretując autorytatywnie i "nieomylnie" to, co wypowiedział klient.⁵⁶ Przyjaciel Dorothy Rowe, John, przechodzący kurs psychoterapii dynamicznej wspomina, że terapeutka za każdym razem schodziła po niego z czwartego piętra i prowadziła go do swojego gabinetu w całkowitym milczeniu. *Milczenie było czymś, co ciężko było Johnowi znieść. To sprawiło, że czuł się przerażony i bezradny, owładnięty uczuciami, które podkopują nasze zaufanie do siebie. Wszystkie systemy autorytarne wpajają posłuszeństwo, konformizm i akceptację autorytarnej wersji prawdy przez podkopywanie zaufania do siebie, pewności siebie u*

⁵⁶ Zob. D. Rowe, *Foreword*, s. 14.

swoich rekrutów, nowicjuszy, uczniów, dzieci, pacjentów. Im mniej pewny siebie jest pacjent, tym bardziej prawdopodobne jest, że zaakceptuje on bez pytania to, co powie psychoterapeuta (podkr. B.G.).⁵⁷

Manipulacja, zdaniem Massona, nieodłącznie związana z samą istotą psychoterapii, w konsekwencji prowadzi do uzależnienia klienta od terapeuty, a często także do jego wykorzystania, wykorzystania różnego rodzaju.

2.6. Ideologizacja poprzez wykorzystywanie ludzi

Psychoterapia prowadzi do (albo jest formą) wykorzystywania ludzi przez - między innymi - nałożony często na klienta obowiązek zachowania tajemnicy względem tego, co się dzieje w czasie sesji. Każde ujawnienie tego, co się dzieje w czasie terapii jest odczytywane jako opór przeciw terapii, jako niweczenie skuteczności terapii, marnowanie energii, itp. W konsekwencji jednak psychoterapia prowadzi do wyrwania (wyobcowania) człowieka z grona jego przyjaciół i rodziny. Klient jest (lub może być) wykorzystywany w psychoterapii finansowo, emocjonalnie, fizycznie (na przykład poprzez uzależnienie od narkotyków) oraz seksualnie.⁵⁸ Masson twierdzi, że szczególnie tragiczne dla klienta jest to ostatnie, tym bardziej, że terapeuta nawet w wypadku ujawnienia nie ponosi żadnych konsekwencji. Autor *Against Therapy* pisze, że żaden z terapeutów nie został pozbawiony swoich uprawnień pomimo oczywistych faktów wykorzystywania klientów. Kiedy stwierdzono, że jeden z analityków w Londynie miał kontakty seksualne z kilkoma klientkami, udzielono mu tylko nagany.⁵⁹ Wydaje się więc, że szczególnie w niektórych formach

⁵⁷ Tamże.

⁵⁸ J. Masson, *Against Therapy*, s. 211.

⁵⁹ Tamże, s. 212.

Jeffrey Masson przytacza dane (*Against Therapy*, s. 222), z których wynika, że od 5% do 13% terapeutów i lekarzy miało kontakty seksualne ze swoimi pacjentami.

Na fakt seksualnego wykorzystywania klientów zwracają uwagę także David L. Rosenhan i Martin E. P. Seligman. Stwierdzają oni, że *pewien niewielki, lecz i tak zbyt duży procent* psychologów i psychiatrów przyznaje się do kontaktów seksualnych z klientami. Autorzy stwierdzają, że 20% spraw sądowych przeciwko terapeutom dotyczy tego problemu. Z tego też tytułu wypłaca się 50% odszkodowań, jakie wypłacają terapeuci klientom. *Czasem terapeuta usprawiedliwia się, że uczy odczuwania przyjemności z „bliskiego kontaktu” lub po prostu uczy miłości fizycznej (sic! - B.G.). Praktyki te bardziej świadczą o potrzebach terapeuty i jego własnej niedojrzałości niż o*

psychoterapii niebezpieczeństwo wykorzystania klienta jest wielkie. Jest ono tym bardziej realne, że - jak widzieliśmy - proces psychoterapeutyczny opiera się na pozbawieniu klienta pewności siebie i zaufania do siebie. W takiej sytuacji autorytetem dla klienta, autorytetem niekwestionowanym, pewnego rodzaju "guru" staje się terapeuta.

2.7. Ideologizacja poprzez stwarzanie wrażenia "nadludzkich" możliwości terapeuty ("guru")

Do tego, by ideologizacja była skuteczna, konieczne jest stworzenie w umyśle klienta pewnego obrazu terapeuty. Przede wszystkim terapeuta musi się jawić jako ktoś "nieomylny", mający władzę, ktoś komu należy się cześć i uniżenie. Psychoterapeuta musi dać odczuć swojemu klientowi swoją wyższość. *Demonstracja wyższości psychoterapeuty przebiega według tych samych zasad, co w religii i królestwie. Psychoterapeuta, jak ksiądz i monarcha, może zbliżyć się do pacjenta, ale pacjent nie może zbliżyć się do psychoterapeuty bez pozwolenia. Psychoterapeuta, jak kapłan i monarcha, może pytać pacjenta o każdy temat, ale pacjent nie może pytać psychoterapeuty. Psychoterapeuta, jak kapłan i monarcha, ma rytuał dla zaznaczenia swojej odrębności od pacjenta. Psychoterapeuta jak*

dążeniu do osiągnięcia celów terapeutycznych. Nie ma żadnych dowodów na to, że bliskie stosunki fizyczne z terapeutą wpływają na pacjenta korzystnie (podkr. B.G.). (D. L. Rosenhan, M. E. P. Seligman, Psychopatologia, s. 278).

Przypadki wykorzystywania pacjentów przez terapeutów są sygnalizowane także w Polsce. "Najwyższy Czas" (1995, nr 1, s. XIII) - na przykład - informował: "*Leszek M., podobno znany psycholog i terapeuta leczący uzależnienie alkoholowe, został skazany po raz trzeci (sic! - podkr. B.G.) (tym razem bez zawieszenia) na 1 rok więzienia za znęcanie się nad pacjentami. Miał zwyczaj podczas seansu gryźć kobiety po całym ciele i uderzać ich głowami o ściany. Ponadto Leszek M. ustawicznie upijał się, co akurat rozumiemy: tylko praktyka czyni terapeutę zdolnym do pomocy alkoholikom.*

Ks. Jerzy D. z Opola, uczestnik Kursu Psychoterapii i Poradnictwa dla Duchowieństwa, poinformował mnie ustnie o przypadku finansowego wykorzystania klienta w Opolu. Terapeuta za każde spotkanie kazał sobie słono płacić. Klient zaczął sprzedawać rzeczy ze swojego domu, zapożyczył się na bardzo dużą sumę pieniędzy po to, by móc płacić za spotkania z terapeutą. W międzyczasie z tego powodu doszło do konfliktów z żoną, która w końcu odeszła. Kiedy klient nie miał już czym płacić terapeuta zaproponował mu fizyczną pracę w swoim ogródku i przy domu. Kiedy nie było już co robić, po prostu odmówił mu dalszej terapii. Ów zrozpaczony człowiek trafił w końcu do kościelnego punktu pomocy duszpasterskiej.

*kapłan i monarcha, decyduje ile czasu może spędzić w jego obecności.*⁶⁰

Psychoterapeuta każdej szkoły terapeutycznej pretenduje do bycia "ekspertem" i autorytetem, przewodnikiem w różnych ludzkich sprawach. Jest przy tym "ekspertem" stałym, nie na jakiś czas, ale do końca życia. Tylko pod warunkiem przekonania klienta o tych swoich (faktycznie albo pozornie posiadanych) cechach możliwy jest, zdaniem każdej psychoterapii, postęp w pomocy klientowi. Terapeuta chce "posiadać" klienta. *Strażnik więzienny, posiadacz niewolnika i psychoterapeuta mają wspólne pragnienie kontroli nad inną osobą.*⁶¹

Grać tę rolę jest terapeutcie tym łatwiej, że koresponduje ona z ludzką potrzebą autorytetu. *Może dotknąłem jednej z charakterystyk ludzkiego zwierzęcia, potrzeby szukania kogoś wyraźnie mocniejszego, lepszego, szczęśliwszego, od kogo można się spodziewać przewodnictwa.*⁶²

Taki model psychoterapeuty jest obecny w każdej formie psychoterapii. I może nie jest to zaskakujące - znając założenia tych szkół - w psychoanalizie Freuda czy psychologii głębi Junga; Junga, który sam wybrał życie otoczonego nimbem tajemniczości i pewnej niedostępności świeckiego pustelnika. Natomiast bardzo zaskakujące jest to, że terapeuta jest "guru" w tych formach terapii, które werbalnie deklarują niedyrektywność, brak hierarchii i kierowania. Chodzi tu głównie o terapię skoncentrowaną na kliencie (Rogersa) i *Gestalt Therapy* (Perlsa).

Według Rogersa terapeuta, przez sam fakt bycia terapeuta (sic!), jest lepszym przyjacielem niż wszyscy inni. Według Rogersa przyjaciel tylko czasami jest osobą, zaś terapeuta - zawsze. Masson zauważa, że jeżeli dana osoba była uznana za "właściwą", to - już za "pozwoleniem" Rogersa - mogła robić wszystko, nawet najgłupsze rzeczy i - zdaniem Rogersa - zawsze było to dobre i pomocne, bo czynił to terapeuta, czyli "ekspert" i "przyjaciel". Niestety, Rogers nie odpowiedział, co się stanie, gdy terapeutą zostanie sadysta, który w czasie terapii "jest sobą". W tej szkole terapeutycznej bardzo łatwo jest zostać terapeutą i dlatego takie sytuacje zdarzały się i wciąż się zdarzają.⁶³

Podobnie ma się sprawa ze szkołą *Gestalt Therapy* i jej twórcą, Fritzem Perlssem. Fritz Perls grał rolę "guru" wobec otoczenia, zwłaszcza swoich klientów. Twierdził nawet, że albo rodzaj ludzki otworzy się na terapię *Gestalt*, albo zginie w wojnie i od bomb atomowych.⁶⁴ Perls uważał siebie

⁶⁰ D. Rowe, *Foreword*, s.13.

⁶¹ J. Masson, *Against Therapy*, s. 189.

⁶² Tamże, s. 29.

⁶³ Por. tamże, 236-241.

⁶⁴ Por. tamże, s. 253.

za najlepszego terapeutę na świecie i wierzył, że w znaczącym stopniu przyczynia się do przeżycia ludzkości. Uważał siebie za "guru". Nosił długą białą brodę, ukazywał się w powłóczystej szacie, chciał być mistrzem Zen, lubił szokować otoczenie, używał przemocy, wykorzystywał ludzi seksualnie. Zażywał również LSD. W swojej terapii kładł nacisk na rolę uczuć, "mądrości ciała", "podniecenia i wzrostu" i odczuwał złość na tych, którzy uczuciom przyznawali mniejszą rolę. Jednakże, utrzymuje Jeffrey Masson, to podkreślanie roli uczuć, owo "bombardowanie miłością" było tylko grą, manipulacją mającą na celu zmianę światopoglądu klienta i jego podporządkowanie terapii. Wskazuje na to fakt, że w życiu osobistym Perlsa nie było miejsca na uczucia: Perls był kimś zupełnie innym w życiu prywatnym. Napisał, że nie odczuwał żalu na wieść o tym, że jego siostra Else zginęła w obozie koncentracyjnym. Jego córka wspomina, że przez 6 lat z nim nie rozmawiała. Wspomina, że przeczytała jego dzieło *In and Out of the Garbage* dopiero po jego śmierci i po lekturze pomyślała, że gdyby nie umarł, to chyba go sama byłaby zabiła. Jego córka wspomina, że nie znał on też swojej wnuczki Allison. Pewnego razu, gdy dziewczynka bawiła się z koleżanką Pearls podszedł do tejże koleżanki i powiedział: *Hello Allison*. Nad drzwiami swojego domu umieścił napis: *Dzieciom wstęp wzbroniony (No children allowed)*. Bił również swoją żonę.⁶⁵ Dlaczego więc Perls, sam pozbawiony uczuć, tak mocno akcentował rolę uczuć w życiu człowieka, ignorując i deprecjonując przy tym rolę światopoglądu, wartości i świadomości? Chyba tylko dlatego, sądzi Masson, by człowieka podporządkować sobie poprzez uczuciowe uzależnienie i pozbawić go jego systemu orientacji w świecie (znana jest rola zbyt intensywnych uczuć w ograniczeniu odpowiedzialności i krytycyzmu człowieka). Lider w *Gestalt group-therapy technique* jest przewodnikiem i "superego" dla reszty grupy. W celu zdobycia tej pozycji lider nie cofa się przed niczym, nawet przed zadawaniem bólu, niszczeniem innych, skierowaniem grupy przeciw konkretnej osobie, atakiem, itd. Jest to ten typ władzy, jaką mają liderzy różnych kultów. Dlatego nie dziwi fakt, że *wiele kultów włączyło pewne aspekty psychoterapii do swoich rytuałów*.⁶⁶

Przykłady takiego postępowania terapeuty i takich wymagań względem jego roli występują w każdej szkole; chodzi nie o faktyczną pomoc, ale o wykorzystanie pacjenta. Można to wyrazić słowami, jakimi Dorothy Rowe streszcza sprawozdanie Ferenczego z jego rozmowy z Freudem: *Ferenczi zapisał w swoim dzienniku, że Freud powiedział iż pacjenci są tylko*

⁶⁵ Por. tamże, s. 253-256.

⁶⁶ Tamże, s. 257.

motłochem. Jedyną rzeczą, dla której pacjenci są dobrzy, to pomoc analitykowi uczynić teorię żywą i dostarczyć dla niej materiału. Jest jasne, że nie potrafimy im pomóc (podkr. B.G.). To jest terapeutyczny nihilizm. Pomimo tego wabimy pacjentów przez ukrywanie tych wątpliwości, przez pobudzanie ich nadziei na bycie uleczonymi.⁶⁷ Dlatego bardzo istotne wydaje się aby ludzie przeżywający w swoim życiu dramaty i szukający pomocy drugiego człowieka, przyjaciela, byli ostrożni. Jeżeli stajemy się ofiarami, szukamy kogoś, kto nas ocali. Jeżeli nasi rodzice nie potrafią pomóc, a Bóg jest gdzieś zaangażowany, oddajemy się w ręce terapeutów i ufamy, że oni będą mieli magiczną pigułkę albo magiczne słowo, które zlikwidują nasze cierpienie i nasz zamęt. Nawet jeżeli to uczynimy, wiemy, że ktoś kto ma, albo twierdzi że ma, władze ocalić nas, ma również władze zaszkodzić nam. Musimy być ostrożni i nie robić wszystkiego, co terapeuci nakazują nam robić.⁶⁸

Po lekturze tych rozważań może powstać pewna wątpliwość. Życie wskazuje, że wielu terapeutów rzeczywiście (a nie tylko pozornie) pomaga ludziom. Wielu ludzi rzeczywiście wiele zawdzięcza różnym psychoterapeutom. Jak ten fakt ma się do powyższych stwierdzeń? Masson zgadza się, że jest wielu terapeutów pomagających, ale uważa, że są oni takimi **nie dlatego**, że są terapeutami, ale **pomimo** tego faktu i wykształcenia oraz treningu psychoterapeutycznego: są po prostu, tak jak bardzo wielu nie-terapeutów, osobami zdolnymi do głęboko ludzkiego kontaktu z drugim człowiekiem, są przyjaciółmi. *Fakt, że wielu psychoterapeutów to uczciwi, ciepłi, współczujący ludzie, którzy czasami pomagają innym przychodzącym do nich, nie zabezpiecza samego zawodu przed krytyką, której dokonuję w tej książce. To tylko znaczy, że oni działają w ten sposób pomimo bycia psychoterapeutami, nie z powodu.⁶⁹*

Tak więc Masson uważa, że w każdej psychoterapii jej nieodłącznym elementem jest granie przez terapeutę roli "eksperta" i boskiego niemal "guru". Jest to element ideologizacji: dążenia do oderwania człowieka, wbrew jego wiedzy i woli, od jego hierarchii wartości. Jeżeli dzieje się inaczej to z powodu ludzkiej, osobowej (nie terapeutycznej) wrażliwości i uczciwości psychoterapeuty.

⁶⁷ D. Rowe, *Foreword*, s. 19.

⁶⁸ Tamże, s. 21.

⁶⁹ J. Masson, *Against Therapy*, s. 41.

Zakończenie

Celem artykułu było wskazanie na istnienie problemu ideologizacji w psychoterapii. Należy raz jeszcze podkreślić, że problem ten może wystąpić i być groźny dla rozwoju człowieka w przypadku zastosowania psychoterapii do życia i rozwoju ludzi nie będących chorymi psychicznie i, częściowo, osób cierpiących na nerwicę. W oparciu głównie o prace Jeffrey'a Massona *Against Therapy* przedstawiono różne formy, mechanizmy i elementy ideologizacji nierzadko obecnej w psychoterapii. Oczywiście istnieją jeszcze inne formy ideologizacji, w niniejszej pracy tylko sygnalizowane. Taką formą ideologizacji jest na przykład zastosowanie zasad psychoterapii do oddziaływań sekt oraz ścisły związek wielu szkół psychoterapii z ruchem New Age.⁷⁰

Przedstawiony, z konieczności wybiórczo i skrótowo, problem wymaga postawienia kilku zasadniczych pytań i podjęcia próby odpowiedzi na nie.

1. Przede wszystkim należy zapytać dlaczego ludzie poszukują psychoterapeutów i często tak łatwo oraz bezkrytycznie poddają się ich władzy. Masson, posuwając się nawet do zakwestionowania istnienia chorób umysłowych, twierdzi, że ludzie przychodzą do terapeutów z powodu realnego, egzystencjalnego, konkretnie doświadczanego zła. I tego zła, którego źródła tkwią najczęściej poza daną jednostką nie da się rozwiązać, zwalczyć oddziałując na psychikę jednostki.⁷¹ *Przeciwnie,*

⁷⁰ Z uwagi na wymóg pewnej metodologicznej zwartości artykułu zrezygnowano z szerszej prezentacji powiązań psychoterapii z ideologią New Age. Na ten temat zob.: B. Dobroczyński, *Proteuszowe oblicze Wodnika*, „Znak” 1991, nr 7, s. 71-91; D. Hunt, T. A. Mc Mahon, *Zwiedzione chrześcijaństwo*, Wrocław-Kraków 1994; M. Pacwa, *Katolicy wobec New Age*, Kraków 1994; film *Bogowie New Age*. Ta forma ideologizacji jest szczególnie mocno obecna w zastosowaniu psychoterapii (rozumianej w tym przypadku jako pomocne oddziaływanie psychologiczne) do różnych szkoleń dla biznesmenów, kursów osiągania sukcesów i manipulowania ludźmi; zob. J. Drane, *Co New Age ma do powiedzenia Kościołowi*, Kraków 1993, s. 147-175.

⁷¹ Wydaje się, że Masson popełnia tu zasadniczy błąd, który jednak nie podważa wartości jego krytyki. Rzeczywiście psychoterapia nie może rozwiązać problemu, na przykład niesprawiedliwego podziału dóbr, ochrony człowieka przed przestępstwem, itp. I chyba nikt tego od psychoterapii nie oczekuje. Zmieniać można natomiast postawę człowieka wobec doznawanego zła, cierpienia i perspektywy własnej śmierci. Ta możliwość wynika z faktu wolności i godności człowieka, z tego, że człowiek zewnątrznie względnie zdeterminowany, może być wewnątrznie wolny (zob. V. E. Franki, *Homo patiens*, Warszawa 1984; K. Popielski, *Noetyczny wymiar osobowości*, Lublin 1993). Psychoterapia ma ambicję postawić sobie za cel zmianę ludzkich postaw i chce go zrealizować. Czy

wierzę, że podczas gdy nie ma takiej medycznej jednostki jak choroba umysłowa, to są niepoliczalne rodzaje cierpienia i strasznego emocjonalnego bólu, który wielu ludzi, faktycznie większość, przechodzi w jakimś czasie albo w różnych okresach swojego życia. (...) Chcę powiedzieć jasno, że w tej książce nie krytykuję tych, którzy poszukują terapii. Ludzie idą do terapeutów z ważnych powodów. Cierpią są nieszczęśliwi, odczuwają jakiś brak w swoim życiu. Kiedy ludzie poszukują terapeuty jednym z powodów, dla których to robią jest uwolnienie siebie od ciężaru swoich własnych wspomnień. (...) Kiedy czytamy jakąkolwiek współczesną autobiografię widzimy, że tym co było najbardziej bolesne było życie w rzeczywistości, której inni nie widzieli albo mogli nie rozpoznać, albo nie zwracali na nią uwagi. Pytania zaczynają się naprawdę, gdy myślimy głęboko o zdolności jakiegokolwiek terapeuty do udzielenia odpowiedzi na ludzkie nieszczęście (podkr. B.G.).⁷² Na ile więc terapia jest skuteczna?

2. Ocena skuteczności psychoterapii jest złożona. Zależy między innymi od tego, co rozumie się przez skuteczność i jakie się stosuje kryteria jej oceny.⁷³ Wielu autorów zarzuca terapii nieskuteczność. Spośród nich

może to uczynić? Jeśli tak, to nie bez naruszenia wolności człowieka i nie bez jego ideologizacji. Odkrycie sensu cierpienia może dokonać się tylko w oparciu o wartości (zob. V. E. Franki, *Homo patiens...*; K. Popielski, *Noetyczny wymiar...*). Dlatego największa i niezastępowalna jest tu rola religii i wiary religijnej, a także etyki. Po prostu należy stwierdzić, że *treść wartości pochodzi ogólnie mówiąc od religii, filozofii i innych dyscyplin humanistycznych i tak powinno być* (R. May, *Psychologia i dylemat ludzki*, Warszawa 1989, s. 240). Psychoterapia nie może być źródłem wartości, bo brak jej adekwatnej, całościowej koncepcji człowieka. *Dzisiejsze zamieszanie co do celów psychoterapii możliwe jest właśnie z powodu braku takiej nauki* (ogólnej koncepcji człowieka - dopow. B. G.). Nikt nie ma naprawdę jasnego poglądu, czym jest to zwierzę, człowiek (podkr. ks. B. G.), którego my psychoterapeuci badamy i któremu chcemy pomóc, albo nawet na czym polega owa pomoc. *Istotnie, są oznaki, że współczesna psychoterapia znajduje się w obliczu szczególnego dylematu: w momencie, kiedy jej zastosowanie staje się coraz powszechniejsze, a jej możliwości praktyczne coraz większe, coraz bardziej uwidacznia się jej wewnętrzne teoretyczne nieuporządkowanie* (R. May, *Psychologia i dylemat...*, s. 206). Wobec tego, że psychoterapia sama z siebie nie jest koncepcją człowieka i nie jest źródłem wartości, nie może ukazać człowiekowi sensu cierpienia. Może stać się za to ideologizacją poprzez zakwestionowanie światopoglądu i systemu wartości klienta i/ albo wprowadzenie w to miejsce własnego (spoza psychoterapii) światopoglądu i systemu wartości terapeuty, najczęściej, na przykład w dziedzinie wiary religijnej, bardzo odmiennego od poglądu klienta.

⁷² J. Masson, *Against Therapy*, s. 40.

⁷³ *Psychoterapia*, s. 86-107.

jednym z najbardziej znanych jest Eysenck. W artykule *The effects of psychotherapy: an evaluation*⁷⁴ stwierdził on, że psychoterapia nie ma żadnej skuteczności. Swoje stanowisko podtrzymał, pomimo frontalnej krytyki jego artykułu. Podobnie Strupp stwierdza: *W przeciwieństwie do moich wcześniejszych poglądów, staję się coraz bardziej sceptyczny co do tego, że psychoterapia ma coś „specjalnego” do zaoferowania, w tym sensie, że jej techniki przewyższają albo przekraczają korzyści, które może pacjent (lub może powinniśmy powiedzieć uczeń?) odnieść z wysoko konstruktywnej ludzkiej relacji, że jest ona pomocna w niektórych przynajmniej psychozach i nerwicach.*^{75, 76}

Generalnie zarzuty odnośnie do skuteczności psychoterapii sprowadzają się do tego, że:

- pomaga ona w niewielkim stopniu;
- do "dnia dzisiejszego żadna szkoła nie dowiodła skuteczności postulowanych przez siebie działań";
- sukcesy psychoterapii należy tłumaczyć "niespecyficznymi" czynnikami występującymi w relacji pacjent terapeuta.⁷⁷

Tych zarzutów nie równoważy, jak się wydaje, obrona psychoterapeutów, że to sam klient ma ocenić czy terapia się udała (pomogła mu) czy nie.⁷⁸ Bo czyż wzbudzenie "wiary" w psychoterapię przy jednoczesnym (jak wskazał Masson - często występującym)

⁷⁴ H. Eysenck, *The effects of psychotherapy; an evaluation*, „Journal of Consulting Psychology” 1952, nr 16, s. 319-324.

⁷⁵ H. H. Strupp, *Psychotherapy: Clinical research and Theoretical Issues*, New York 1973, s. 481.

⁷⁶ Jeszcze bardziej krytyczne stanowisko zajmuje William Kirk Kilpatrick twierdząc, że ma wrażenie, że psychologia najpierw stwarza problemy, by następnie je rozwiązywać: *Mimo wyszkolenia całej armii psychiatrów, psychologów, psychometryków, doradców i pracowników opieki społecznej nie nastąpił żaden spadek poziomu chorób psychicznych, samobójstw, alkoholizmu, narkomanii, znęcania się nad dziećmi, rozwodów, morderstw i wszelkiego gwałtu. Wbrew temu, czego można by się spodziewać w społeczeństwie, tak drobniawo analizowanym i otoczonym taką opieką ekspertów zdrowia psychicznego, nastąpił wzrost we wszytskich tych kategoriach. Czasem zdaje się, że istnieje bezpośrednia zależność między rosnącą liczbą tych, którzy pomagają, a rosnącą liczbą tych, którzy pomocy potrzebują* (podkr. B.G.). (...) Jesteśmy zmuszeni poważnie wziąć pod uwagę możliwość, że psychologia i pokrewne jej dziedziny proponują rozwiązać problemy, do których stworzenia same się przyczyniły. (W. K. Kilpatrick, *Psychological Seduction*, Thomas Nelson 1983, s. 31; cyt. za: D. Hunt, T. A. McMahon, *Zwiedzione chrześcijaństwo*, s. 205).

⁷⁷ Zob. K. Ludewig, *Terapia systemowa*, Gdańsk 1995, s. 183.

⁷⁸ Zob. tamże, s. 186-191.

podważeniu i zakwestionowaniu dotychczasowego światopoglądu i hierarchii wartości⁷⁹ klienta nie jest ideologizacją? Co ma powiedzieć klient "rzucony" przez terapeutę w egzystencjalną pustkę, pozbawiony układu odniesienia, kiedy wydaje mu się, że tylko terapeuta może mu pomóc; z pewnością nie powie, że terapia mu nie pomogła.⁸⁰ Dlatego słusznie rozróżnia Masson między faktyczną pomocą a wiarą w to, że się uzyskało pomoc. Psychoterapia budzi u części ludzi wiarę w skuteczną pomoc, ale czy faktycznie im pomaga? *Jest to książka o podstawowych założeniach psychoterapii. Nie jest to próba kwestionowania skuteczności psychoterapii - to jest nie przeczę, że część ludzi „wierzy”, że terapia im pomogła (choć w wątpliwość czy „faktycznie” otrzymali oni pomoc przez terapię.*⁸¹

Wydaje się, że na skuteczność psychoterapii należy spojrzeć następująco:

- nie ulega wątpliwości; nie rozstrzygam tu czy pomaga ona "specyficznie", czy "niespecyficznie";
- wydaje się, że terapia stosowana względem ludzi bez nerwicy i psychozy nie pomaga; może natomiast stać się formą ideologizacji, jeżeli opiera się na wartościach sprzecznych z wartościami klienta;
- z powyższych względów psychoterapia powinna być stosowana w bardzo konkretnych celach, powinna być ściśle do nich ograniczona (np. epizod psychotyczny, nerwica, choroba alkoholowa) i jak najkrótsza;
- nie powinno się stosować psychoterapii do rozwiązywania problemów egzystencjalnych dotyczących najgłębszych warstw własnej osoby (np. poszukiwanie sensu życia, cierpienia, odpowiedzi na pytanie "kim jestem?"), chyba, że techniki terapeutyczne będą jasno i wyraźnie, bez

⁷⁹ Przykładem tego jest - moim zdaniem - postulatywne stwierdzenie Karen Horney: *Dla mnie (...) nakazy i zakazy wszelkich rodzajów i stopni rygorystu są procesami w pełni neurotycznymi, fałszerzami moralności i sumienia* (K. Horney, *Nerwica a rozwój człowieka*, Poznań 1993, s. 494). Można sobie wyobrazić w jakim kierunku szły działania Horney w przypadku klientów mających i ceniących jednak jakieś (choćby religijne) zakazy i nakazy. Z pewnością "zabiegi terapeutyczne" zmierzały ku odrzuceniu tych zakazów i nakazów. Można tu postawić pytanie: tylko w imię czego i dlaczego?

⁸⁰ Zresztą w tym postulatcie psychoterapeutów tkwi pewna sprzeczność. Z jednej strony uznaje się klienta za niesamodzielnego, fałszywie (przynajmniej w pewnym stopniu) spostrzegającego rzeczywistość; dlatego potrzebuje on psychoterapii. Z drugiej zaś strony - tego człowieka, którego widzenia świata nie bierze się zbyt poważnie, uznaje się za zdolnego do oceny wartości działań psychoterapeutycznych.

⁸¹ J. Masson, *Against Therapy*, s. 39.

niedomówień stosowane jako część systemu wartości (zgodnego ze światopoglądem klienta) i będą służyły "wprowadzaniu" tych wartości w życie.⁸² W innym przypadku, w tego typu najgłębszych problemach osobistych i egzystencjalnych psychoterapia jest narzędziem ideologizacji i "psychologizowania" (redukowania do poziomu wyłącznie psychologicznego różnych ich wymiarów) problemów.⁸³ Przy takim postawieniu sprawy może powstać pytanie o to, czy terapia jest potrzebna.

⁸² Wydaje się, że tak widział psychoterapię Frankl. Miał on odwagę bronić obiektywnego i nieredukowalnego do czegokolwiek (np. Boga do "obrazu Boga") charakteru pewnych wartości. Psychoterapię traktował jako drogę, sposób odkrycia tych wartości przez człowieka i odniesienia do nich swojego życia. Czynił to Frankl i cała logoterapia przy uświadamianiu klientowi podstaw tego oddziaływania (zob. V. E. Frankl, *Homo patiens*, Warszawa 1984; tenże, *Nie-uświadomiony Bóg*, Warszawa 1978). Dlatego nie jest to ideologizacja. Należy w tym kontekście zwrócić uwagę na fakt, że Masson poddający totalnej krytyce psychoterapię ani razu nie odwołał się do logoterapii, nie poddał jej krytyce.

⁸³ Przykład tego znalazłem ostatnio w miejscu, w którym nie spodziewałbym się tego typu "niespodzianek". W audycji "Radia Maryja" (z dn. 13. 06. 1995, godz. 10.30-11.00) pod nazwą "Porady psychologa i pedagoga", jeden z psychoterapeutów (niestety, nie zapamiętałem i nie zanotowałem imienia i nazwiska) odpowiadał na telefony słuchaczy. Jedna z kobiet (terapeutka rodzinna) dzwoniła pytając o radę w sprawie pomocy małżeństwu jej przyjaciół. Małżeństwo lekarzy znalazło się w izolacji na skutek romansu męża z inną kobietą. Mąż deklaruje, że chciałby wrócić do żony, ale jednocześnie nie chce zerwać znajomości (czy nawet czegoś więcej) z tą kobietą. Żona na takie warunki nie chce się zgodzić. Radiosłuchaczka pytała, jak ewentualnie pomóc temu małżeństwu. Zdziwiająco i można powiedzieć "toksyczne" były "rady" terapeuty. Przede wszystkim stwierdził on, że w przypadku zdrady nie należy mówić o winie kogokolwiek (sic!), ale wyłącznie o przyczynach (swoisty determinizm psychologiczny; czyżby istniały okoliczności absolutnie determinujące do zdrady?). Poza tym, stwierdził, problem tkwi w żonie (sic!), gdyż do zdrady męża przywiązuje zbyt dużą wagę (sic!). Dlaczego? Ponieważ patrzy na ten fakt z punktu widzenia kobiety (jako kobieta). Kobieta zaś, aby zdradzić musi więcej w sobie przełamać oporów, itd. Mężczyzna nie postrzega tego aż tak dramatycznie i ma mniejsze opory przed zdradą; dla niego jest to mniejszy problem. Dlatego, zdaniem tegoż "eksperta", żona powinna spojrzeć na ten problem z jego punktu widzenia i odkryć, że on ją nadal kocha i naprawdę aż tak bardzo jej nie skrzywdził (ponieważ z jego punktu widzenia jest to "mniejszy" problem, niż z jej pozycji). Przykład ten jest dowodem faktycznie występującego niebezpieczeństwa ideologizacji i psychoogizmu. Jakim bowiem prawem psychoterapeuta stwierdził, że zdrada nie jest winą? Na jakiej podstawie stwierdził, że zdrada to "mniejszy" problem dla mężczyzny niż dla kobiety (czy inny znaczy mniejszy)? Co go upoważnia do głoszenia swego determinizmu psychologicznego?

3. Na powyższe pytanie część odpowiedzi już została udzielona. Wszystko zależy od wielu okoliczności. Generalnie należy stwierdzić, że człowiekowi nie mającemu większych problemów psychicznych, radzącemu sobie z trudnościami dnia codziennego psychoterapia nie jest potrzebna. Co więcej - takiemu człowiekowi terapia może zaszkodzić, na przykład zakwestionowaniem jego wartości, bez jego zgody i wiedzy. Zanim człowiek uda się do psychoterapeuty powinien postawić sobie wiele pytań. *Idziemy do terapeutów oczekując od nich posiadania oczywistych kwalifikacji: współczucia, rozumienia, życzliwości, ciepła, zmysłu sprawiedliwości, zintegrowania. Ale dlaczego powinniśmy wierzyć, że ktokolwiek posiada te kwalifikacje? Czy są one przede wszystkim czymś, co jest wyuczane? Freud uważał, że są. Za jego myśleniem poszła większość psychoterapeutów. Ale jak te cechy są przyswajane? Czy są one zdobywane w klasie, w „programie treningowym”? Czy nawet najmniej zachwalane jakości mogą być wyuczone? Czy możemy przyswoić sobie zdolność słuchania? I nawet jeżeli przyjmiemy, że te kwalifikacje mogą być wyuczone (i kto może osądzić, że są?) jak mógłby potencjalny klient rozpoznać, że terapeuta rzeczywiście je posiadał? Czy kilka sesji wystarcza?*⁸⁴

Niemożliwość rozwiązania tego typu wątpliwości, niemożliwość odnalezienia odpowiedzi na tego typu pytania przemawia przeciwko stosowaniu terapii w powyższych sytuacjach. Ponadto - poza tym, że nie może ona pomóc, może jeszcze zaszkodzić. Dlaczego? Dlatego, zdaniem Masona, że:

- a) każda terapia wykazuje brak zainteresowania światem (społeczną niesprawiedliwością, polityką, przemocą);
- b) terapeuta widzi problemy ludzi przez pryzmat tego, co już wie;
- c) psychoterapia opiera się na kilku mitach:
 - od strony terapeuty funkcjonuje mit typu: "przyszedł do mnie próbując już wszystkiego" lub "próbuję tej terapii jako ostatniej deski ratunku";
 - od strony klienta mit skuteczności terapii ("pomogła mi niesamowicie", "umarłbym bez jego jej pomocy"); jest to mit będący skutkiem indoktrynacji, sugestii, nacisku ze strony terapeuty;
 - mit według którego nadużycia w psychoterapii są wyjątkami; tymczasem jest wprost przeciwnie;
 - mit stwierdzający, że każda terapia pomaga;
 - mit o równorzędności psychoterapeuty i klienta; tymczasem psychoterapia opiera się na nierówności i niekwestionowanym autorytecie terapeuty;
 - mit o fachowości terapeuty; klient ma wewnętrzne przekonanie

⁸⁴ J. Masson, *Against Therapy*, s. 39-40.

typu "ależ on jest dobrze wytrenowany" chociaż nie wie na czym owo "dobre wytrenowanie" polega.⁸⁵

Dlatego psychoterapia stosowana w tego typu sytuacjach łatwo może stać się formą ideologizacji, dążenia do przewartościowania, zmiany światopoglądu klienta i to w kierunku ideologii, iluzji "szczęśliwego" (czytaj: bezproblemowego) świata.⁸⁶

4. Należy jeszcze, chociażby krótko odpowiedzieć na pytanie o to, jak korzystać z psychoterapii, aby nie stała się źródłem ideologizacji. Oczywiście będzie tu chodziło o interwencje terapeutyczne⁸⁷, nie zaś jakieś długie terapie. Wydaje się, że w odpowiedzi na powyższe pytanie warto uwzględnić zalecenia Rosenhana i Seligmana. Twierdzą oni, że korzystając z psychoterapii należy:

a) unikać pracy z terapeutą budzącym awersję⁸⁸;

⁸⁵ Tamże, s. 285-293).

⁸⁶ Zdaniem wielu autorów tego typu ideologizację podjętą na wielką, społeczną skalę jest na przykład psychoanaliza. Wolniewicz tak ocenia oddziaływanie psychoanalizy: *Spójrzmy jeszcze na społeczne skutki freudyzmu. W naszej kulturze jest on siłą niezwykle destrukcyjną i jednym z przejawów jej tendencji rozkładowych. Najbardziej widoczne jest to w całym naszym systemie wychowawczym. System ten jest przez freudyzm po prostu rujnowany. To z freudyzmu właśnie wywodzi się idea szkoły, która nie opierałaby się na autorytecie i dyscyplinie intelektualnej, lecz na „stosunkach partnerskich i swobodnej ekspresji”. Sądzę, że za całą tą koncepcją wychowania - jak zresztą i za całym freudyzmem - kryje się z gruntu fałszywy ideał życia. Ideał ten, przez freudyzm stale podsycany, opiera się bowiem na przeświadczeniu, że wszystko, co w życiu człowieka jest cierpieniem i walką, płynie z nieprzystosowania i że zaradzić temu można drogą psychoterapii* (sic! - podkr. B.G.). *Freudyzm był poza tym szkołą złego smaku. To dzięki psychoanalizie ludziom często się zdaje, że są spontaniczni i naturalni, gdy w rzeczywistości są tylko ordynarni* (Materiały z sesji: *Psychoanaliza. Psychologia analityczna*, Warszawa 1985, s. 102-103; cyt. za: Z. Rosińska, *Freud*, Warszawa 1993, s. 9).

⁸⁷ W tego typu interwencjach chodzi o pomoc w sytuacjach zaistnienia jakichś niepokojących, krótkotrwałych zjawisk; w terapii będzie tu chodziło o zmianę zachowań, a nie zmianę osobowości czy systemu wartości. Zwróćmy uwagę, że tego typu interwencji nie krytykuje, jak się zdaje, Masson. Nie zakwestionował on wartości terapii behawioralnej, najczęściej stosowanej w tego typu sytuacjach.

⁸⁸ D. L. Rosenhan, M. E. P. Seligman, *Psychoterapia*, s. 278. Niebezpieczeństwo tego typu kontaktu autorzy ilustrują następującym przykładem: *Pewien terapeuta przez dwa lata sztychł z biernej postawy swej klientki: ilekroć ta powiedziała coś miłego, terapeuta udawał, że zbiera mu się na wymioty. Był przekonany, że klientka powinna wiedzieć, jak ją inni odbierają i dlatego udawał mdłości. Zachowanie terapeuty miało katastrofalny wpływ na kobietę. Zawstydzalo ją*

- b) wystrzegać się wykorzystywania seksualnego;
- c) wystrzegać się podejrzenia wysokich honorariów;
- d) poznać leki jakie się zażywa;
- e) pytać bez oporów i wymagać zgody na konsultację pewnych spraw z osobą trzecią;
- f) określić dokładnie cele terapii.⁸⁹

Wydaje się, że do tych postulatów należy koniecznie dodać radę, by klient jasno i wyraźnie pytał o światopogląd psychoterapeuty⁹⁰. Poza tym powinien wyrazić pragnienie, aby terapia była jak najkrótsza. *Wszystkie podane tu wyniki przemawiają za tym, że terapia powinna być jak najkrótsza. Moim zdaniem stanowi to najlepszą gwarancję poszanowania autonomii pacjenta* (podkr. B.G.): *terapeuta spełnia wówczas zamówienie stosując minimalną liczbę dodatkowych rozwiązań. Ta koncepcja pozwala również wykorzystać wszystkie zalety pierwszego spotkania terapeutycznego.*⁹¹ Generalnie jednak należy unikać stosowania czy poddawania się psychoterapii w sytuacji normalnego życia, życia bez głębszych problemów, życia w rodzinie i kręgu przyjaciół. Należałoby także zdecydowanie unikać psychoterapii, "treningów uwrażliwiających", "kursów integracyjnych", itp. podejmowanych "prewencyjnie"; z tego typu prewencji rodzi się nieraz więcej zła (zwłaszcza tego związanego z ideologizacją) niż pożytku i to najczęściej wbrew woli organizatorów.

5. Na zakończenie może warto poszukać odpowiedzi na pytanie o to, co zaproponować człowiekowi w miejsce psychoterapii. To samo pytanie postawił sobie Masson: *Część słuchaczy moich idei zgodziła się, że być*

w takim samym stopniu, w jakim oneśmielało ją zachowanie innych, toteż, chcąc zapobiec kolejnej katastrofie, starała się być jeszcze bardziej miła dla terapeuty. Przerwała leczenie dopiero za namową przyjaciół. Nie należy oczekiwać, że terapeuta będzie stale miły i opiekuńczy, powinien jednak okazywać klientowi szacunek i troskę.

⁸⁹ Tamże, s. 278 – 280.

⁹⁰ Jest to ważne tym bardziej, że wielu terapeutów starannie ukrywa tego typu informacje. Uważają oni, że ich światopogląd nie ma żadnego związku z procesem terapeutycznym. Jest to, jak widzieliśmy, pogląd fałszywy, tym bardziej, gdy tego typu oddziaływania stosuje się względem ludzi młodych, zagubionych, itp. Wtedy siłą rzeczy psychoterapeuta odwołuje się do swojego widzenia świata nie uświadamiając tego klientowi. Dlatego jasne i wyraźne postawienie tego typu pytania i oczekiwanie wyraźnej odpowiedzi jest jak najbardziej uzasadnione. W takim przypadku terapeuta powinien udzielić odpowiedzi. I powinien odpowiedzieć od razu, a nie czekać, jak chce Santorski, na "odpowiedni" moment. Jakim prawem terapeuta ocenia, że nadszedł "właściwy" czas? (Zob. *Terapia a duszpasterstwo*, s. 36).

⁹¹ K. Ludewig, *Terapia systemowa*, s. 189.

może mam rację, ale wobec tego postawiła mi pytanie. Twierdząc, że psychoterapia jest błędna, czym mogłem ją zastąpić, co mogło być lepsze.⁹² Autor ów proponuje "grupy samopomocy" (takie na przykład, jak istniejące już grupy AA czy grupy kobiet będących ofiarami przemocy seksualnej), oparte na demokratycznej strukturze, bez "nieomylnych" autorytetów, w których wszyscy doświadczyli problemu, który dyskutują i od którego chcą się uwolnić. *Tym czego potrzebujemy jest wielu miłych przyjaciół i kilku profesjonalistów.*⁹³ Najgłębszą ludzką potrzebą jest chyba potrzeba przyjaciela, kogoś z kim można dzielić się swoim światem, od kogo można oczekiwać pomocy, kogoś kto zna całą prawdę o nas (na tyle, na ile drugi człowiek może ją poznać) i mimo to jest przyjacielem. Człowiek zazwyczaj radzi sobie sam. Czasem jednak chce być wysłuchany. Dlatego obok grup samopomocy ważne są telefony zaufania i to telefony "problemowe" (dotyczące konkretnych problemów), dyżury duszpasterzy i innych ludzi mogących pomóc, dyżury dobrze "rozreklamowane" w miejscach, gdzie ludzie zazwyczaj szukają pomocy (m.in. kościoły parafialne). Wydaje się, że warto też pomyśleć np. o **Katolickich Poradniach Psychologicznych**. Ludzie często rzeczywiście potrzebują pomocy psychologicznej lub psychiatrycznej (może nawet psychoterapii), przeżywając bardzo głębokie dramaty, a jednocześnie boją się tego, że udając się na terapię tracą np. wiarę (są to obawy, jak widzieliśmy, jak najbardziej uzasadnione). Natomiast przymiotnik "katolicki" informowałby ich, że tu mogą szukać pomocy ze zdecydowaniem większym zaufaniem, na gruncie tych samych, swoich własnych wartości. Wówczas nawet nie-katolik wiedziałby, że tam może otrzymać pomoc, ale w oparciu o światopogląd katolicki. Zupełnie jasna sytuacja chroni przed pokusą ideologizacji. Wielu, którzy chcieliby odnaleźć utraconą wiarę, wiedziałoby, że również pod względem psychologicznym otrzymają pomoc, a jednocześnie nie musieliby się obawiać "spsychologizowania" problemów moralnych czy ściśle religijnych. Możliwości uniknięcia ideologizacji oraz ograniczenia stosowania psychoterapii do rozsądnych i tylko koniecznych wymiarów, jest bardzo wiele. Zawsze chodzi o to, aby nie być panem innych, ale ich sługą, aby nie wykorzystywać ludzi, ale im służyć. To pomaga ludziom a pomagającego chroni przed pokusą ideologizacji, próbą zawładnięcia drugim człowiekiem, chroni przed pokusą "posiadania" drugiego człowieka. *Psychologiczne zmartwienia przychodzą z powodów, które czynią je nieuleczalnymi przez terapię, ale które nie są poza ludzkimi możliwościami oddziaływania na nie. Cierpimy ponieważ niszczyliśmy się*

⁹² J. Masson, *Against Therapy*, s. 29.

⁹³ Tamże, s. 30.

wzajemnie i będziemy cierpieli tak długo, jak długo będziemy kontynuowali to niszczenie. Sposobem na ulżenie i złagodzenie problemów jest dla nas troska o (to take care of) świat i innych ludzi w nim, nie leczenie (treat) ich... Większość zła w naszym społeczeństwie, i oczywiście dużo większa część tak zwanych "patologicznych" problemów emocjonalnych doświadczanych przez jego członków, jest mniej lub bardziej bezpośrednio związana z nierównym podziałem form (zwykle ekonomicznych) władzy, które są nadużywane i korumpujące. Zamiast nadużywania władzy potrzebujemy używania jakiegokolwiek władzy dla wzrostu władzy innych, dla troski raczej niż leczenia, wyjaśnienia raczej niż fałszowania, miłości raczej niż eksploatacji, i – ogólnie - dla myślenia poważnie o tym jakie są obowiązki w przeciwieństwie do korzyści władzy. Obowiązkiem władzy jest „zniszczenie” siebie.⁹⁴

⁹⁴ D. Smail, *Taking Care: An Alternative to Therapy*, London 1987; cyt. za: D. Rowe, *Foreword*, s. 22-23.