

Spoločenské zlo a dobro psychoterapie

Pavel Černák

Hlavná téma konferencie „Straty a nálezy v psychoterapii“ už dlhšiu dobu rezonovala aj v mojom intrapsychickom inventári, nastavenom nielen na monitorovanie prirodzených evolučných zmien, ale aj na vekom podmienené bilancovanie či porovnávanie. Naozaj, nielen sociológovia, ktorí by mali razantnejšie pomenovávať spoločenské zmeny za uplynulých 25 rokov, ale aj my, psychoterapeuti, konfrontovaní denne s obrazom pacienta a jeho meniaceho sa životného štýlu a hodnotového systému, môžeme vnímať tieto zmeny prostredníctvom ich vplyvu na psychoterapeutický proces, kvalitu vzťahu či obsah protiprenosových fenoménov.

Zlo a dobro patria k základným pojmom etiky, pričom tvoria základnú hodnotovú štruktúru morálky. V kontexte zamerania prednášky ich pre zjednodušenie považujeme za morálne kategórie. Stretávame sa s nimi denne, bez ohľadu na to, v akej role sa práve nachádzame či v akej pôsobíme. Je pravdepodobné, že nebudeme problematcky vnímať existenciu týchto kategórií v našom bežnom, občianskom živote. Zložitejšie to môže byť pri psychoterapeutickej práci. Nemôžeme ignorovať skutočnosť, že v kontakte s klientmi/pacientmi v nás rezonujú aj tieto témy. Je ale vôbec vhodné o nich hovoriť, je patričné integrovať ich do psychoterapeutického slovníka, diskutovať o nich, či nebudaj ich povyšovať na kvázi vedeckú úroveň bez toho, aby sme sa vyhli moralizovaniu či tristným reminiscenciám alebo subjektivistickému spomienkovému optimizmu? Dá sa uvažovať o týchto kategóriách objektívne, keď vieme, že sú ťažko skúmateľné a verifikovateľné a silno podliehajú individuálnym hodnoteniam, ktoré súvisia s prežitými životnými udalosťami vo víre spoločenských otrasov a dokonca nemusia byť kauzálne prepojené s typom osobnosti, jej štruktúrou a dynamikou?

Vnímanie spoločenského zla je trochu dubiózny fenomén. Existuje vôbec také niečo z hľadiska evidencie jeho prevažujúceho výskytu v populácii, alebo to je akási pasca, do ktorej sa dostáva psychoterapeut, neschopný akceptovať prirodzený evolučný vývoj spoločnosti v dôsledku nejakých zmien, nazvime ich eufemisticky transformačnými? A je vôbec korektné hovoriť jednostranne o spoločenskom zle, keď máme k dispozícii tvrdenia či dôkazy o spoločenskom dobre? Nie je to simplifikované extrahovanie problému so spoliehaním sa na efekt hyperboly (o čom sa hovorí, čo nás trápi, to existuje, to je problém – vid' hodnotenie počtu dokonaných samovrážd a samovražedných pokusov v minulom a tomto režime), aby sa autor cítil bezpečnejšie?

Vidíme, že otázky môžeme klásť ďalej a nič to neprinesie. Skúsme sa teda ponoriť do prvých dvoch slov názvu prednášky a nechajme prehovoriť asociácie bez cenzurovania tak, ako sa približujú vedomej časti Ja zo subjektívneho individuálneho sveta.

Spoločenské zlo... expresívny výraz poukazujúci na niečo, čo je zaťažené negatívnymi konotáciami, čo je evidentné (či tušené), čo je nenávidené i pasívne tolerované, o čom sa všeobecne vie a o čom sa zároveň mlčí. Stretávame sa s tým denne, odráža sa to na „blbej nálade“ v spoločnosti. Ale pozor – vieme, že často sa za ňou skrývajú ľudia so svojimi osobnými problémami, neúspechmi, nenaplnenými potrebami a ambíciami. Spoločenské zlo vnímané v psychoterapeutických súvislostiach môže byť to, čo terapeut zachytáva a identifikuje na základe intrapsychického konfliktu, v ktorom sa, stručne povedané, odohráva boj starého s novým, boj jeho vlastného ustáleného hodnotového systému so systémom, ktorý prináša do terapie pacient (klient), boj, ktorý si terapeut môže všimnúť prostredníctvom protiprenosového znepokojenia a s ním súvisiaceho emočného vzdialenia sa, až pristihnúť sa, či tohto konkrétneho pacienta je schopný mať rád.

Masívne spoločenské zmeny priniesli celý rad nových fenoménov, ktoré majú spoločného menovateľa: posun. Ten sám osebe neznamená nič negatívne, je prirodzenou súčasťou vývoja osobnosti a celej spoločnosti. Posun je zároveň dôležitou súčasťou evolúcie, je to *conditio sine qua non*, bez čoho vývoj nenapreduje. „Náš posun“ má však iný rozmer. Je zaťažený narušeniami, ktoré mu dávajú emočne negatívny akcent a vyvolávajú pocit individuálnej aj celospoločenskej diskontinuity. Je prirodzené, že oslobodenie spod diktatúry dalo slobode krídla a bolo si ju treba užiť, vychutnať. Čoskoro sa však vynoril problém - niektorí majú voľný vstup ku bezbrehej slobode, pre druhých sa stala iba fiktívnou možnosťou bez reálnej vstupenky. Antipódy slobody, povinnosť a zodpovednosť, sú pre tých prvých neznáme slová, pre iných nevyhnutnosť na prežitie. So slobodou úzko súvisí nezávislosť. Demokratické princípy dávajú každému jedincovi právo mať ju, imanentne ju vlastniť, ale už sa ani neočakáva, že v rozumnej miere. Všetky tieto úslachtilé výdobytky modernej doby sa v očiach bežných ľudí pokrivilí, pretože tí, ktorí hlasno kričia a majú vstup do médií, ich devalvujú svojimi názormi, postojmi a hlavne spôsobom života. Výsledok je ten, že normálne je nezaujímavé a abnormálne sa stáva normálnym. Alarmujúce je aj to, že občianska spoločnosť, ktorá by mala postaviť múr tomuto vývoju, mlčí a postupom času je čoraz viac infiltrovaná týmto procesom, v ktorom aj prostredníctvom psychoterapeutickej

praxe evidujeme posun hodnôt, posun od normálneho k abnormálnemu.

Hranice: je prirodzené, že súčasný človek ich má zvnútornené v inej hodnotovej schéme ako človek dávnej či nedávnej minulosti. Je však prirodzené, presnejšie, je to dobré, že vidíme ten obrovský nárast hraničných porúch osobnosti, pacientov, ktorí majú extrémne posunuté hranice?

Tento jav hovorí sám za seba: rodičia mladých ľudí vyrastali v prostredí, v ktorom už boli sami konfrontovaní s relativizovaním hodnôt. Nazvime ich tak trochu staromilsky: tradičných hodnôt. Pravda, česťnosť, otvorenosť, obetavosť, skromnosť, poctivosť, statočnosť, múdrosť, hĺbavosť, pokora... atď. Ich posun je impozantný, žiaľ v negatívnom význame. Napr. lož je už viac ako dve dekády pracovnou metódou predstaviteľov štátu, ergo hranice medzi ňou a pravdou sa čoraz viac stierajú. Ľudia rezignujú na pravdu, lebo boj o jej zachovanie je vyčerpávajúci a môžu pritom dokonca stratiť slobodu a istotu. Česťnosť je stále oceňovaná vlastnosť, ale iba do chvíle, keď jej vlastník nezistí, že mafián má tie správne dvere otvorené vždy a viac dokorán. Autority majú v dnešnom vydaní zvláštnu pachuť – v skutočnosti sú to len „nacelebrované“ figúry. Tých pár skutočných autorít, ktoré Slovensku ešte zostalo, sú totiž pre médiá nezaujímavé. Povrchnosť, plytkosť, neprimerané sebavedomie a nekritickosť sa stali spolu s krásou tela kritériami úspechu a rastu.

Podme však ďalej. O nič menej zaujímavý posun evidujeme v rolách. Muži s tradičnými hodnotami mužskosti rednú, a posúvajú sa svojimi osobnostnými hodnotami k ženskému pohlaviu, ženy presne naopak. V terapii sa obe pohlavia sťažujú na to druhé, keď si nevedia nájsť normálneho partnera, pričom len ťažko nahliadajú, že ani oni už nevládnu tým tradičným klasickým gender materiálom. Narcistická fascinácia sebou samým, t.j. pýcha na idealizovaný obraz moderného človeka, ktorý priam od dojčenského veku bezpečne ovláda svet núl a jednotiek a má zabezpečený celoživotný prístup ku všetkému, čo na svete existuje, stiera hranice vo všetkých sférach, už aj v prirodzenej hanblivosti. Neexistuje žiadne tabu, sex je fyzická aktivita, ktorú treba sprístupniť internetom celému svetu, pedofília je podľa novej klasifikácie už iba orientácia a dieťa by pomaly malo mať právo slobodne sa rozhodnúť mať či nemať sex s pedofilom... Tak ako ešte nedávno smrť nebola tabu a sex áno, dnes je to naopak. Narcistický moderný jedinec vytesňuje konečnosť bytia a keď ho choroba začne obmedzovať vo svojich aktivitách, diví sa, že moderná medicína mu nedokáže vymeniť nefungujúcu súčiastku v tele tak jednoducho, ako sa vymení v autoservise. Sénium je často tristné a keď človeka ovanie blížiaci sa smrť, treba ho rýchlo umiestniť do sociálnych služieb, aby nezavadzal mladým a nekomplikoval im kariérnu cestu.

Náš pacient je - rovnako ako my - súčasťou veľkej Európy. Slobodnej, prístupnej, otvárajúcej možnosti, ale aj krízovej: nachádza sa na rovnakej križovatke života ako mnohí naši klienti: je silno neurotická, vnútorne konfliktná, a nevie ako a kam ďalej. Chce sa posúvať, ale nemá smerovanie. Je sociálno-demokratická, sľubuje ľuďom raj na zemi, a nemá na to, lebo je byrokratická a stráca konkurencieschopnosť. Ale aj tak je to v jej dejinách zázrak. Svojmu pacientovi vieme transparentniť vnútorný existenciálny zmysel krízy

a sprevádzať ho na ceste hľadania zmyslu svojho bytia. Európu však nedokážeme terapeutizovať, nech sme akokoľvek skvelí. Nemá jej kto našepkať, že zabezpečenie materiálneho, sociálneho a duchovného blaha pre jej občanov nie je vízia, iba krátkodobý cieľ... Vízie, idey mali jej národy, keď kládli za ich dosiahnutie životy. Zdá sa, že človek novej Európy nie je schopný postulovať niečo podobné, akoby globalizáciou (vykoreňovanie), oslabovaním významu rodiny (legalizácia homosexuálnych manželstiev vrátane výchovy detí) a sekularizáciou (oslabenie vplyvu cirkvi, najmä katolíckej, ktorá v Európe uprednostnila rezignáciu pred sebareflexiou a návratom k pôvodným hodnotám evanjelia) stratil motiváciu. A ak tieto výhrady niekto formuluje, nepočúva ich.

Avšak najväčšie spoločenské zlo nie je zlo samo osebe, ale schopnosť, či neschopnosť nášho ega vyrovnávať sa s ním pomocou obranných mechanizmov. Človek sa môže ľahko dostať do otvoreného konfliktu so zlom. Stačí, napr. keď neustúpi zo svojich hodnôt, keď nezaprie sám seba, alebo keď sa nemôže dovolať svojich práv. Rezignovať, prehltnúť, vytesniť, potlačiť, či sublimovať, intelektualizovať, štiepiť alebo projikovať, identifikovať, či poprieť alebo ísť proti sebe, či naopak, altruisticky ísť k ľuďom či nebudaj sa smiať do popuku... Každý si vyberie, čo mu nevedomie ponúkne, ale predsa... psychoterapia má viesť pacienta nielen k zmierneniu subjektívnych ťažkostí, úzkosti, depresívnych stavov, psychosomatických ťažkostí a pod., ale má ho viesť aj k osobnostnému rastu a harmonickejšiemu kontaktu so sebou samým a s okolím. Má viesť k väčšej vnútornej spokojnosti a k pocitu vnútornej slobody, ktorá mu uvoľňuje potenciál k lepšiemu využitiu tvorivých síl na uspokojenie svojich potrieb tak, aby neobmedzoval potreby druhých... Je to skrátka cesta plná dobrých slov, priam básnických epitetónov.

Ale čo terapeut? Ako má viesť svojho pacienta, keď ho vníma ako produkt, súčasť onoho zla, keď vidí, že sa ani len nezamýšľa nad svojím hodnotovým systémom, ale je mu priam oddaný a žije s ním a ním zdanlivo bezkonfliktne? Že napr. legálne a zároveň podvodne extrémne materiálne zbohatol a zostal pritom rovnako ordinárny, nekultivovaný i nekultúrny, prvoplánový, impulzívny, narcistický či hraničný a súčasne až tragikomický v snahe imitovať tiež bohatých ale kultúrnejších či spoločensky úspešnejších ľudí? Alebo mu v kresle oproti sedí mladá dáma, pre ktorú je láska a rodina to posledné, čo sa jej vybaví pri otázke, ako a čím žije a ako by chcela žiť? Príkladov môže byť viac. Podstatné je, čo má a môže terapeut urobiť so svojimi pocitmi, ktoré sa mu vynárajú v kontakte s takýmito klientmi.

Tak ako klient prichádzajúci na terapiu sa dostal vo svojom živote prispelením „spoločenského zla“ do slepej uličky a ostal uviaznutý na križovatke svojho života, čo mu signalizujú klinické symptómy (len o tejto súvislosti ešte nevie), tak aj terapeut sa vďaka práci s týmto klientom dostáva do podobnej situácie. Je to pre neho príležitosť na inventúru. Nie je nič jednoduchšie, ako vnútorným hlasom moralizovať, odsudzovať, odpisovať klienta a užitím si dobrého pocitu „chvalabohu som iný, vážim si svojich rodičov za to, čo mi do života dali“ - a pritom klientom v duchu pohŕdať... Pravda, protiprenos zostal nedotknutý, terapii chýba plný kontakt, plná otvorenosť, v dyáde je formalizmus, technika, chlad. Obaja (terapeut možno viac), sú radi, keď terapia

skončí. Poctivejší, či vzdelanejší alebo jednoducho akurátne neurotickejší terapeut sa pozastaví, supervízne preberie prípad a fenomény spoločenského zla, ktoré vidí na pacientovi, si analyzuje z protiprenosového hľadiska. Čím ho klient dráždi, či je to napríklad naozaj iba jeho bohatstvo, alebo je to aj jeho materiálny nedostatok, pre ktorý zažil v detstve prehliadanie a ponižovanie.

Psychoterapia má prinášať pacientovi dobro, alebo povedané známou terminológiou - lepšiu kvalitu života. Kde sú však hranice tohto úsilia, keď vidíme, že náš pacient zostáva uviaznutý vo svojich hodnotových schémach, ktoré sú kontaminované spomínanými posunmi? Máme právo do nich zasahovať, keď nás všetky školy upozorňujú na rešpektovanie pacienta takého, aký je a nepodsúvať mu seba, svoje hodnoty, svoju životnú filozofiu? Dostávame sa k veľmi delikátnej hranici: mnohí terapeuti majú potrebu meniť svet, samozrejme k lepšiemu, a neuvedomujú si pritom, že tak trochu na svoj obraz. Majú na to pred sebou samým akési legitímne právo, lebo odolávajú spoločenskej hre, v ktorej sa lož vyhlasuje za pravdu a patológia sa pomaly ale isto mení na normu a dokážu odmietat' mamon ako zmysel živo-

ta a povrchnosť vo všetkých sférach života, niekedy za cenu budovania si svojho ostrovčeka pozitívnej deviácie. Vedome či nevedome teda svojim klientom implantujú to svoje a kalkulujú s tým, že čím viac „vylepšených“ ľudí vypustia zo svojich ambulancií, tým bude svet lepší. Je to takto správne, či nie...? Ťažko nájdeme univerzálnu odpoveď. Psychoterapia ale vládne jednou celkom výnimočnou schopnosťou: oslovuje v človeku archetypálne či infantilné túžby byť milovaný, prijímaný, žiť v harmónii. Na týchto bazálnych potrebách sa formuje osobnosť človeka a jeho životná filozofia. A má to prítomné stále, aj v čase, keď je jeho život determinovaný posunutými hranicami, ktoré ho priviedli do terapie. Niekedy je až fascinujúce pozorovať, ako to tzv. zlo v priebehu terapie začne stáť na vratkých nohách a klient zväžnie: stojí na križovatke a rozsvetuje sa mu v diaľke svetlo... má možnosť voľby a to je úspech, ozajstné dobro terapie.

Literatúra u autora.

Do redakcie došlo 10.1.2014.