

Leon LOJK*

Samostojen poklic psihoterapevta – velika ideja Evropske zveze za psihoterapijo

Ključne besede: realitetna terapija, naravna teleologija, scientizem

Povzetek: Psihoterapijo od njenih začetkov spremljajo težave, kako jo opredeliti, kako jo razmejiti z drugimi oblikami pomoči, kako jo znanstveno utemeljiti, katerim strokam jo zaupati, na osnovi katerih razumevanj človeškega bitja jo razvijati itd. Na ta vprašanja in na vprašanje, kakšno naj bo srečanje, v katerem eno človeško bitje pomaga drugemu, nam različni psihoterapevtski pristopi – sicer notranje konsistentni – nudijo različne, lahko tudi protislovne odgovore. Ti odgovori, zasičeni z različnimi, ontološkimi, epistemološkimi in eshatološkimi prepričanji, povzročajo nestrpnost med njihovimi zagovorniki in s tem zavirajo razvoj tako potrebne raznovrstnosti na ravni praktične pomoči. — Da bi presegli te ovire, potrebujemo dvoje: formalni okvir in osebni napor. Okvir predstavlja Evropska zveza za psihoterapijo, ki s Strasbourško deklaracijo, (1990) o psihoterapiji kot znanstveni disciplini in samostojnem poklicu ter zagovarjanju mnogoterosti metod – presega te ovire. Osebnost lahko vsakdo prispeva k preseganju medsebojnega oviranja na tem področju tako, da razkrije osebno in profesionalno identiteto, sprejme identiteto drugega in tako omogoči dialog.

Psychotherapy as an Autonomous Profession – The Great Idea of the European Association for Psychotherapy

Key words: reality therapy, natural teleology, scientism

Abstract: Psychotherapy has been facing a series of problems from its very beginning; how to define it, how to delimit it from other forms of help, how to establish its scientific status, what other professions should be entrusted to; what bases of understanding of the human being should it be founded on, etc. Different psychotherapeutic methods although they might be consistent within themselves offer a variety of answers though often contradictory ones to the above dilemmas as well as how should an encounter – where one human being helps another one – actually look like. All these answers, saturated with epistemic, ontological and final beliefs, cause intolerance thus obstructing a great deal of further progress of indispensable diversity on the level of the actual help. — In order to surpass this we need two: a formal framework and our personal effort. First is represented by the European Association for Psychotherapy. The Strasbourg Declaration on Psychotherapy (1990) as a scientific discipline and an independent profession as well as speaking in favour of the multiplicity of the methods, has actually offered the framework we have needed. On personal level, however, each of us may give his contribution to surmount the obstacles in our mutual interactions by revealing his own personal and professional identity, accepting the identity of others and thus making the dialog possible.

Uvod

Vemo, da je bila v preteklosti pot do priznanja psihoterapevtske dejavnosti zahtevna in tvegana. Pomenila je tavanje skozi različne teorije in prakse ter premagovanje tudi povsem nepotrebnih ovir, kot so zavrnitve zaradi nelojalne konkurence med poklici in posamezniki ali diskreditiranje, grožnje ipd., ki so jih omogočali takšni ali drugačni monopoli. Zdaj, ko deluje Slovenska krovna zveza za psihoterapijo, in se je jeseni 2006 začelo fakultetno izobraževanje za samostojen poklic psihoterapevta (vpis je možen takoj po maturi), je upati, da se bomo v bodoče izognili vsaj oviram, ki so nastajale zaradi ideoloških, svetovnonazorskih, metateoretičnih razlik in se bomo posvetili problemom psihoterapije in konstruktivnim pogovorom o razlikah, njihovem usklajevanju in dopolnjevanju, kajti pot do priznanja samostojnega poklica psihoterapevta bo še vedno zahtevna.

Kot psihoterapevt skušam s pogovorom, z ustreznim odnosom in znanjem nuditi pomoč

*Leon Lojk: univ. dipl. psih. psihoterapevt. Naslov/Address: Bleiweisova 6, 4000 Kranj; tel. 386 (04) 202 3284, e-pošta: leon-lojk@siol-net

sočloveku, ki je – zaradi odstopanja od vedenja in doživljanja večine ljudi v istih okoliščinah – nezadovoljen s seboj ali ker mu zaradi odstopanja in nenavadnosti njegovega vedenja bližnji ne zaupajo, ga zavračajo in silijo v spreminjanje.

Že ta opredelitev psihoterapije, psihoterapevta in osebe, ki je prišla ali so jo pripeljali k psihoterapevtu, govori o moji strokovni usmerjenosti kot avtorja te opredelitve. Namesto izrazov, kot so pacient, klient, svetovanec, stranka, v opredelitvi uporabljam izraz 'sočlovek'. Moja opredelitev ne govori o psihopatološkem ali nenormalnem vedenju in doživljanju, ampak o odstopanju od vedenja večine, s katerim človek, ki išče pomoč, sam ali njegovi bližnji niso zadovoljni. Od kod taka definicija, zakaj ne neka druga ali tretja, bolj specifična in prav tako upravičena?

Mislim, da do razlik prihaja, ker smo tisti, ki se odločimo za neposredno delo z ljudmi, bolj ali manj 'opremljeni' z odgovori ali 'obremenjeni' z neodgovori na vprašanja, kot so: Kaj je svet – kozmos ali kaos, ustvarjen ali večen? V čem se razlikuje živa od nežive narave? Kako je nastalo življenje? Od kod neravnodušnost do lastne prihodnosti pri živih bitjih? Kako se zavedamo? Katero vprašanje je pomembnejše – kaj je človek ali kdo je človek? Naj si njegovo vedenje razlagamo z dejavno ali namensko vzročnostjo? Je vedenje determinirano ali indeterminirano? Kako sploh svet spoznavamo? Je objektivnost sploh možna ali gre le za 'intersubjektivno objektivnost'? Kaj je s človekovo odgovornostjo? Itd.

Iskanje sebe

Vse, kar tu pišem, je prežeto z mojimi prepričanji. Kljub temu, da se zavedam, da ta prepričanja temeljijo na nekih predpostavkah, jih doživljam kot svojo istovetnost. V članku Sodne zmote (Jaklič, 2006) beremo zanimivo mnenje ameriškega humanista Weilerja, ki je prepričan, 'da ni resničnega spoštovanja in ne pristne neodvisnosti v razmerju do Drugega brez gorečega in nepreplašenega razkritja svojih identitetnih globin – ideoloških, religioznih, političnih itd. Šele, ko pred Drugim razkriješ svoja prepričanja, ki iz Tebe delajo Tebe, iz Drugega pa Drugega, si vzpostavil oba!' Od take istovetnosti težko odstopamo, zato je koristno, če se je zavedamo in jo predstavimo drugim, preden začnemo razlagati svoje resnice, ker s tem nakažemo, da nameravamo upoštevati tudi njihovo identiteto. Dovolite mi zato kratko digresijo.

Imel sem srečo, ker sem otroštvo preživel v bogaboječi družini, hkrati pa so me v prvih razredih osnovne šole učiteljice podučile, da religija predstavlja 'cvetje na verigah proletarcev' in da so verniki lahko le neuki in zaostali ljudje. Ne vem, če mi je to, da sem se rodil zaostalim staršem, pustilo kakšne posledice, bolj je name vplivalo v puberteti to, da je bilo pri vernikih vse v zvezi s spolnostjo grešno. Ko mi je v 1. razredu srednje šole prišel v roke Diderotjev spis, v katerem se zavzema za svobodno spolnost »parite se kot osli na paši«, se je moje prepričanje krepko nagnilo k ateizmu. V svojem prvem poklicu sem kot pomorščak nekaj let križaril s tem svojim 'ateizmom' po pristaniških veselicah in se z njih vračal domov.

Oče, ki je bil še vedno 'zaostal' in ga je poleg pravniškega poklica zanimala tudi astronomija, fizika, filozofija in podobno, mi je še naprej dokazoval obstoj Stvarnika preko Platonovih idej, preko petih dokazov T. Akvinskega vključno s smotrnostjo in fenomenom človekove zavesti, preko Kantovega 'moralnega imperativa' ipd. Tudi zato, da bi se mu lahko postavil po robu, sem se vpisal na psihologijo in prebiral filozofijo.

Ni pomagalo. Navzkrižje prepričanj je trajalo, dokler ni oče tega razrešil na način, ki je opredelil moj pogled na reševanje navzkrižij. Od takrat vem, da konfliktov ni mogoče reševati na isti ravni kot nastajajo. Oče je uspel prestopiti na drugo raven. Všeč mu je bil moj odnos do ljudi, pa mi je rekel: »Rad imaš ljudi, paziš, da jih ne prizadeneš ..., poznaš ljubezen ... Če pomislim, da je Bog ljubezen ... si ti pravzaprav veren človek, le da se tega ne zavešaš!« Prepirov je bilo konec. (Dodatne razlage prepuščam svojim prijateljem, psihoanalitikom.)

Če se tega zavedamo ali ne, na eshatološka, ontološka in epistemološka vprašanja, zapisana

v uvodu tega zapisa, smo si poskušali odgovoriti in ker v znanosti na ta vprašanja za zdaj ni odgovorov (najbrž jih na nekatera nikdar ne bo), smo se oprijeli filozofskih spoznanj, duhovnih razodetij, raznih svetovnonazorskih prepričanj pa tudi ideologij.

Postali smo skromnejši glede naših spoznavnih možnosti in se lotili bolj praktičnih vprašanj o človeku in odgovorov nanje, ki so znanstveno dokazljivi ali ovrgljivi in nam služijo kot osnova za razvijanje teorij praktične pomoči. To je dobra odločitev, dokler ... se ne začnemo patetično čuditi, kako kolega sledi neki povsem napačni teoriji, ravna škodljivo in neetično.

Pri tem pozabljamo, da smo tako mi kot naši kolegi svojo teorijo in praktično delovanje postavili na nejasne, znanstveno nedokazljive odgovore na ona daljna in hkrati najintimnejša vprašanja ... Odgovorili smo si eni tako drugi drugače in z njimi razvili svojo identiteto, s katero smo postali 'merilo vsem stvarjem, kakor so in kakor niso', kot je že davno zapisal antični filozof Protagora. Na osnovi teh odgovorov spoznavamo, delujemo, živimo.

Vemo ali vsaj slutimo, da so naši odgovori nedokazani in – vsaj v času našega življenja – tudi nedokazljivi. To nam povzroča negotovost, ki jo skušamo odpraviti s pridobivanjem večjega števila privrženecv našega pogleda na svet in krčenjem števila tistih z drugačnimi prepričanji. Dokler pridobivamo somišljenike teorij z eksperimentalnim, statističnim, logičnim ali pragmatičnim dokazovanjem pravilnosti naše teorije in se hkrati zavedamo, da ta dokazovanja vendarle slonijo na nedokazljivih predpostavkah, je to konstruktivno.

Meje konstruktivnosti dokazovanja pa prestopimo, ko zaidemo v neimanentno kritiko drugih teorij, in z argumenti, ki morda dobro potrjujejo našo teorijo, začnemo dokazovati tudi pravilnost naših in zmotnost drugačnih metateoretičnih izhodišč. Nič bolje ni, če se razlik sploh ne zavedamo. Zgrabi nas varljiv občutek, da smo objektivni, da imamo v posesti Resnico in če k temu dodamo še načelo 'namen posvečuje sredstvo', postanemo nevarni. V zgodovini o tem pričajo milijoni mrtvih zaradi ideologij, verstev itd. Na področju psihoterapije sicer ni tako hudo: tu le onemogočamo mnoge, ki bi lahko dobili pomoč od drugačnih pristopov, pa je – zaradi samozaverovanosti strokovnjakov v svoj pristop – ne bodo.

Skratka, ob inkomenzurabilnosti znanosti v različnih obdobjih, o kateri govori Thomas Kuhn, (Stokes, 2002), ob sočasni pluralnosti hipotez v znanosti, epistemološkem anarhizmu Paula Feyerabenda (Stokes, 2002), ob nemožnosti izključitve znanstvenika kot opazovalca, ob negotovosti rezultatov, ki jih v eksperimentalni psihologiji dobimo z najbolj nadzorovanimi postopki, ob fenomenologiji in ob problemih pomena in komunikacij, ki jih odkrivajo sodobne sistemske teorije strukturalizma in poststrukturalizma na področju psiholingvistike in psihologije, se – kljub občudovanju znanosti – zavedam tudi njenih meja, onkraj katerih vedno ostaja prostor za raznovrstna prepričanja in verovanja.

Tako mi ni bilo nikdar težko ohranjati polno spoštovanje do različnih prepričanj ljudi, tudi tistih, ki nudijo psihoterapevtsko pomoč kot tistih, ki jo prejemajo. Danes se moje prepričanje (ne razumsko vedenje) nagiba k ateizmu (vsaj tistemu, ki verjame, kot je slikovito dejal francoski razumnik, da je Bog slušalko, preko katere se mu stalno pritožujemo in ga prosimo za pomoč, odložil in si moramo pomagati sami). Svetovnonazorsko pa sem agnostik, kar je nasledek razumskega tehtanja, nekakšne intelektualne poštenosti, vsaj tako si domišljam, ker nočem trdit nekaj, kar ne morem znanstveno ne dokazati ne ovreči.

Iskanje profesionalne identitete

Na študiju psihologije sem se posvetil klinični psihologiji in se takrat srečal s psihodinamičnimi teorijami (B. Šali) in neoanalitskimi (L. Bregant). Zaposlil sem se v vzgojnem domu za mladino 'z motnjami v vedenju in osebnosti' in s tem znanjem sem lahko 'motnje' precej zanimivo razlagal, nisem pa jih znal odpravljati.

Ko sem odkril trditve H. J. Eysencka, da psihoanaliza in psihodinamika nista znanstveni, ker znata vse razložiti, toda ničesar napovedati, je to spodbudilo mojo mladostno sumničavost do

nedokazanih trditev in nekaj časa sem bil pod vplivom Eysenckovih molarnih, kvazinevroloških konstruktov (Franks, 1969) in brezštevilnih korelacij. Zdaj sem lahko razlagal vedenje glede na izmerljive osebnostne razsežnosti in napovedoval vedenje s statistično verjetnostjo pojavljanja (Lojk, 1979). Za učinkovitejše odpravljanje težav pa je bilo treba še nekaj več.

Eysenckove trditve, da le vedenjske terapije dosegajo znanstvene kriterije ter moja želja po učinkovitejši pomoči mladostnikom (in priznam: nekaj 'cehovske' pripadnosti psihologiji), so bili dejavniki, zaradi katerih sem začel preučevati vedenjsko terapijo, sistematično desenzitizacijo, instrumentalno pogojevanje, kasneje pa tudi kognitivno-behavioralne-terapije.

Sedemdeseta leta v bivši Jugoslaviji niso bila naklonjena behaviorizmu niti vedenjski terapiji, ker to ni ustrezalo podobi države, kakršno je politika prikazovala svetu in svojim državljanom o deželi delavcev – samoupravljalcev. Ta politično-ideološka sumničavost in moja spoznanja ob sodelovanju s skupino kolegov psihologov, ki so se ukvarjali s skupinsko dinamiko (B. Martinovič, B. Stritih, J. Bečaj), so vplivali, da sem se zadržal predvsem v okviru tehnik socialnega učenja in ustvarjanju mrež pozitivnih podkrepitev.

V tem času sem se srečal z zamislimi realitetne terapije W. Glasserja. V vzgoji in svetovanju smo s sodelavci začeli uporabljati te ideje, postali smo bolj pozorni na temeljne človeške potrebe in s tem na odnose med vsemi udeleženci vzgojnega ali svetovalnega procesa. Desetletna katamnistična raziskava je pokazala, da smo bili za tiste čase in pogoje precej uspešni.

Vendar to ni pomagalo. Takrat je potekal v Sloveniji 'Eksperiment v Logatcu', ki je vzgojni program zasnoval na poenostavljenih psihoanalitičnih predpostavkah. Bil je koristen, ker je vsaj na področju vzgojnih domov postavil avtoritarno vzgojo pod vprašaj. Ker pa se je v času eksperimenta enačilo permissivno vzgojo s samoupravno demokracijo (ironija, da precej upravičeno; ne zato, ker bi permissivna vzgoja imela značilnosti demokracije, ampak zato ker je samoupravna demokracija kot refleks postalinističnega obdobja imela attribute permissivnosti dotlej absolutnih gospodarjev) in zaradi povezanosti eksperimentatorjev s politiko so bile te ideje vsiljene vsem vzgojnim zavodom na Slovenskem. Le v vzgojnem zavodu v Višnji Gori smo vztrajali in razvijali naprej vzgojno delo, zasnovano na zamislih W. Glasserja (1965, 1969, 1981). V takratnem enoumju ni bilo prostora za dve ideji. Za pot v ZDA, kjer sem se strokovno izpopolnjeval pri dr. W. Glasserju, sem bil obtožen 'zlorabe samoupravljanja' z zagroženo kaznijo od enega do sedem let in bil – kljub oprostilni sodbi – 'lustriran' s področja, ki sem ga najbolje poznal.

Podobno kot v osnovni šoli, ko sta me starša poučevala o veri, učiteljice pa o zaostalosti religioznih staršev (prijatelji 'transakcionisti' bi videli v tem 'življenjski skript'), so zdaj, ko sem se z vznesenostjo nadebudnega psihologa zavzel za pomoč mladini v stiski, 'nadučitelji' ugotovili, da nisem strokoven. So imeli prav? Morda. Morda sem bil jaz nestrokoven in oni strokovni? Morda je bilo obratno? Morda smo bili oboji nestrokovni z gledišča današnjega znanja in oboji strokovni s takratnega?

Osebo sem spet imel srečo, ker taki dogodki izzivajo razmišljanje. Za širšo skupnost pa je to škoda, saj bi v Sloveniji lahko imeli izkušnje z dvema konceptoma vzgoje v zavodih namesto enega. Če odmislim morebitne koristi 'lustratorjev', verjamem, da je šlo pri njih tudi za prepričanje, da posedujejo objektivno Resnico. Iz radovednosti in previdnosti, da se ne bi ponovila 'Kozlovska sodba v Višnji Gori' tudi na področju psihoterapije, sem se začel vpraševati, kje so vzroki različnega videnja istih stvari.

Ljudje veliko vemo, le da ne vemo, če prav vemo

Od kod različno videnje istega? V filozofiji Vzhoda in Zahoda se iz davnine do današnjih dni prepletata in izmenjujeta dve epistemološki metateoriji: J. Lockeja (v antični Grčiji Demokrita, na Vzhodu Konfucija) in I. Kanta (v Grčiji Platona, na Vzhodu Mo Tzuja). Izhodišče J. Lockeja je konstitutivno. Vsa naša spoznanja in pojmi so 'abstrakti', do katerih pridemo preko abstrahiranja

(odmišljanja) posameznih delov stvarnosti, ki jo neposredno izkušamo preko čutil. Smer razlage poteka od temeljnih, konstitutivnih delov neke stvari navzgor (danes redukcionizem v znanosti). Kantovo metateoretično izhodišče je konceptualno. Poslednja danost so misli, neodvisne od izkušenj. Od tod sposobnost človeka, da ob izkušnji 'A' takoj pomisli na to, kaj je 'neA', čeprav ni slednjega nikdar čutno izkusil. Stvari ne moremo nikdar izkusiti neposredno, kakršne so po sebi (noumen), ampak vedno le kot stvari za nas (fenomen). Smer razlage pojavov poteka od najvišjih abstrakcij navzdol.

Če bi Locke in Kant vedela, da bomo na prelomu tisočletja 'brali' genom, bi Locke najbrž rekel: »Vidite, BAZE so torej poslednja danost, ki jo je treba vzeti, kakršna je: nedeljiva, neprotislovna podstat DNK in s tem si lahko razložimo vse abstraktnejše ravni življenja.« Kant pa bi najbrž dejal: »Preden zvemo, kaj bo pomenilo neko odkritje za našo teorijo, je treba vedeti, s katerega gledišča konstruiramo stvarnost, da bi ustvarili neki red. V razlagah zelo velikih sistemov (npr.: vesolje) in zelo majhnih kompleksnih sistemov z brezštevilnimi nelinearnimi povezavami vloga opazovalca, ki presoja, spet postaja pomembna ...« Papež Janez Pavel II. je npr. leta 1996 sprejel teorijo evolucije, ker je v odkritju, da ima človek en par kromosomov manj od opic, videl 'ontološko prekinjenost', v kateri je Bog v živalsko rodbino vnesel človeško dušo (Ridley, 2002).

Posamezni pristopi k osebnosti, k nenavadnemu vedenju in psihoterapiji so, če se tega zavedamo ali ne, povezani s tema dvema metateoretičnima izhodiščema. Naj naštejemo le nekaj glavnih pristopov. *Medicinski* in *vedenjski* pristopi izhajajo iz konstitutivne Lockeove metateorije. *Humanistični*, *kognitivni* in *fenomenološki* pristopi izhajajo iz konceptualne, Kantove metateorije. *Psihodinamični* oz. *psihoanalitični* pristopi izhajajo – odvisno od posamičnega avtorja iz ene ali druge oz. obeh metateorij. *Sistemiški pristopi* – odvisno od posameznih raziskovalcev – bolj ali manj upoštevajo obe metateoriji.

Skladno s tem, ko se sprašujemo o znanstvenosti posameznega pristopa k nenavadnemu vedenju, dobimo različne odgovore, odvisno od tega, ali jih ocenjevalec presoja z istega metateoretičnega izhodišča, na katerem temelji pristop, o katerem je govora ali z različnega. Tako bodo medicinski in vedenjski pristopi s konstitutivnega izhodišča (Locke) ocenjeni kot najbolj znanstveni, psihodinamiški pristopi manj, humanistični in fenomenološki pristopi pa kot neznanstveni in bolj moralni oziroma filozofski.

Konceptualno metateoretično izhodišče daje prednost tistim pristopom k človeškemu vedenju in doživljanju, ki upoštevajo tudi bivanjsko komponento ter dejstvo, da živa bitja niso ravnodušna do svoje prihodnosti. Gledano s tega izhodišča fenomenološki in humanistični pristopi dajo več spoznanj o človeku in sta zato tudi (bolj) znanstvena, če znanost pojmuje širše.

Raznovrstnost prepričanj tistih, ki nudijo in onih, ki sprejemajo pomoč, me prepričuje, da je mnoštvo pristopov v psihoterapiji dejstvo in – vsaj na tej stopnji znanja – tudi nuja. V razpravah o tem, koliko so posamezne modalitete znanstveno preverjene, bi bilo dobro razlikovati med scientizmom in znanostjo v širšem smislu kot D. Boadella (1998).

Scientizem in znanost o življenju

Zahteva scientizma (znanosti v ožjem smislu) je, da se naravoslovne metode vpeljejo na vsa raziskovalna področja, sicer rezultati nimajo vrednosti. Po drugi plati se s konceptualnega metateoretičnega izhodišča na skrajni scientizem lahko gleda, kot da je zaobšel področje bivanjskega; kadar je kritičen do vsega, kar je izven njega, mu lahko očitamo, da je zašel na področje, ki ni več v njegovi domeni. To ne pomeni, da so izsledki scientizma nepravilni ali nepotrebni. Scientizem se je le omejil na preučevanje človeka kot predmeta in opustil subjektivnost človeka. Behavioristi so to pošteno izrekli: ne preučujemo kognitivne plati človeka, ker to ni predmet psihologije.

Tako smo, kot pravi Walter Kaufman (Kneller, 1958), razpeti med »... tistimi, katerih

posvečenost intelektualni čistosti in strogosti je vzorna, vendar zavračajo, da bi se ukvarjali s čim drugim kot z nepomembnimi malenkostmi ... na drugi strani so ljudje kot Toynbee in nekateri eksistencialisti, ki se ukvarjajo z velikimi in zanimivimi vprašanji na način, ki je živ dokaz pozitivistom, da je vsak tak poskus obsojen vnaprej na neuspeh ... V prvi skupini so analitiki, v drugi sodobni Sokrati. Vendar veljajo eksistencialistični in prav tako analitični filozofi le za pol starega Sokrata«.

Sicer pa znanost o življenju in še posebej o človekovem vedenju ne more ustreči vsaj dvema zahtevama scientizma, še več, menim, da bi bila napaka, če bi ustregli tej zahtevi. Gre za dva problema: a) problem izključitve opazovalca in b) problem izključitve teleoloških razlag vedenja.

V želji po objektivnosti se 'znanost v ožjem smislu' oz. scientizem trudi izključiti vpliv znanstvenika – opazovalca (Fenomenologi se vprašujejo, ali je to logično, ali lahko nekdo, ki je izključen, nekaj razume).

Človeka lahko opazujemo z vnanje strani kot vsak drug predmet, podvržen dejavni vzročnosti. Delavcu ponudimo denar za neko delo, ta ga vzame in delo opravi. Ugotovimo, da denar privlači ljudi, kar je podobna ugotovitev, kot da zemlja privlači telesa. Hkrati vemo, da je ponudba denarja povezana z našim namenom, da bi bilo v prihodnosti delo opravljeno. Z notranjim opazovanjem svoje vedenje razlagamo teleološko. Da bi izpeljali svoj projekt, smo izkoristili poznavanje dejavne vzročnosti: z denarjem smo sprožili posledico – opravljeno delo. Če kot opazovalci opazujemo delavca z notranje perspektive, bomo vsaj posumili, da ima lahko tudi on, če nam je količjak podoben, načrt, zaradi katerega je opravil delo in vzel denar. Do tega spoznanja smo lahko prišli le tako, da smo vzeli v obzir sebe kot opazovalca, ki načrtuje.

Pri novem razumevanju vedenja živih bitij v smislu kibernetike drugega reda se je pokazalo, da mora vsak znanstveni model, ki razlaga človeka, ustrezati ne le predmetu (človeku), ki ga raziskujemo, ampak tudi tistim, ki ta model razvijajo. Na dejstva namreč ne moremo več gledati kot na nekaj, kar se razkriva samo po sebi; prepoznati jih je treba kot nekaj, kar je zaznano, ocenjeno, opazovano, razčlenjeno in odvisno od nekega opazujočega sistema, ki je zelo podoben sistemu, ki ga raziskujemo. V znanstvenem raziskovanju se ne da več izogniti psihološkim značilnostim raziskovalcev samih. Model, ki želi biti splošno veljaven, mora izpolniti vsaj minimalni pogoj, da ga je možno aplicirati tudi na njegovega ustvarjalca.

Aristotel je počela za razlago pojavov imenoval vzroki, ki so 'odgovorni', da neki pojav je, kakršen je. Od njegovih štirih vrst vzročnosti, dejavne, tvarne, formalne in namenske je znanost v ožjem smislu v bistvu sprejela le dejavno vzročnost. Akademsko psihologija je sledila temu trendu. Psihoterapevti (tudi psihologi) pogosteje razlagajo vedenje z namensko vzročnostjo, vendar pri tem tvegajo, da njihovi pristopi ne bodo sprejeti kot znanstveni. Če je pomoč uspešna, se to psihoterapevtom še prizna, nikakor pa ne, da vedo, zakaj so uspešni.

Do odpora je prišlo, ker so Aristotelove spise o namenski vzročnosti v krščanski Evropi razumeli – tistemu času primerno – kot Božji načrt od stvarjenja do konca sveta (*deistična teleologija*). Razvoj Locke-Newtonove teorije znanstvenosti v zadnjih stoletjih pa je terjal nazornost in redukcionizem, ki je slonel na raziskovanju linearnih verig vzrokov in posledic. Za teleološke razlage so tedaj menili – in v veliki meri še danes – za nekaj, kar vodi stran od znanosti, v mistiko, saj prihodnost ne more biti vzrok sedanjosti. Danes vemo, da je to le en način razumevanja teleologije.

Kant je s svojimi spoznanji o posrednih izkušnjah sveta vplival na filozofijo fenomenologije in eksistencializma. Ko je J. P. Sartre napisal spis 'Eksistencializem je humanizem', se je rodila *humanistična teleologija*. Toda tudi to scientizem odriva v filozofijo, morda še v psihoterapijo, ne prizna pa je za znanost.

Če filozofsko nismo preveč strogi, Kantove transcendentalne kreativne kapacitete razuma, kategorije, spominjajo na 'predznanje' živih bitij (etolog in psiholog Konrad Lorenz), na vrojeno

univerzalno slovnico (psiholingvist Noam Chomsky), na referenčne pogoje in kreiranje percepcije (kibernetik in sistemski teoretik William T. Powers), na podobe v notranjem 'svetu kakovosti', katerim skuša posameznik prilagoditi zunanji svet, za sebe, za svojo kakovost življenja (psihiater, realitetni terapevt William Glasser). Te ideje pa nakazujejo in – z metodo modelov 'kibernetike drugega reda' – že dokazujejo *naravno teleologijo*, ki ne zanika niti humanistične niti deistične teleologije; dopušča ju – a ju ne potrebuje.

Toda tudi z naravno teleologijo ne gre gladko. Psihologija je vedno hotela biti znanost po zgledu fizike, zato si ni upala sprejeti teleoloških razlag vedenja. Čudno, pogum so psihologom morali dati prav fiziki. Znanstveniki, kot so Ernst Mach, Albert Einstein, Niels Bohr, Werner C. Heisenberg, so pokazali, da se tudi v fiziki, 'kraljici vseh znanosti', lahko od Kanta, kritičnega realista, kaj naučimo. V empirično realnost, torej v prepričanje, da je svet točno takšen, kot ga vidimo, so spet podvomili. Mach je že ob koncu 19. st. ob dveh teorijah o svetlobi pisal, da dokler sta obe teoriji predstavljeni objektivno in sta empirično dokazani, sta tudi obe teoriji pravilni. Prepričanje, da ima stvarnost lahko samo eno razlago, je zmotno. Odkar se zavedamo, da je vse, kar spoznavamo, odvisno od predpostavk, s katerimi smo pristopili k preverjanju, lahko trdimo in dokažemo, da imamo več kot en niz teoretičnih predpostavk o istem zaznanem pojavu (Rychlak, 1981).

Ni enostavno odgovoriti na to, kaj je in kaj ni znanstveno raziskovanje človeka. Visoka znanstvena raven psihoterapije je nujna že zaradi moralne odgovornosti psihoterapevta. Globoko pa sem prepričan, da je to visoko raven treba doseči z *vključevanjem* čim več spoznanj s strpnimi razpravami o njih, *ne pa z zavračanjem* nekaterih in s privilegiranjem drugih. Zato je treba gojiti široko pojmovanje znanstvenosti, sicer nas bodo prihodnji rodovi imeli za izobražence kamene dobe, ki smo s svojo bistrostjo spoznali, da zemlja ni središče vesolja, nikoli pa, da je bila naša slepota za drugačne razlage hudo egocentrična.

Znanstveno iskanje človeka

Ko sem bral knjigo Francisa Fukuyame: *Our Posthuman Future* (Fukuyama, 2002), me je malo zazebló. Avtor nas prepričuje, da nas razvoj znanosti lahko pripelje do tega, da bomo ustvarili Huxleyev 'Hrabri novi svet'. V prvem trenutku se mi je zazdelo, da bi bilo treba znanost nekako ustaviti. V resnici je znanost treba gojiti, vendar je nesmiselna, če ne služi človeku. Ugovor, da antropocentrična znanost ni dovolj objektivna, se da ovreči s trditvijo, da znanosti zaradi znanosti sploh ni. Še izračunavanje kozmogonije 'z velikim pokom' je antropocentrično. Potihoma upamo, da nam to znanje lahko pride prav, da bomo nekako rešili življenje vesoljskim katastrofam navkljub.

»Človek ni ravnodušen do znanstvene dejavnosti ... naš antropocentrični model kaže, da se človek s pomočjo znanosti pravzaprav pripravlja, da bo tvorec svoje prihodnosti. V takem kontekstu teleološko organizirana biologija postaja enakovredna deterministično organizirani fiziki,« pravi fizik M. Bistović (1991).

Tudi W. T. Powers meni, da so znanosti, ki se ukvarjajo z življenjem, napravile veliko napako, ko so zavrgle raziskovanje namenskosti vedenja (Powers, 2003). Vendar se zdi, da bodo v tem stoletju 'znanosti o življenju' razvile osnovna spoznanja, s katerimi bodo stopile vstric s 'čistimi znanostmi'. Ponuja: »... hierarhično perceptivno kontrolno teorijo, v kateri je zajel koncept behaviorizma (razlage 'od spodaj') ter koncept kognitivne psihologije (razlage 'od zgoraj'), ju povezal v nekaj povsem novega: v hierarhijo kontrolnih sistemov, ki delujejo skupaj, da bi omogočili organizmu, da kontrolira tisto, kar se mu dogaja na mnogih ravneh« (Powers, 1999).

S tem je Powers implicitno vključil Lockeovo in Kantovo spoznavnoteoretsko izhodišče. Ali bo njemu in podobno mislečim raziskovalcem uspelo z modelom krožne vzročnosti vedenja zaokrožiti tudi tisočletja trajajoči dialog med obema spoznavnoteoretskima izhodiščema, bomo izvedeli v prihodnosti ob novih odkritjih. Strinjam se z mislijo, da za zdaj »... nevroznanost kljub

velikemu napredku preredko preučuje Powersovo hierarhično strukturo centralnega živčnega sistema» (McPhail, Schweingruber, Ceobanu, 2006).

Velika ideja Evropske zveze za psihoterapijo

Ko sem odkril realitetno terapijo in teorijo izbire, ki ju je razvil William Glasser (1994, 1998, 200, 2003) na osnovi svoje klinične prakse in spoznanj Powersove sistemske teorije, je to ustrezalo mojemu prepričanju, da mora psihoterapevtska pomoč upoštevati individualnost in subjektivnost vseh udeležencev v procesu ter biti hkrati znanstveno utemeljena (Lojk, 2001). Realitetno terapijo sem začel prakticirati in jo širiti skupaj s teorijo izbire v bivši Jugoslaviji in po drugih evropskih državah; inštituti in društva za realitetno terapijo so ustanovili tudi Evropsko zvezo za realitetno terapijo (EART).

V bivši Jugoslaviji, kot sem že omenil, sem naletel na razne ovire, pa tudi v Sloveniji so bile razmere na področju psihoterapije precej neurejene. Ko je Janko Bohak, psihoanalitik, povabil mene, realitetnega terapevta, v Evropsko zvezo za psihoterapijo (EAP – European Association for Psychotherapy), mi je ta 'pluralizem na personalnem nivoju' vzbudil upanje za pluralizem na psihoterapevtskem področju. Društvo za realitetno terapijo Slovenije je z veseljem pozdravilo Strasbourško deklaracijo iz leta 1990 in skupaj z drugimi modalitetami ustanovilo Slovensko krovno zvezo za psihoterapijo (SKZP) kot članico EAP. To je pomagalo mnogim modalitetam.

Strasbourška deklaracija EAP-ja pomeni:

- osamosvojitve psihoterapije in neodvisnost od različnih strok in njihovih omejitev;
- zahtevo po znanstvenosti v širšem smislu;
- podporo pluralizmu modalitet;
- ravnovesje med teorijo in prakso; odprtost tudi za izobraževalne programe in poklice, ki se doslej niso mogli izobraževati za psihoterapevtsko dejavnost.

S tem Strasbourška deklaracija na področju psihoterapije Evropi omogoča razkošje različnosti, zato menim, da je to daljnoviden projekt ne glede na odpore, ki jih doživlja, in da je ideja EAP-ja res velika.

Nobelov nagradenec za poezijo (1987), ruski pesnik Joseph Brodsky je ob svoji inavguraciji izrekel svoj 'credo': »Etika prihodnosti bo estetika!« Njegova skrb za prihodnost planeta? Nas je hotel opozoriti, da etika, čeprav je namenjena preživetju skupnosti, nosi v sebi tudi prisiljujoče poenotenje? Ne vem. Ko spremljamo svetovna dogajanja med narodi, državami, verami, ideologijami itd., zaslutimo, kako usodno zna biti za človeštvo, če svoje vrednote vsiljujemo drug drugemu. To seveda ni dobro niti za psihoterapijo. Če hočemo preživeti, bo etika prihodnosti morala biti estetika, estetsko sprejemanje razkošja različnosti življenja.

Upam, da bomo to razkošje, ki na področju psihoterapije v naši deželi že brsti, znali sprejeti tudi slovenski psihoterapevti. □

Viri

- Bistrović, M. (1991). Smisao teleoloških i kauzalnih sudova u prirodnim znanostima. *Filozofska istraživanja*, 1, 185–204.
- Boadella, D. (1998). Essence and Ground: towards the understanding of spirituality in psychotherapy. *International Journal of Psychotherapy*, 3 (1), 32.
- Feyerabend, T. (2002). Science is always revolutionary, characterized by a plurality of concurrent hypotheses. V Stokes, P. (ur.), *Philosophy: Hundred Essential Thinkers*. New York: Enchanted Lion Books.
- Franks, C. M. (1969). *Introduction: Behavior Therapy and Its Pavlovian Origins*. Franks, C.M. (ur.). *Behavior Therapy: Appraisal and Status*. New York: Harper&Row.
- Glasser, W. (1965). *Reality Therapy*. New York: Harper&Row.
- Glasser, W. (1965). *Schools Without Failure*. New York: Harper&Row.
- Glasser, W. (1981). *Stations of the Mind*. New York: Harper&Row.

- Glasser, W. (1994). *Kontrolna teorija*. Ljubljana: Založba Taxus.
- Glasser, W. (1998). *Teorija izbire – nova psihologija osebne svobode*. Radovljica: TOP, d. o. o.
- Glasser, W. (2000). *Realitetna terapija v praksi*. Radovljica: Mca.
- Glasser, W. (2003). *Psihiatrija je lahko nevarna za vaše duševno zdravje*. Radovljica: Mca.
- Jaklič, K. (2006). Sodne zmote. *Demokracija* 41/XI–12oktober 2006. Ljubljana: Nova obzorja.
- Kneller, G. F. (1958). *Existentialism and Education*. New York: John Wiley & Sons.
- Kuhn, T. (2002). There are radical discontinuities between different periods of scientific investigation. V P. Stokes (ur.). *Philosophy: Hundred Essential Thinkers*. New York: Enchanted Lion Books.
- Lojk, L., Eysenck, S. B. G. in Eysenck, H.J. (1979). National differences in personality: Yugoslavia and England, *British Journal of Psychology*, 70, 381–387.
- Lojk, L. (2001). *Znanstvena utemeljenost realitetne terapije*. Zagreb: Alinea.
- McPhail, C., Schweingruber, D. in Ceobanu, A. (2006). *Purposive Collective Action*. V McClelland, K.A.(ur.) in Fararo, T.J.(ur.). *Purpose, Meaning and Action, Control Systems Theories in Sociology*. New York: Palgrave Macmillan.
- Powers, W. T. (1973). *Behavior: The Control of Perception*. New York: Aldine de Gruyter.
- Powers W. T. (1999). PCT, HPCT and Internal Control Psychology. *International Journal of Reality Therapy*, 9 (1), 14.
- Ridley, M. (2002). *Genom*. Tržič: Učila International založba, d. o. o.
- Rychlak, J. F. (1981). *Introduction to Personality and Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin Company.