

Jarosław JAGIEŁA

[rec.] Franz Ruppert, *Symbioza i autonomia. Trauma symbiotyczna i miłość bez uwikłań*, tłum. Zenon Mazurczak, Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa 2012, ss. 311

Recenzowana pozycja to książka, która z całą pewnością nie powinna ująć uwadze osób zajmujących się różnymi formami pomocy psychologicznej, a zapewne także pedagogów i nauczycieli. Jej autor – Franz Ruppert, jest psychologiem i psychoterapeutą, profesorem Katholische Stiftungsfachhochschule w Monachium. Często gości również na prowadzonych w Polsce szkoleniach i warsztatach specjalistycznych. Prowadząc w obecnej chwili prywatną praktykę terapeutyczną, poszukuje źródeł uwikłań międzypokoleniowych – pomocnych w leczeniu głębokich zaburzeń psychicznych, i zajmuje się problematyką przeżywaną traumy „dziedziczonej” niejako od przodków. Nazywa swój paradygmat „psychotraumatologią wielopokoleniową”. Jego podejście praktyczne i styl myślenia odpowiada chyba najbardziej kierunkowi, który nazwać możemy nurtem fenomenologiczno-systemowemu. Książka stanowi z całą pewnością dobre wprowadzenie do tego rodzaju uprawianej psychoterapii. Trzeba zauważyć, że wzmiankowane pozycja jest kolejnym tomem serii wydawniczej „Terapia Traumaty” wydawnictwa Czarna Owca, która to seria ma ambicje prezentacji najbardziej znaczących pozycji literatury światowej z tego właśnie zakresu. Dość wspomnieć, że dotychczas ukazały się już m.in. takie opracowania, jak znany bestseller Anny Frederick, Petera A. Levine’a *Obudźcie tygrysa*, który próbuje odpowiedzieć na fundamentalne, a jednocześnie niezwykle frapujące przecież pytanie: dlaczego zwierzęta żyjące w naturalnym stanie przyrody, chociaż wciąż doświadczają rozmaitych śmiertelnych zagrożeń i licznych niebezpieczeństw, nie cierpią jednak na skutki traumy, tak jak ludzie?

W jaki sposób autorzy odpowiadają na powyższe pytanie oraz jak wyjaśniają przyczyny urazów psychicznych i sposobów ich leczenia – można przekonać się dowodnie, sięgając po tę właśnie pozycję. Dodajmy jeszcze, że książka ukazała się stosunkowo niedawno, bo zaledwie w maju 2012 roku. Inna wartościowa pozycja z tej serii to wydane nieco wcześniej *Rozmowy o miłości na skraju przepaści* Borisa Cyrulnika. Autor skupia się na fenomenie osób umiejących przekuć niejako w szczęście fakt uprzedniego przeżycia dotkliwych cierpień emocjonalnych, czy też poważnego lub dramatycznego urazu fizycznego czy psychicznego w niebudzącą wątpliwości wartość.

Omawiana przez nas książka jest zatem kolejną próbą zrozumienia głębokich ludzkich doświadczeń z innej jeszcze perspektywy niż wspomniane pozycje. W części wprowadzającej, stanowiącej mniej więcej dwie trzecie książki, autor dokonuje opisu podstawowych pojęć wiążących się z omawianą tematyką. Czyni to niezwykle precyzyjnie, odwołując się do szeregu przypadków ze swojej praktyki terapeutycznej. To niewątpliwie duży walor tego opracowania. Każde napisane zdanie ma swoją wartość, znaczenie i wymowę. Nie padają tu słowa ogólnikowe ani niepotrzebne. Symbioza jest rozumiana bardzo szeroko, nie tylko jako stadium przejściowe w rozwoju „ja”, ale także jako „stałe wyzwanie dla współistnienia ludzi z sobą i z innymi istotami żyjącymi na Ziemi”. Ma swój aspekt zewnętrzny, czasem łatwo dostrzegalny, oraz formę wewnętrzną przejawiającą się określonymi przeżyciami. Na bazie tego rodzaju zależności powstaje pragnienie samodzielności i wolności, które, jak wiadomo, nazywamy z reguły autonomią. Zaprezentowano różne koncepcje psychologiczne symbiozy, od Ericha Fromma poczynając, poprzez Margaret Mahler, po Martina Dornesa. Szkoda, że w tym miejscu zabrakło jednej z najbardziej znaczących koncepcji więzi Johna Bowlby’ego, o którym wspomina się zaledwie na dalszych kartach książki. Autor dokonuje rozróżnienia na konstruktywne i destrukcyjne formy symbiozy oraz na autentyczne i pozorne poczucie autonomii. Symbioza konstruktywna – w rozumieniu Rupperta – charakteryzuje się tym, że przynosi korzyści wszystkim osobom w niej uczestniczącym. Służy rozwojowi biologicznemu, psychicznemu i duchowemu w takim stopniu, w jakim jest to konieczne na danym etapie indywidualnego i wspólnotowego wzrostu. Łatwo zastąpić ją terminem „pozytywna więź”. Symbioza posiadająca negatywne znaczenie jest jej prostym zaprzeczeniem. Staje się uwikłaniem, gdzie ludzie pozostają od siebie zależni, nie potrafiąc budować ze sobą satysfakcjonujących relacji, nie umieją też ostatecznie się rozstać. Za tego rodzaju więziami kryje się też często agresja i chęć manipulowania drugim człowiekiem, co często przybiera różne formy przemocy. Wszystkie emocje są wówczas destrukcyjne, nawet uczucia miłości, przyjaźni czy zwyczajnej ludzkiej wzajemności. Przyczyna negatywnego, symbiotycznego uwikłania autor upatruje we wczesnej rozwojowej traumatyzacji. Trauma jest traktowana w trojaki sposób. Jako niezwykle groźna i przytłaczająca sytuacja, która znajduje swoje wewnętrzne przeżycie i pociąga za sobą krótko-, średnio-

i długoterminowe negatywne skutki. Trauma niesie też ze sobą charakterystyczne rozszczepienie na strauumatyzowaną część osobowości oraz część, która traumie się przeciwstawia i służy przetrwaniu. Istnieje również taki segment osobowości, który nazwany zostaje zdrowym.

O ile jednak – podobne rozszczepieniu – dysocjacje mogą być chwilowe, np. pod wpływem nagłego i silnego urazu, o tyle samo rozczepienie ma charakter trwały, stanowi trwałe ognisko niepokoju w psychice, jednocześnie prowadząc jakże często do wielu poważnych zaburzeń psychicznych. Są to zdarzenia zazwyczaj wypierane ze świadomości i tłumione przez części służące przetrwaniu. Ujawniają się tylko w momentach silnego stresu lub w trudnych sytuacjach życiowych (retraumatyzacja), gdy kontrola elementów psychiki mających na celu przetrwanie straci swoje znaczenie. Ważną cechą strauumatyzowanych fragmentów osobowości jest fakt, że się niejako nie starzeją, pozostając na tym etapie rozwoju, na którym powstały. Nie zmieniają się i nie rozwijają, gdyż nie są zasilane w nowe doświadczenia, są nie tak trudno przywoływane przy pomocy odszczepionych obrazów oraz przytłaczających świadomość uczuć. James Hillman pisze: „Jeżeli nadal sprawia wam ból wydarzenie, które dotknęło was w wieku 12 lat, to sprawia wam ten ból nie ono już, lecz myśl o nim”. Stwarza to możliwość dystansu i trzeźwego spojrzenia na odległe zdarzenia. Może stać się zatem – choć trudno w to najczęściej uwierzyć – naszą ukrytą siłą i niezaprzeczalną wartością. Można by w tym miejscu zacytować znaną maksymę Roberta Bly: „tam, gdzie jest twoja rana, tam też jest twoja potęga i moc”. Warunek jest jeden. Trzeba mieć świadomość istniejących urazów, odkryć je oraz umieć sobie z nimi poradzić. Nieocenioną pomoc stanowi tu rzecz jasna psychoterapia, gdyż Franz Ruppert jest przekonany, że sami, z pomocą tylko własnego wysiłku, nie jesteśmy w stanie stawić im czoła. Dopóki bowiem trauma psychiczna nie zostanie zdiagnozowana i przyjęta, i uznana za traumę, a nie za coś innego, przez doświadczającą jej osobę oraz terapeutę, dopóty praktycznie nie istnieje możliwość jej wyleczenia.

Ostatnia część książki poświęcona jest prezentacji własnej, autorskiej metody terapii, którą Franz Ruppert nazywa ułatwieniem traumy zorientowanej na więź. Wiadomo, że metoda ustawień systemowych, jaką zaprezentował Bert Hellinger, budzi w środowisku psychoterapeutów liczne kontrowersje. Przez jednych uważana jest za rodzaj spirytyzmu (A. Posadzki, R. Tekieli i inni), z kolei pewni autorzy odmawiają jej wręcz miana terapii. Sam B. Hellinger uważa, że nie jest to terapia, chciałoby się zatem zapytać: co to w takim razie jest? Co stanowi o tej wyjątkowej i wciąż uprawianej przez terapeutów metodzie? Tak więc zagorzali przeciwnicy metody ustawień rodzinnych tę część pracy mogą sobie darować, lub też przeciwnie – sięgnąć po nią, aby upewnić się w swoich negatywnych przeświadczeniach. Franz Ruppert o twórcy wspomnianego systemu wspomina niewiele, bodaj tylko raz, i to w formie polemicznej, z którą niekoniecznie też trzeba się zgadzać. W bibliografii zamieszczono tylko jedną po-

zycję Hellingera, choć przecież samych polskich przekładów jest kilkanaście tytułów. Czyżby freudowski mit o „pierwotnej hordzie”, gdzie ojciec-wódz rywalizuje z synami, którzy z mściwości, nienawiści oraz zazdrości w konsekwencji zabijają go, miał spełnić się kolejny raz? Samo twierdzenie: „Podstawowa idea, że wielu pacjentów musi uwolnić się od rodziców, idzie moim zdaniem we właściwym kierunku”, jest moim zdaniem kluczową sprawą dla zrozumienia wspomnianej kwestii. Nie będę tego wątku dalej rozwijał, pamiętając o prześmiewczej dewizie, iż „nie ma większej radości, gdy jeden terapeuta zinterpretuje drugiego”. Nie będę zatem analizował Rupperta. Autorowi warto jednak przypomnieć, że wzorzec ten nieświadomie powtarza się ciągle (vide: Freud i jego kontynuatorzy), a w konsekwencji nowy wódz też ostatecznie zostaje „zabity”.

Spróbujmy jednak podjąć dyskusję ze stanowiskiem autora na temat zaprezentowanej metody ustawień rodzinnych. Dla przykładu, nie wydaje mi się zbyt fortunne włączanie terapeuty jako „reprezentanta sprawy w ustawienie”, gdyż wychodzi on w ten sposób ze swojej przypisanej mu roli, tj. kogoś oddzielonego i w miarę obiektywnie oceniającego system. Jego rola powinna bowiem pozostać niezmienna jako terapeuty: dopomóc ujawnić – służyć wyrażeniu – dać możliwość uwolnieniu. Praca z tzw. „sprawą klienta” nie jest też niczym odkrywczym, bo tak właśnie, z tego co jest mi wiadome, stosują tę metodę niemal wszyscy „ustawiacze”, reprezentujący nawet odmienne style swojej pracy. Wprowadzają oni również, w miarę potrzeb, osobę samego klienta do ustawienia, co autor uważa za nowość. Od indywidualnej pracy „z poduszkami” bardziej można też sobie cenić metodę wykorzystującą rozmaite figurki reprezentantów. Nad odejściem od wprowadzenia określonych symboli np. „dobrej siły”, która tutaj mogłaby odegrać niezastąpioną rolę, można też dyskutować. Myślę jednak, że wielu czytelników odnajdzie w książce prawdę, którą autor sformułował jako swoją hipotezę roboczą. „Im dłużej pracuję jako psychoterapeuta i badam tajemnice duszy ludzkiej, tym jaśniejsze staje się dla mnie, że konflikty między symbiozą i autonomią są centralnym tematem dla wielu ludzi, którzy szukają pomocy psychologicznej”. Czy jednak autor nie przesadza, gdy w obszarze więzi upatruje przyczyn wszelkich możliwych patologii: od zaburzeń osobowości poczynając (nb. zaburzeniu typu *borderline* poświęca zbyt mało miejsca, a wydaje się ono kluczowe w kontekście symbiozy), po psychozy, uzależnienia, zjawisko przemocy, niemal wszystkie choroby psychosomatyczne oraz zjawiska społeczne, jak np. kompensacyjną funkcję pieniądza i przyczynę kryzysów finansowych. Czy nie dał się skusić i ponieść perspektywie wyjaśnień wszystkiego przy pomocy jednej kategorii? Chęci otwarcia tak różnorodnych wielu „drzwi” przy pomocy jednego tylko uniwersalnego klucza? Niech ten fakt oceni sam czytelnik.

Na koniec uwaga dotycząca samego przekładu. Autorem tłumaczenia jest Zenon Mazurczak, który dokonał wielu już udanych przekładów z języka niemieckiego. I tym razem stanął na wysokości zadania. Warto, aby osoby podej-

mujące się podobnych zadań translatorskich sięgnęły po wspomniane opracowanie, choćby tylko z tego powodu, aby zobaczyły perfekcjonizm w tej dziedzinie. Nieporadność niektórych tłumaczeń książek psychologicznych jest bowiem faktem dość częstym i zauważanym przez wielu czytelników.

Pojawia się jeszcze jedno istotne pytanie. Czy omawiana książka może zainteresować pedagogów? Nie tylko pedagogów-terapeutów, ale również samych nauczycieli. Wydaje się, że odpowiedź jest twierdząca i to pod wieloma względami. Ze zjawiskiem symbiozy, traumy i autonomii nauczyciele spotykają się wielokrotnie w swojej praktyce. Czy jednak chcą i potrafią dostrzegać wspomniane zjawiska? Zauważać je w zachowaniach uczniów, widzieć w kontaktach z rodzicami tych uczniów lub we własnym stylu postępowania? Samo pojęcie autonomii, będące wszak jednym z istotnych celów wychowania, nie powinno też pozostawić ich obojętnymi. Jeśli mają wątpliwości, warto zachęcić ich do sięgnięcia po przedstawiony (s. 19) zestaw wskaźników postawy autonomicznej, gdzie odnajdą z całą pewnością wiele wskazówek mogących być ciekawymi wyznacznikami autonomicznego wychowania.