**Manipulace v psychoterapii**

Magdalena Westman

Jeden pohled, jedna zkušenost

Na úvod mého stručného zamyšlení bude asi dobré zmínit, že jsem dcera psycholožky a evangelického faráře/politického aktivisty. Profesně jsem rodiče (ne)následovala, ale intenzívní zájem o obor psychologie prostoupil většinu mého dospělého života. S odchodem táty (před rokem) se k němu pomalu a jistě přidružuje i systematičtější studium náboženství/teologie a filozofie.

Současně se nacházím v tzv. definitivní krizi identity a zdá se mi, že psychoterapie jako obor je na tom podobně.

Letos jsem tedy zvolila jako jarní očistu několikadenní pobyt v ženském trapistickém [Klášteře Naší paní Nad Vltavou](https://www.trappistevitorchiano.it/storia-fondazioni-nasi-pani-cz.asp) (v domě pro hosty). Mezi studiem náboženské literatury, sedmi pobožnostmi za den, mlčením a procházkami malebnou krajinou, se téma manipulace a zmanipulovanosti v mé mysli vynořovalo opakovaně.

Napadlo mě, že k manipulaci dochází zejména v každé vztahové asymetrii, což se týká naprosté většiny vztahů založených na hierarchickém, tedy mocenském uspořádání. Ve chvíli, kdy se jakákoliv lidská aktivita institucionalizuje, vzniká mocenská struktura, která legitimizuje buď násilné či manipulativní prosazování své vůle.

Učebnicovým příkladem destruktivní manipulace je tzv. [temná triáda](https://psychologie.cz/bratrstvo-temne-triady/) -machiavelismus, narcismus a psychopatie. Směřuje-li manipulace k nezpochybnitelnému dobru, jak se mi to jevilo například v trapistickém klášteře, pak je možné ji považovat za konstruktivní. Záleží ovšem na subjektivním prožívání jedince. Může se totiž stát, že i když je dotyčný součástí nějakého vysoce bohulibého projektu, cítí se být manipulován. Pocit manipulace může být zejména v oblasti psychoterapie dočasný a souvisí s výsledkem.

V psychoanalytické a historické studii Erika H. Eriksona Mladý muž Luther (1958/1996) se dočítáme o spirituálním a psychologickém ustrojení Luthera, které mu neumožnilo dlouhodobý pobyt v klášteře augustiánského řádu. Z údajného mladického záchvatu na kůru považovaného některými odborníky za benigní hysterickou epizodu, rozvinul ve čtyřiceti letech pravou psychózu. Deprese a úzkosti středověkých řeholníků jsou v literatuře nejednou zmiňované. Jakoby se tedy paradoxně nad manipulací ve prospěch "největšího dobra" vznášely podobné otazníky jako nad manipulací destruktivní. Erikson ve zmíněné knize též zajímavě pojednává o tajemné vzájemnosti destruktivnosti a konstruktivnosti.

Během opakovaných bohoslužeb v trapistickém klášteře jsem si uvědomila, jak sekulární psychoterapii chybí modlitba. James Hillman říká, že psychoterapie provokuje náboženský impulz, ale pak ho neuspokojí. Není tedy schopna postarat se v duchovním slova smyslu o celého člověka. Dokonce si prý není ani jistá, kterou že jeho částí se zabývá. Nezbývá než se vrátit k náboženství.

“*Ale co je vůbec obsahem náboženské potřeby? Po čem lidé touží?”*, ptá se německá teoložka Dorothee Sölle a odpovídá: *“Je to přání být celý, potřeba nerozkouskovaného života.”* (xxxx, str. 110) Sölle pokračuje: *“Největší dokonalost člověka je jeho nejhlubší nedostatek: potřeba Boha...A potřeba Boha znamená, že potřeby člověka stále narůstají, žádná naplnění je nemohou ukojit. Že potřebujeme Boha, vyjadřuje tato neukojitelná touha.”* (xxxx, str. 115)

Na pojetí náboženství Dorothee Sölle navazuje v knize Freud a budoucnost náboženství (1987/2010, str. 128) po svém Hans Küng: *„Stavím se proti vytěsňování religiozity ne kvůli Bohu, ten to opravdu nepotřebuje, ale kvůli člověku a zachování či navrácení jeho psychického a somatického zdraví.“* Küng je přesvědčen, že náboženské otázky trvale patří do psychiatrie, psychoterapie i psychologie jako otázky ústřední, nikoliv že terapie berou pouze na vědomí pacientovo vyznání či příslušnost k určité církvi a v tomto smyslu se mu snaží zprostředkovat nějakou další pomoc. Küng pokračuje: *„Kdo se neseznámil s náboženstvím, nepozná nikdy mocné duchovní zdroje, které mohou být rozhodující pro blaho pacitenta; je chudší než ti, kdo osvobozující, léčivý účinek náboženství zakusili.“* (1987/2010, str. 129)

V klášteře se mi samozřejmě také vybavilo osvícenství - “politicko-filozofický projekt, kterému se do velké míry podařilo přerušit spojení člověka s transcendentním světem, zbavit ho religiozity. Tuhle snad největší společenskou manipulaci později významně podpořil rozporuplný Sigmund Freud, který chápal lidskou psyché jako jakýsi stroj, jako “duševní” aparát. Zcela náhodou jsem narazila opět v Küngově knize Freud a budoucnost náboženství ( 1987/2010, str. 20-21) na to, čím byl Freud tak hluboce ovlivněn. *“ Brucke a já (DuBois-Reymond) jsme se rozhodli (1842) prosazovat názor, že v organismu nepůsobí žádné jiné síly než obecné fyzikálně-chemické; že pokud ony zatím k vysvětlení nepostačují, je nutno buď v konkrétním případě hledat skutečnost pomocí fyzikálně-matematické metody, nebo předpokládat existenci nových sil, které – jsouce téže významnosti jako ony fyzikálně-chemické* *..."*

Freud byl rovněž mocně přitahován Dawinovým učením, od kterého si sliboval pomoc při porozumění světu. Svým poznáním zformulovaným do prohlášení, že náboženství je kolektivní nutkavou neurózou, vydláždil Freud cestu k ateismu, čímž si proti sobě postavil například Junga, který naopak zastával názor, že *"každý psychologický problém je koneckonců náboženská záležitost a že oddělování náboženství a psychologie, duchovní praxe a terapie je odsouzené k neúspěchu”.* Freud se po celoživotní oklice přes přírodní vědy, medicínu a psychoterapii k náboženství, kterým se v mládí důkladně zabýval (byl silně ovlivněn četbou Bible), vrátil. Začal ho považovat za hodno dalšího intenzivního studia. Své nové poznatky shrnul do knihy Muž Mojžíš a monoteistické náboženství. Kniha vyšla v roce úmrtí Freuda (1939).

Sigmund Freud měl též nemalý podíl na tom, že psychologie/psychoterapie zůstala, i přes některé významné, avšak dílčí pokusy, až do druhé vlny feminismu v šedesátých letech výhradně záležitostí bílých mužů euroamerické patriarchální civilizace.

Profesor psychologie Jordan B. Peterson, zanícený obhájce patriarchátu jako systému založeném ne na útlaku žen, ale na kompetenci, nepřítel postmodernismu a převažující levicové orientace západních akademických kruhů, si nedávno vzal na mušku údajnou totální ideologickou zmanipulovanost Americké psychologické asociace. Důvodem bylo vydání manuálu (APA GUIDELINES for Psychological Practice with Boys and Men 2018), který má pomáhat terapeutům v léčbě chlapců a mužů. Peterson se od materiálu ostře distancoval, protože kromě celkové nekompetentnosti ho považuje za závaznou směrnici s přesným popisem toho, jak musí psycholog/psychoterapeut myslet a čemu musí věřit. (Zdroj: National Post, February 1, 2019).

Na rozdíl od profesora Petersona, James Hillman se dívá na svět spíše optikou postmoderní. V jeho dílech jsou rozpracované některé myšlenky, které jsou zároveň zformulovanými principy feministické psychoterapie.

*1. Osobní je politické* (Na duševním zdraví ženy se významně podepisují sociální souvislosti, ve kterých žije.)

*2. Možnost volby* (Žena by měla být dostatečně informovaná a dělat vlastní rozhodnutí).

*3. Rovnoměrné rozdělení moci (*Žena je hybatelkou změny a hledá vlastní vyjádření moci v rámci vztahu).

*4. Terapeut jako vzor* ( Feministický terapeut by neměl být svázán sociálními stereotypy ohledně ženské role.)

*5. Androgenita* (Větší podobnost obou pohlaví může být pro obě prospěšná.)

*6. Sociální aktivita* (Terapie je pro feministické terapeuty politický akt.)

*7. Etika* (U feministického terapeuta musí být zaprvé jasný rámec, ve kterém se pohybuje a důvody, které ho vedou ke zvolenému způsobu práce s pacientem. Zadruhé musí mít velmi jasno pokud jde o hranice a duální vztahy. (in edit. Helene Burt, 2012)

Feministky namítají, že dlouhodobé terapie na psychoanalýze či na jiných psychodynamických směrech postavené, byly vytvořené pro střední třídu. Jsou tedy považované za exkluzivní a většina lidí si je nemůže dovolit. Upozorňují, že většina psychoterapií se odehrává za zavřenými dvěřmi v naprosté odtrženosti od vnějšího světa. S tím plně rezonuje James Hillman: *“ Diskrepance mezi aktuální duševní skutečností a psychologickými teoriemi je nejlépe vidět na psychologii samé, která je v současnosti vyčerpanější než pacienti, kteří se na ni obracejí... Stala se uzavřenou, okázalou, komerční, prostoupenou pokrytectvím přestrojené moci; neosvojuje si Ficinův smysl pro duši, nýbrž se zákeřně přizpůsobuje světu, jenž stále více ignoruje duši.”* (Hillman, Ventura, 1993/2016, str. 100-101).

Rezignoval snad “psychoterapeutický byznys” na péči o duši? Je zmanipulovaný jako většina západní společnosti konsumerismem? Čím dál častěji pozorujeme, že terapeuti se předhánějí v počtu získaných akademických titulů a vydaných knih. Dnes také nově v počtu prezentací na YouTube a lajků na sociálních sítích. Poplatky za služby šprajcují do astronomických výšin, čímž vysílají signál o své “mimořádné kvalitě” a zároveň nedostupnosti terapie pro “běžného” člověka. (Jen pro ilustraci - hodina psychoterapie je v současné době dražší než den a noc včetně jídla v trapistickém klášteře.) A hlavně, podíváme-li se na diář terapeuta, zoufá si James Hillman, snadno zjistíme kolik času zbývá terapeutům na péči o vlastní duši.

Hillman ovšem není velkým příznivcem duchovních disciplín a meditačního ústraní, vyčítá jim, že postavené na transcendování, neberou svět dostatečně v úvahu. Duši podle něj vytváříme tím, že žijeme život. Nicméně v tom zásadním se shoduje například s bývalým trapistickým mnichem Karlem Satoria. Oba mluví o tělu světa, ve kterém spočívá duše světa. A když toto tělo světa nebude zdravé, podle Hillmana zešílíme. Karel Satoria srozumitelně vysvětluje smysl kontemplativních řádů (Zdroj: Český rozhlas Plus, 2014), které ke zdraví těla světa přispívají víc než by se na první pohled mohlo zdát. *"Mniši kontemplativní modlitbou sjednocují celý svět s Bohem a otevírají ho Bohu."* Satoria mluví o mystickém těle, které byť uzavřené za zdmi kláštera, má větší akční radius než kam člověk dokřičí. *“Mystik se nazabývá jen sám sebou, ale nápravou vesmíru. Protože v každém člověku je zbytek projevu božství, jeho skutky hrají v kosmu rohodující úlohu. Jsou-li to skutky, které zapuzují zlo a přispívají k opravě a nápravě, pak přibližují vesmír zpět k původně jednotě.”* Slova uvedená v knize Richarda Elliota Friedmana Mizení Boha (1995/1999, str. 264-265) vlastně jen trochu jinak vyjadřují hlavní poslání klášterů - snížit přání a vůli ovládat a ničit na absolutní minimum. Představme si trapistické řády jako jeden z pomyslných orgánů světového těla, které pracuje v součinnosti s dalšími orgány pro zdraví celku. I když o těchto řádech třeba nic nevíme nebo nejsme s to pochopit jejich užitečnost, přesto nás už jen svou samou existencí ovlivňují.

Napoprvé jsem si v tom klášterním prostředí připadala spíše jako náboženský voyeur neschopný vyrovnat se odpovídajícím způsobem s kolektivními impulzy (Vnitřně jsem je odehrávala a odporovala jim.) Postupně jsem ovšem vypozorovala, že opakované zpívání žalmů řeholnicemi mnou vnímané jako ranní mořský příliv a odliv jemně smývající z mé bytosti nepotřebné nánosy, mě pozvolna stahuje do stále větších hloubek. Cítila jsem se zvláštním způsobem pohnutá a nakonec pevně rozhodnutá zkusit se propracovat do stádia, jak o něm píše Cynthia Bourgeault v knize Modlitba usebrání (2004/2015, str.135): *"Otec Thomas (Keating)přirovnává meditujícího při modlitbě k potápěči, který sedí na kameni na dně řeky. Myšlenky plují jako lodě po hladině řeky nevědomí, potápěč však dál sedí na kameni a nechává je nad hlavou plout...V modlitbě usebrání se potápěč najednou probere z náměsíčního spánku na jedné z lodí. V tu chvíli prostě z lodi vystoupí a plave zpátky na svůj kámen."* Když necháme vnitřní myšlenky odcházet, nastává vnitřní uvolnění, noříme se do blaženosti, nebo-li náš život se noří do života Boha. A to je označováno (ve velké zkratce) jako Boží terapie.

Můj příspěvek k tématu manipulace je jen nepatrným střípkem silně ovlivněným nedávnými rodinnými událostmi. Za normálních okolností bych se zřejmě zamýšlela nad algoritmickou manipulací a umělou inteligencí - největšími hrozbami jedenadvacátého století, které promění (nejen) obor psychoterapie nepředvídatelným způsobem. Již dnes je mimo jakoukoliv pochybnost, že lidé budou prožívat ještě daleko dramatičtěji ztrátu životní orientace spojenou s mimořádnou úzkostí a strachem, stejně jako prohlubující se pocit méněcennosti doprovázený vnitřní prázdnotou a nesmyslností života. O absenci morálně-etických principů nemluvě. Tahle v pravdě “prekérní” situace by měla být neodkladnou výzvou pro zodpovědné psychoterapeuty. Měli by dát výhybku a vydat se směrem, v němž by našlo své pevné místo neautoritářské náboženství v intencích shora uvedených, umění, filozofie, ale i vše aktuální s dnešní dobou související. V první řadě ekologie.

Psychoanalytik a sociální psycholog Horst Eberhard Richter popisuje moderní západní civilizaci, utvářenou vědou, technologií a průmyslem, jako psychosociální poruchu. (in Küng, 1987/2010). Tu bychom se měli ze všech sil pokoušet napravovat, ovšem pouze s vědomím, že technologický pokrok nezastavíme.

Hillmanova slova, že dnešní terapie je jako sedativum; otupující anestezie pomáhající lidem pouze přežít v dysfunkční společnosti, implikují volání po její radikalizaci; po občanské neposlušnosti a společenském aktivizmu na straně jedné a po tichém usebrání na straně druhé. Často myslím v této souvislosti na tátu a na mámu, na to, že jejich velkou manipulaci- výchovu považuji za vysoce konstruktivní. Dokázali mě nadchnout pro jejich životní cesty realizované ve velmi intenzívním a otevřeném nábožensko-psychologickém dialogu. Práce obou rodičů byla postavená zejména na slovu a já k tomu teď ještě připoji samozřejmě v rámci svých možností i omezení, tichou vnitřní modlitbu.

Poznámka: Když jsem dopisovala tento text, našla jsem v jedné své knížce rukou napsanou poznámku Umění jako modlitba s vysvětlením, že tvorba umění může být alternativou k motlitbě.

Použitá literatura:

Erik H. Erikson, Mladý muž Luther, studie psychoanalytická a historická, nedatovaný samisdatový formát

James Hillman, Michael Ventura: Máme za sebou sto let psychoterapie, a svět je čím dál horší, orig. 1993/2016, Malvern

Dorothee Sölle, CESTA TAM k náboženské zkušenosti, nedatovaný samisdatový formát

Hans Küng, Freud a budoucnost náboženství, 1987/2010, VYŠEHRAD

Richard Elliot Friedman, MIZENÍ BOHA, orig. 1995/1999, ARGO

Cynthia Bourgeault, Modlitba usebrání, Cesta k vnitřnímu probuzení, 2004/2015, Portál

Helen Burt, editor, Art Therapy and Postmodernism, Creative Healing Through a Prism, 2012, Jessica Kongsley Publishers.

Magdalena Westman

pro 38. kolokvium PVŠPS