

## **Psychoterapia jako dyskurs kulturowy**

Barbara Józefik

Klinika Psychiatrii Dzieci i Młodzieży UJ CM

Artykuł przesłany do druku w Psychiatrii Polskiej, poprawiona wersja wykładu przedstawionego w trakcie Konferencji Naukowej Psychoterapia wobec nowych zjawisk kulturowych. Warszawa, 122-24. 10.2010.

### **Jedynie do użytku wewnętrznego uczestników konferencji.**

*Obraz świata każdego człowieka jest i zawsze był konstruktem jego umysłu i nie można dowieść, by miał on jakąkolwiek inną formę istnienia.*

Ervin Schrödinger, *Mind and Matter*, 1958

*„Nie można działać bez założeń epistemologicznych, chociaż można ich być nieświadomym. Nasze teorie oparte są na epistemologii – niezależnie od tego, czy są to teorie dotyczące psychoterapii, czy życia osobistego.*

Pare, 1995, *Of Families and Other Cultures: The Shifting Paradigm of Family Therapy*

## **WPROWADZENIE**

Trwające od kilku lat prace nad ustawą o zawodzie psychoterapeuty jako zawodu medycznego wzbudziły w środowisku psychoterapeutów dyskusję na temat dziedziny, do której przynależy psychoterapia. Najbardziej wyraźnie zarysowały się dwa skrajne stanowiska. Jedno, sytuujące psychoterapię w humanistyce i naukach społecznych, drugie wskazujące, iż psychoterapia jest działaniem mieszczącym się w obszarze medycyny. Pomiędzy nimi zawierają się poglądy pośrednie traktujące psychoterapię jako dziedzinę korzystającą z wielu źródeł.

Pytanie o miejsce psychoterapii skłania do szerszej refleksji na psychoterapią rozumianą jako dyskurs kulturowy. Jakkolwiek można się zgodzić z Jerzym Szackim (2002),

że słowo dyskurs jest we współczesnej humanistyce i naukach społecznych nadużywane, tym nie mniej kategoria ta wydaje się być szczególnie użyteczna w odniesieniu do omawianej problematyki. Dyskurs można zdefiniować jako społecznie ustaloną formę wiedzy na temat rzeczywistości, konstytutywną wobec rzeczywistości. Pojęcie to oznacza kulturową praktykę językową, pewną całość nacechowaną wewnętrzną ciągłością i znaczeniami (Foucault, 2002a). Jak przekonująco pokazał Foucault (1987; 1988; 2002b), w każdym społeczeństwie istnieją obowiązujące dyskursy stanowiące zarazem system opresji, ze względu na swoje ideologiczne założenia. Stąd też ścisły związek pomiędzy kulturą, dyskursem i władzą. Z tego punktu widzenia analiza dyskursów dotyczących „rzeczywistości” psychoterapeutycznej, jest szczególnie ważna, gdyż nie stanowią one prostego nazwania, a współtworzenie tej rzeczywistości. Ponad stuletnia historia psychoterapii pokazuje, że rozumienie człowieka, jego trudności, psychopatologii, roli psychoterapeuty, samej psychoterapii zmieniało się zależnie od dominującego w danym okresie historycznym paradygmatu. Przyjęcie określonych założeń nie było i nie jest neutralne wobec działań praktycznych. Przeciwnie ma daleko idące konsekwencje praktyczne, teoretyczne, etyczne, prawne.

Psychoterapia i psychoterapeuci są częścią kultury. Współcześnie kultura ta charakteryzuje się niepewnością, brakiem stałych punktów oparcia, zakwestionowaniem stałych reguł i zasad. Stąd za Baumanem (2006; 2007) określana jest jako płynna nowoczesność<sup>1</sup>. Wszyscy doświadczamy tego jak bardzo tradycyjne role ulegają zmianie, a przepisy jak żyć okazują się nieprzydatne w świecie, który charakteryzuje fragmentaryczność i epizodyczność. Doświadczana wielość modeli życia, „syndrom konsumpcyjny”, to zjawiska z którymi psychoterapeuci konfrontują się w życiu codziennym. Dotyczą one różnych obszarów życia: polityki, życia zawodowego, rodziny, intymnych związków, tożsamości. Dostępna wielość zróżnicowanych modeli życia powiększa obszar wolności jednostki, ale też stawia jako istotne zagadnienie problematykę tożsamości: jej płynne, kontekstualne definiowanie (Bauman, 2007). Jak radzą sobie psychoterapeuci w płynnej nowoczesności, jak konstruują swoją tożsamość, jak zmiany kulturowe wpływają na ich sposób myślenia, praktykę czy obecność w przestrzeni społecznej? Czy analiza psychoterapii jako dyskursu kulturowego może psychoterapeutom być przydatna? Artykuł stanowi próbę przybliżenia odpowiedzi na te pytania, poprzez odwołanie do prac Foucaulta i perspektywy konstrukcjonistycznej.

---

<sup>1</sup> Pojęcie to opisuje późną fazę ponowoczesności (Bauman, 2007)

## PSYCHOTERAPIA W PONOWOCZESNYM KRAJOBRAZIE

W ostatnich kilkunastu latach w psychoterapii coraz bardziej obecne są istotne nurty pownowoczesnego krajobrazu: konstruktywizm i konstrukcjonizm społeczny, idee narracyjne, teoria Foucaulta, idee postfeministyczne. Stanowią one meta perspektywę dla rozumienia psychoterapii jako dziedziny teorii i praktyki. Jest to szczególnie widoczne w obszarze systemowej terapii rodzin. Przełomowa była tutaj praca Maturany (1978) i jego teoria poznania, pokazująca proces tworzenia map rzeczywistości, map zależnych od naszego doświadczenia, a więc teoria ukazująca wielowersyjność świata i umowność tego, co określamy jako obiektywne, co oczywiście nie kwestionuje obiektywności istnienia świata jako takiego<sup>2</sup>. Podejście to było dalej rozwijane przez konstrukcjonistów społecznych, którzy zwrócili uwagę na zanurzenie poznania w języku. Pokazali oni, że świat, rzeczywistość konstruowane są poprzez język, a to co zostaje zdefiniowane jako rzeczywistość, w tym także wiedza, wynika z tradycji i porozumienia społecznego. Prace Bergera i Luckmana (1983), oraz Gergenów (2003) przedstawiające wiedzę jako społecznie budowaną konstrukcję, przekonywująco wskazywały, iż poznanie zachodzi w określonych historycznych, kulturowych i ideologicznych kontekstach, współtworzonych poprzez dyskursy i współdziałanie.

Tezy konstrukcjonistów zakwestionowały tradycyjne rozumie wiedzy jako prawdy obiektywnej. Wskazywały, że wiedza nie jest odkrywana a tworzona, że ma charakter lokalny, nie jest prawdą uniwersalną, absolutną ani powszechnie przyjętą. W odniesieniu do psychoterapii pokazały szczególne znaczenie wiedzy osobistej, budowanej na doświadczeniu życiowym, wynikającym m.in. z płci, pochodzenia społecznego, rasy etniczności, wieku. W tym kontekście należy docenić krytykę feministyczną i postfeministyczną za wniesienie kategorii płci jako kategorii podstawowej dla opisu jednostkowej tożsamości. Warto pamiętać jak bardzo nośnym i użytecznym pojęciem okazała się kategoria płci kulturowej – *gender*, wykraczająca poza pojęcie płci biologicznej.

---

<sup>2</sup> Można tutaj za Michałem Pawłem Markowskim (2009) przytoczyć słowa Jonatana Marksa, biologa i antropologa, który podkreślał, że „*pogląd, że rzeczywistość jest konstrukcją społeczną i kulturową, nie oznacza, że nie istnieją prawa natury lub że „tam nic nie ma”*”. Oznacza natomiast, że oddzielenie faktów od znaczeń może być utrudnione i że fakty są wyrażone za pomocą języka, co pokazuje jedynie, jak ludzie nadają rzeczom znaczenia” (Marks J. (2009): *Why I am not a Scientist: Anthropology and Modern Knowledge*, za Markowski M.P., 2009, s.83).

## DYSKURS - WIEDZA - WŁADZA

Funkcjonowanie wiedzy w kontekście społecznym nie jest neutralne. Przeciwnie, jak przekonywująco pokazał to Micheal Foucault wiedza jest powiązana z władzą. Prace Foucaulta (1987;1988; 1999), bazujące na materiale historycznym, wnikliwie opisały związki pomiędzy władzą, wiedzą i dyskursem. Kategoria dyskursu, centralne pojęcie myśli Foucaulta to dominujący wzorzec wyrażany w języku wprost lub w postaci ukrytych strategii. Autor stosując własną metodę analizy, określoną jako archeologiczno – genealogiczną, opisał proces wyłaniania się dyskursów w ich historycznym kontekście, zidentyfikował zdarzenia, w których przejawiały się nowe formy dyskursu (Foucault 2002b). Pokazał przekonywująco, że w każdym społeczeństwie istnieją obowiązujące, dominujące dyskursy, które mają status prawdy i które wyznaczają to, co jest akceptowalne, kształtując nasz sposób myślenia o sobie i o świecie, wyznaczając granice interpretacji doświadczenia, modelując zachowania i rozmowy jakie prowadzimy z innymi. Dyskursy te są fragmentem naszej „wiedzy” która sprawuje władzę nad jednostką i społeczeństwem. Zdaniem Foucaulta relacje pomiędzy wiedzą a władzą są fundamentalne, gdyż władza tworzy wiedzę a wiedza tworzy relacje władzy. Wiedza jest podstawowym narzędziem jakim posługuje się władza, gdyż zostaje podporządkowana wymogom normy. Jak pisze Kochanowski (2003) interpretując Foucaulta: *„władza jest sprawowana przede wszystkim w obrębie dyskursu, dyskurs jest miejscem produkowania prawdy o jednostce..., która wyłania się z narzuconej jednostce interpretacji czynów i która poprzez jej implementację i internalizację, ma determinować myślenie jednostki o niej samej i jej postępowanie”*. I dalej: *„aby uczynić z jednostki przedmiot władzy należy uprzednio ukształtować ją jako przedmiot wiedzy, należy zbudować wielki gmach wiedzy o człowieku, który zawierał będzie kompletną wiedzę na temat wszystkich aspektów ludzkiego życia, prawdę wyprodukowaną w taki sposób, by sankcjonowała mechanizmy normalizacji”*(s.).

Stąd dla każdej dziedziny stworzony zostaje obszar normy i to co wykracza poza normę, co jest dewiacją. Foucault (1987; 1993; 1999) pokazał jak na przestrzeni dziejów konstruowane były kulturowe dyskursy w stosunku do seksualności, szaleństwa, medycyny, przemocy, jak zmieniała się wiedza dotycząca tych obszarów, w tym definicja normy i patologii, jakie stosowano praktyki dyscyplinujące jednostkę. Warto przypomnieć, że systemy przekonań danej kultury, stanowią swoistą opresję dla uczestników tej kultury a przynajmniej niektórych

z nich. Ilustratywny jest tutaj np. stosunek do chorych psychicznie czy do homoseksualizmu (Foucault 1987; 2000).

Badacze dyskursu używają pojęcia praktyki dyskursywne dla określenia sposobu w jaki ludzie, poprzez określone sposoby mówienia, w tym opowiadania historii – tworzą „psychiczne realności” a następnie reprodukują porządek społeczny wraz z wpisaniem w nie interesami dominujących grup i wnikającymi stąd różnymi formami przemocy symbolicznej i nie symbolicznej. Wygotski (1989) twierdził że współdziałanie społeczne i mowa, czyli dyskursy, są rozwojowo pierwotne wobec naszego myślenia. A więc, można przyjąć, że konkretne praktyki dyskursywne są wzorcem dla myślenia jednostki.

## DZIEDZINA PSYCHOTERAPII

Czy i jak odnosi się to psychoterapii? Dziedziny, która z jednej strony bazuje na naukach humanistycznych, teoriach wypracowanych w ich ramach (psychologia, filozofia), z drugiej, przynajmniej częściowo, działa w obszarze medycyny a więc nauki przyrodniczej.

Jak przyjęcie konstrukcjonistycznej perspektywy, perspektywy dyskursu zmienia sposób widzenia naszej praktyki psychoterapeutycznej i rozumienia wiedzy, na której owe praktyki bazują?

Pojawia się szereg podstawowych pytań:

1. Czym jest wiedza psychoterapeutyczna?
2. Czy jest nauką?
3. Jak konstruowany jest dyskurs normy i patologii w psychoterapii?
4. Jakie są relacje pomiędzy wiedzą psychoterapeutów a władzą?
5. Czy i jak psychoterapeuci włączeni są w praktyki dyscyplinujące jednostkę?

## PSYCHOTERAPIA W KONTEKSCIE HISTORYCZNYM

W obszarze psychoterapii stosunkowo łatwo można wykazać, iż mamy do czynienia z dyskursami, systemami przekonań na temat natury psychicznej człowieka, które były formułowane w określonych kontekstach kulturowych. Ponad 100-letnia historia psychoterapii wyłoniła szereg koncepcji, modeli integrowanych w bardziej podstawowe podejścia psychoterapeutyczne. Formułując różne teorie podejścia te proponują zróżnicowane praktyki mające wprowadzić zmianę. Można postawić tezę, że każde z podejść było odzwierciedleniem „swoich czasów”. Ramy i cel artykułu nie pozwalają na głębszą analizę kontekstu, w jakich formułowane były określone koncepcje, tym nie mniej dla zilustrowania postawionego założenia można pokusić się o sformułowanie pewnych uogólnień. I tak,

upraszczając, można powiedzieć, że podstawowe odkrycie psychoanalizy, czyli uznanie seksualności i agresji jako głównych sił popędowych pozostawało w relacji do represji tych popędów z przestrzeni społecznego dyskursu epoki wiktoriańskiej. Nacisk na ważność sformułowania sensu i celu życia korespondował z postępującą sekularyzacją kultury europejskiej, ale też egzystencjalnymi dylematami Europy doświadczonej traumą I i II wojny światowej oraz Holocaustu. Poszukiwanie prostych a skutecznych rozwiązań w terapii behawioralnej wyrażało pragmatyzm i utylitaryzm charakterystyczny dla filozofii życia społeczeństwa amerykańskiego. Z kolei rozwój podejścia narracyjnego z charakterystycznym dla niego poszukiwaniem znaczeń i konstytuujących opowieści wydaje się być częścią szerszego dyskursu kładącego nacisk na znaczenie innych kultur i ich równoprawność<sup>3</sup>.

Trudno przypisać teoriom będącym podstawą praktyki psychoterapeutycznej walory prawdy, obiektywności. Możemy powiedzieć, iż stanowią one raczej narracje na temat natury człowieka, jego rozwoju, powstawania zaburzeń i w konsekwencji przyjętych przesłanek: metod ich eliminowania. Zgodnie z założeniami i kontekstem kulturowym podejścia definiują co jest normą, co jest prawidłowe a co zaburzeniem. W momencie sformułowania koncepcji stają się „wiedzą” która jest popularyzowana, obiektywizowana i która stanowi punkt odniesienia dla praktyk dyscyplinujących (np. jak rozwiązywać konflikty małżeńskie, jak wychowywać dzieci, jak formułować przepisy kodeksu prawa rodzinnego).

Jaki jest status tak rozumianej psychoterapii? Czy jest ona nauką?

Na pewno nie, biorąc pod uwagę model nauk przyrodniczych i przyjęte przez nie kryteria naukowości. Trudno tutaj bowiem o falsyfikowalność wielu podstawowych założeń, stworzenie sytuacji, które umożliwiają pełną kontrolę zmiennych, czy pełną powtarzalność sytuacji badawczej<sup>4</sup>. Bardzo wyraźnie ilustrują to badania nad skutecznością psychoterapii (Bomba 2010; Rakowska 2005).

Próby sprostania wymogom jakie stawiają nauki przyrodnicze, z jednej strony zmusza badaczy do konstruowania schematów sesji psychoterapeutycznych, wg których mają pracować specjalnie przygotowani psychoterapeuci. Z drugiej, do specjalnego doboru

---

<sup>3</sup> Nieprzypadkowe wydaje się, iż twórcy podejścia narracyjnego Michael White i David Epston mieszkali i praktykowali w Australii i Nowej Zelandii.

<sup>4</sup> Problematyka ta jest bardzo złożona i budzi wiele kontrowersji. W ostatnim czasie podejmowana jest m.in. przez Grzesiuk L., Suszek H. (red.) (2010): *Psychoterapia. Integracja. Podręcznik akademicki*. Eneteia - Wydawnictwo Psychologii i Kultury. We wprowadzeniu redaktorzy we współpracy z Z. Rosiańską, B.W Wasilewskim, A. Zielińskim, A. Stępnikiem, T. Femiakiem, W. Hańbowskiem stawiają różne tezy na temat natury psychoterapii. M.in. rozpatrują psychoterapię jako naukę, jako formę działalności praktycznej, która może mieć podłoże naukowe, ale nauką nie jest, jako rzemiosło, czy wreszcie jako sztukę.

pacjentów: najczęściej są tzw. pacjenci pierwszorazowi, u których nie współwystępują inne objawy czy zaburzenia. W efekcie konstruowana jest sytuacja sztuczna różna od tej psychoterapii prowadzonej w typowych warunkach, przez „zwykłych” psychoterapeutów, wobec pacjentów, klientów którzy nie stanowią wyselekcjonowanej grupy. Stąd nie dziwią różnice pomiędzy wynikami badań uzyskiwanymi w tych zróżnicowanych sytuacjach.

Próby sprostania modelowi nauk przyrodniczych wiążą się z zaleceniami stosowania metod ilościowych. Mimo, iż od przestrzeni lat dostarczają one wielu danych, to jednocześnie rozczarowują, gdyż w niewielkim stopniu mogą się odnieść do złożoności procesów zachodzących w psychoterapii. Współcześnie wiele nadziei wiąże się z badaniami jakościowymi, skomplikowanymi jeżeli chodzi o metodologię i bardzo czasochłonnymi. Badacze wychodząc od obserwacji starają się nie wnosić wstępnych założeń, trudno jednak nie zauważyć, że mimo starań unikania przedwstępnych przesłanek, stanowią oni część kultury którą badają.

Czy jest potrzebne aby psychoterapia była nauką? Psychoterapia czerpiąc z różnych źródeł bazuje na humanistyce. W tym kontekście warto przytoczyć poglądy Michała Pawła Markowskiego (2009), który twierdzi, że humanistyka generalnie nie jest nauką, a raczej światopoglądem. Uznaje bowiem za Williamem Jamesem, że podstawą „*humanistyki jest pogląd, iż nie sposób z ludzkiego poznania wyjąć tego co specyficznie ludzkie i co nadaje ludzki humanistyczny kształt otaczającemu światu. To co ludzkie to niepewność, błędzenie, tymczasowość*” (za Markowki 2009, s 84). Jego zdaniem próby unaukowania refleksji humanistycznej na wzór nauk przyrodniczych skazane są na niepowodzenie.

## NORMA I PATOLOGIA

Co zatem z normą i psychopatologią?

Mamy szereg dowodów jak zmienia się rozumienie normy w czasie i przestrzeni.

Szczególnie analizy transkulturowe pokazują umowność wielu norm i różnicowane interpretacje zachowań zdiagnozowanych jako patologie.

Dobrym przykładem jest pojęcie kryzysu adolescencji - mimo uniwersalności procesów biologicznych, sposób przechodzenia przez okres dojrzewania jest w podstawowym stopniu zależny od kontekstu kulturowego. Z jeszcze większą względnością pojęcia normy mamy w odniesieniu do form życia seksualnego. Współcześnie rozumienie normy seksualnej jest bardzo szerokie, do anegdot można byłoby zaliczyć poglądy Freuda na temat orgazmu lechtackowego, traktowanego jako forma niedojrzałej kobiecej seksualności, gdyby nie fakt,

iz koncepcja ta, mitologizująca orgazm pochwoy, stanowiła opresję dla kobiet, wpływając bezpośrednio na rozpoznanie seksualności kobiet i jakość ich życia seksualnego.

Rozumienie normy w psychoterapii jest powiązane z procesem psychiatrycznego diagnozowania a ten jak wiemy coraz więcej zachowań, wcześniej uznanych za naturalne, włącza do swoich kategorii: przykładowo - nieśmiałość została przekształcona w lęk społeczny, ruchliwość i trudności w skupieniu uwagi u dzieci w zespół ADHD, reakcje na utraty doświadczane w biegu życia mogą być rozumiane jako zespół PTSD a żałoba jako depresja wymagająca interwencji profesjonalnej. Ten proces medykalizacji, psychiatryzacji sprawia, że nowe grupy zachowań opisywane są jako problem, zaburzenie a osoby poddane procedurze diagnozowania, kierowane do leczenia, psychoterapii (de Barbaro, 2009). Warto dla ilustracji zatrzymać się nad ADHD – diagnozy niezwykle łatwo stawianej, w przeważającej większości chłopcom. Pojawia się pytanie, czy rzeczywiście w każdym przypadku postawionej diagnozy mamy do czynienia z zaburzeniem? A może sposób wychowywania chłopców nie uwzględnia ich możliwości i potrzeb rozwojowych? A może sfeminizowane przedszkole, szkoła, generalnie system edukacji stawia nieadekwatne oczekiwania wobec chłopców: ich potrzeby ruchu i aktywności fizycznej, potrzeby rywalizacji i gotowości walki o przywództwo? A może, jak wskazują badacze, nie rozpoznając ich potrzeb emocjonalnych, zarazem podporządkowuje ich zachowania dominującemu dyskursowi jak wychowywać chłopców (np. poprzez trening nieokazywania uczuć) (Kindlon; Thopson, 2004)?

## WIEDZA I WŁADZA W PSYCHOTERAPII

Psychoterapeuci z racji „wiedzy”, która społecznie jest uznana, są włączeni w proces diagnozowania, wydawania opinii, skierowań. Tym samym dysponują władzą i stanowią część systemów, które dyscyplinują jednostki czy grupy społeczne: współpracują z policją, sądem, systemem edukacji, uczestniczą w procesie psychiatrycznego diagnozowania. Decyzje psychoterapeutów włączone są w proces rozwiązywania problemów, ale też mogą stanowić opresję dla wielu osób objętych oddziaływaniami.

Władza jest też obecna w relacji psychoterapeutycznej. Zarówno w tych podejściach które zakładają hierarchiczność relacji, jak i ponowoczesnych terapiach, które starają się tę władzę w procesie psychoterapeutycznym dekonstruować, dążąc do relacji partnerskiej.

Współcześnie pozycja psychoterapeutów jako ekspertów jest bardzo mocna. Świadczy o tym fakt, jak bardzo są obecni w przestrzeni społecznej: psychoterapeuci mają stale rubryki w tygodnikach i miesięcznikach, występują w programach telewizyjnych, komentują bieżące,



nadzwyczajne wydarzenia: wyjaśniając zachowania i zdarzenia budzące niezrozumienie, lęk, szok.

Ta wysoka pozycja psychoterapeutów jako ekspertów (posiadających wiedzę i władzę) tylko częściowo wynika z powiązania z medycyną. Inny istotny aspekt to wejście w rolę osób, które mówią jak żyć, jak mieć szczęśliwe związki, zadowolenie z pracy, jak radzić sobie z chorobami, starzeniem i umieraniem. „Jak stać się człowiekiem autonomicznym i dlaczego to jest jeden z warunków sukcesu życiowego - wyjaśnia psychoterapeuta, „Jak nie rezygnując z kariery zawodowej, odkryć swoją duchowość”, to tylko niektóre z tytułów pojawiających się w miesięcznikach czy kwartalnikach (Zwierciadło, 4, kwiecień 2010). Odpowiadając na zapotrzebowanie społeczne psychoterapeuci przekraczają obszar dziedziny psychoterapii: występują w roli mistrzów, mentorów a nawet przewodników duchowych. Do swoich teorii włączają inne często wydawałoby się bardzo odległe: np. mity, fragmenty systemów religijnych czy filozoficznych. Oto tytuł jego z artykułów zamieszczonych w kwartalniku Human Systems, 2009: 20, 2: Why should Family Therapy consider Principles of Zen Buddhism? (Dlaczego terapia rodzinna powinna rozważyć założenia buddyzmu Zen?) autorstwa Phoebe Prosky.

## PSYCHOTERPIA W KULTURA KONSUMPCJI

Obecność psychoterapeutów w mediach ma różne strony: korzystną gdyż poszerza rozumie, uwrażliwia na wiele istotnych kwestii. Ale też często wypowiedzi psychoterapeutów są definitywne, mimo świadomości hipotetyczności wiedzy psychoterapeutycznej i doświadczenia praktycznego, które pokazuje, że w każdej indywidualnej sytuacji mogą się pojawić rozumienia i rozwiązania nietypowe, nieprzewidywalne. Można powiedzieć, że tego wymagają media, ale też psychoterapeuci gotowi są sprzedać sposób myślenia o wielu złożonych zjawiskach w sposób uproszczony.

Tym samym psychoterapia i psychoterapeuci wpisują się we współczesną kulturę konsumpcji: wiedza psychoterapeutów jest towarem, psychoterapeuta staje się sprzedawcą swoich usług, które reguluje rynek. W tym procesie ważna jest reklama, PR, opakowanie, nowość produktu. Z tego punktu widzenia aktywność psychoterapeutów, ich obecność w mediach to działania stwarzające nowe potrzeby (np. samorozwoju, autonomii) i wytwarzające konsumentów. Na marginesie warto zauważyć, że kultura konsumpcji wiąże się z dyskursem sukcesu i psychoterapeuci są istotnie włączeni w ten obowiązujący dyskurs sukcesu.

Symboliczne opuszczenie gabinetu psychoterapeutycznego przybiera także formę angażowania się psychoterapeutów w działania na rzecz zmian społecznych: np. w procesy legislacyjne dotyczące przemocy, działania samorządowe na rzecz rozwiązań konkretnych problemów. W tych sytuacjach psychoterapeuci stają się działaczami walczącymi o zmiany społeczne.

## PRAKTYKA PSYCHOTERAPII

Myślenie o psychoterapii jako dyskursie modyfikuje praktykę psychoterapeutyczną. Psychoterapię można rozumieć jako przestrzeń, w której spotykają się różne kultury: z jednej strony jest to kultura terapeuty, z drugiej kultura pacjenta, klienta, czy rodziny. Do dialogu wniesione są różnice wynikające z wykształcenia, osobistej wiedzy, wieku, orientacji seksualnej, pochodzenia, rasy. Kluczowe pytanie dotyczy tego, jak te elementy konstruują obraz siebie, świata, relacji z innymi w tym relacji rodzinnych wszystkich uczestników spotkania terapeutycznego.

Co charakteryzuje pozycję psychoterapeuty świadomego dyskursywnego charakteru swojej wiedzy? Za Freedman i Combs (1996) można powiedzieć iż psychoterapeuta ten:

- jest zainteresowany wielością opisów; bada, co wnosi różnorodność opisów, jakie wyłaniają się w trakcie rozmowy;
- stara się zrozumieć jakie kluczowe aspekty konstruowały doświadczenie życiowe osoby
- akceptuje i stara się zrozumieć opis język osób, z którymi rozmawia. Nie narzuca swojego języka.
- jest skoncentrowany na ustalaniu znaczeń
- identyfikuje opowieści, które podtrzymują problemy osoby, rodziny, które ograniczają i utrudniają życie osobie jej rodzinie.
- zadaje sobie pytanie, jakie opowieści są marginalizowane i z jakiego powodu.
- zastanawia się, jak można zaprosić osobę, aby zaangażowała się w wyzwolenie tych ukrytych marginalizowanych historii.
- zaprasza osoby uczestniczące w terapii, aby oceniały przebieg pracy i dzieliły się swoimi odczuciami
- unika patologizowania i normatywizujących, klasyfikujących opisów. Wspólnie z zainteresowanymi osobami definiuje co jest problemem.

- nie ukrywa swojego systemu wartości, orientacji seksualnej, kontekstu życia oraz intencji swojego działania

W terapii rodzinnej dodatkowo analizuje, czyj język spośród uczestników rozmowy jest uprzywilejowany.

Konsekwencją myślenia o psychoterapii jako dyskursie jest uznanie pacjenta, klienta za eksperta od wiedzy osobistej i wycofanie się z pozycji przypisania sobie wiedzy uniwersalnej dobrej dla każdego, na rzecz przyjęcia postawy określonej przez Harlen Anderson i Harry Goolishiana (1992) jako „niewiedzenie” („*not knowing*”). Oznacza to zdefiniowanie swojej roli jako eksperta od prowadzenia rozmowy. Autorzy nazywając terapeutów architektami rozmowy, czy wiodącymi uczestnikami rozmowy nie kwestionują posiadania „wiedzy” psychoterapeutycznej, kwestionują jednak jej uniwersalność, obiektywność na rzecz „lokalności”. Ich propozycja to zarazem próba uwolnienia psychoterapii z dyskursu władzy, jaka wiąże się z wiedzą ekspercką, próba demokratyzacji psychoterapii.

#### UWAGI KOŃCOWE

Prezentowany tekst podejmuje temat psychoterapii rozumianej jako dyskurs kulturowy. Postawione tezy stanowią z natury rzeczy zaproszenie do dyskusji. W tym kontekście należy zwrócić uwagę na napięcia, sprzeczności (być może częściowo pozorne) pomiędzy dyskursami, w jakie włączona jest psychoterapia i psychoterapeuci: np. dyskurs medyczny i nie medyczny, dyskurs jednej teorii czy integracji (uniwersalna teoria psychoterapii), dyskurs interweniowania *verus* nieinterweniowania. Każdy z tych wątków ze względu na swoją złożoność mógłby stanowić przedmiot odrębnego opracowania.

Na zakończenie chciałabym przytoczyć nie tracący aktualności pogląd George Kelly’ego (1969), który znakomicie można odnieść do psychoterapii, mówiący iż „*żaden z dzisiejszych konstruktów - które są oczywiście naszymi jedynymi środkami portretowania rzeczywistości - nie jest idealny i, jak historia myśli ludzkiej wciąż podpowiada, żaden nie jest ostateczny* (za Górniak 2003 s. 33) .