

Olgierd Benedyktowicz*
Warszawa

Krótkoterminowe poradnictwo pastoralne: aspekt pedagogiczno-edukacyjny

1. Poradnictwo pastoralne

Podjmując próbę przedstawienia jednego z rodzajów poradnictwa pastoralnego, jakim jest krótkoterminowe poradnictwo pastoralne, należy na wstępie wyraźnie podkreślić, że poradnictwo pastoralne samo w sobie nie jest w żadnej mierze odrębną profesją, ale funkcją, aktywnością wchodzącą w skład szeregu innych działań i obowiązków duszpasterskich¹. Dostyc istotną przeszkodę w dokonaniu podziału poradnictwa stanowi, jak się wydaje, brak jednej i uniwersalnej definicji tej aktywności duszpasterskiej. Jednocześnie można stwierdzić, że tam, gdzie ten rodzaj duszpasterstwa ma swoją historię i osiągnięcia, zagadnienie dążenia do pełnego konsensusu w zakresie definicji czy też teoretycznych podstaw poradnictwa pastoralnego stało się znacznie mniej aktualne. Ma to miejsce w Stanach Zjednoczonych, krajach skandynawskich i w Europie Zachodniej. Natomiast tam, gdzie poradnictwo pastoralne zaczyna się dynamiczniej rozwijać, jak w Afryce, Azji czy Europie Wschodniej, dyskusje nad teorią oraz poszukiwanie własnego modelu poradnictwa pastoralnego, uwzględniającego w szerokim stopniu specyfikę społeczną, historyczną i kulturową, są bardziej intensywne. Nie oznacza to, że w krajach, gdzie poradnictwo pastoralne ma już swój ugruntowany dorobek w zakresie teorii, nie jest prowadzony żaden dyskurs. Wręcz przeciwnie, pojawiają się tam niezwykle ciekawe propozycje, jak choćby próba uwzględnie-

* Dr Olgierd Benedyktowicz, adiunkt w Katedrze Podstawowych Problemów Wychowania w Chrześcijańskiej Akademii Teologicznej w Warszawie.

¹ „Poradnictwo pastoralne nie jest zawodem ale wykonywaną funkcją w zawodzie duchownego”. Zob. J. Patton, *Pastoral Counseling*, w: R. Hunter (red.), *Dictionary of Pastoral Care and Counseling*, Nashville 1990, s. 850.

nia perspektywy hermeneutycznej w poradnictwie, której autorem jest Gerkin, czy też koncepcja Patrona, upatrująca teoretycznej podstawy poradnictwa pastoralnego w specyfice relacji pastoralnej, będącej przejawem „humanizmu w relacji” (*relational humanness*)².

W Polsce dyskusja o tożsamości i modelu teoretycznym poradnictwa pastoralnego zdaje się skupiać nad analizą funkcjonującego już laickiego poradnictwa psychologicznego i prób uwzględnienia w nim wymiaru religijnego. Owocem tych działań są najczęściej dość zawile i skomplikowane definicje poradnictwa pastoralnego, które jednak nie oddają w pełni istoty tej formy duszpasterstwa³. Należy przy tym pamiętać, że mimo podejmowania w przeszłości prób określania i definiowania poradnictwa psychologicznego w praktyce jego wyraźne odróżnienie od psychoterapii, a zwłaszcza bardziej precyzyjne określenie różnicy procesu porady i procesu psychoterapeutycznego, jest w gruncie rzeczy niemożliwe. Wyróżniane w literaturze przedmiotu cechy, czy też czynniki różnicujące poradnictwo psychologiczne czy pastoralne od działań psychoterapeutycznych są drugorzędne, a ich uzasadnienie bywa nader sztuczne. Zwraca na to uwagę Pattersson, podkreślając, że natura związku terapeutycznego, kontraktu pomiędzy osobą poszukującą pomocy i osobą, która posiadając odpowiednie przygotowanie i umiejętności, pomoc taką oferuje, jest taka sama w przypadku poradnictwa i psychoterapii. Jednocześnie zauważa, że nie istnieją żadne techniki lub grupy technik, które byłyby zarezerwowane wyłącznie dla psychoterapii czy poradnictwa, a ich występowanie lub brak w działaniu jednoznacznie pozwalał na stwierdzenie, że oferowana pomoc jest psychoterapią, a nie poradnictwem⁴.

W procesie rozwoju poradnictwa pastoralnego pojawiło się także określenie psychoterapia pastoralna (*pastoral psychotherapy*), którego szczególnym orędownikiem był w Stanach Zjednoczonych C. Wise. Uważał on, że określenie psychoterapia pastoralna znacznie lepiej i pełniej oddaje charakter psychologicznej

² Charles V. Gerkin, *Widening The Horizons, Pastoral Response to a Fragmented Society*, Philadelphia 1986, s. 29; J. Patton, *Pastoral Counseling a Ministry of the Church*, Nashville 1983, s. 19.

³ „Poradnictwo pastoralne różni się od poradnictwa psychologicznego swoimi celami, motywacją i rodzajem proponowanej pomocy. Korzysta ono z dorobku psychologii współczesnej i stosuje jego rozwiązania do swoistej grupy ludzkich problemów. Jest jednak adresowane do innego wymiaru egzystencji niż psychoterapia i poradnictwo psychologiczne. Zawiera w sobie elementy analizy filozoficzno-teologicznej, jak i refleksji ukierunkowanej”. K. Popielski, *Koncepcja logoterapii V. E. Frankla i jej znaczenie w poradnictwie psychologiczno-pastoralnym*, w: Z. Chlewiński (red.), *Wybrane zagadnienia z psychologii pastoralnej*, Lublin 1989, s. 71, 72.

⁴ Najczęściej wymieniane różnice pomiędzy poradnictwem i psychoterapią to: poradnictwo ma zastosowanie do przypadków o „mniejszym stopniu zaburzenia czy komplikacji”, liczba sesji jest mniejsza, różne są miejsca (*setting*), psychoterapia jest kojarzona z instytucją medyczną lub co najmniej gabinetem lekarskim. Jak ironicznie zauważa Pattersson, „te same działania odbywające się w innym i mniej kojarzącym się z medycyną miejscu są określane jako poradnictwo”. C. Pattersson, *Theories of counseling and psychotherapy*, New York 1973, s. 13–14.

pomocy pastoralnej niż termin poradnictwo. Jego zdaniem, słowo psychoterapia ma swoje mocne umocowanie teologiczne i historyczne w Nowym Testamencie, bo właśnie greckie *psyche* i *therapeuo* wielokrotnie tam występują, toteż posługiwanie się nazwą psychoterapia pastoralna byłoby naturalnym powrotem do źródeł tradycji religijnej⁵. Jednocześnie samo słowo, jak i pojęcie psychoterapii stawały się coraz bardziej obecne i popularne w kulturze społeczeństwa amerykańskiego drugiej połowy zeszłego stulecia. Dodatkowym czynnikiem, który zdawał się mieć wpływ na okresowe powodzenie nazwy psychoterapia pastoralna, było funkcjonowanie szerokiej gamy różnego rodzaju poradnictwa, jak np. zawodowego, finansowego, prawnego, żywieniowego, a więc sprawiającego wrażenie skoncentrowanego na doraźnych i nader aktualnych istotnych sprawach, ale chyba jednak niemających dla jednostki tak szczególnego znaczenia, jak sprawy czy problemy wiążące się z równowagą i satysfakcją psychiczną, a nade wszystko z problemami i decyzjami w życiu osobistym, duchowym czy intymnym.

Innym elementem było powolne odchodzenie od niezwykle restrykcyjnie przestrzegane założenia, że termin psychoterapia zarezerwowany jest dla działań, polegających na leczeniu problemów natury emocjonalnej, usuwania symptomów zaburzeń i problemów natury psychicznej. Zwłaszcza takie określenia, jak leczenie oraz symptomy, podkreślały medyczny paradygmat działań, a tym samym ograniczały możliwości prowadzenia psychoterapii nie przez lekarzy. Ten stan rzeczy uwzględniało prawo, zabraniające w przeszłości w Stanach Zjednoczonych uprawiania np. psychoanalizy osobom niemającym studiów medycznych. Z biegiem czasu sytuacja jednak ulegała zmianie z powodu coraz bardziej szerokiego rozumienia psychoterapii jako „szeregu zróżnicowanych działań terapeutycznych różniących się intensywnością i okresem czasu, w jakim są stosowane”⁶, a nie tylko psychoanalizy lub terapii analitycznych. Niektórzy autorzy, jak np. Clinebell, sugerują, że poradnictwo pastoralne może być określane jako psychoterapia pastoralna, kiedy jego przebieg jest rozciągnięty w czasie, np. trwa dłużej niż rok, a sam proces porady odbywa się na głębokich poziomach psychiki klienta. Zdaniem Clinebella, właśnie głębokość pracy z klientem porady pastoralnej upoważnia do określania w niektórych wypadkach poradnictwa pastoralnego jako psychoterapii pastoralnej. Uważa on także, że takie określenia, jak „poradnictwo ukierunkowane na wgląd” (*insight counseling*), jak i „poradnictwo głębinowe” (*depth counseling*) w istocie rzeczy są synonimami psychoterapii pastoralnej⁷. Jednak współcześnie określenie psychoterapia pastoralna w literaturze teologii praktycznej (pastoralnej) występuje nader rzadko, a także tylko nieliczni duchowni określają swoje pomocowe działania jako psychoterapię pastoralną. Analizując tożsamość poradnictwa pastoralnego, należy wspomnieć także o in-

⁵ B. Hartung, *Pastoral psychotherapy*, w: N. Malony (red.), *Dictionary of Pastoral Care and Counseling*, Nashville 1990, s. 860–861.

⁶ Tamże.

⁷ H. Clinebell, *Basic Types of Pastoral Care and Counseling*, Nashville 1984, s. 373.

nych określeniach, jakie możemy spotkać w próbach opisu tej formy pomocy duszpasterskiej. Mówi się niekiedy o chrześcijańskiej terapii, duszpasterstwie biblijno-terapeutycznym, poradnictwie psychologiczno-religijnym, a w ostatnim czasie ta właśnie nazwa omawianej tu formy duszpasterstwa zdaje się najczęściej wymieniana w polskiej literaturze przedmiotu. Wszystkie one podkreślają znaczenie perspektywy chrześcijańskiej i związanej z nią wartości jako centralnych aspektów procesu pomocy terapeutycznej. Tymczasem owa różnorodność definicji tej formy współczesnego duszpasterstwa może niekiedy wywoływać konfuzje. I tak na przykład Krysteczko używa określenia „metoda poradnictwa pastoralnego”, tak jakby istniały jakieś jednoznaczne kanony charakterystyczne dla tej metody, które byłyby odmienne od kanonów i zasad „poradnictwa psychologiczno-religijnego”⁸.

2. Krótkoterminowe poradnictwo pastoralne

Istotnym czynnikiem, który wydaje się mieć znaczenie w rozróżnieniu psychoterapii od poradnictwa, jest cezura czasowa. Zwykło się w naturalny sposób przyjmować, że psychoterapia obejmuje stosunkowo długi okres czasu, a przekonanie to oparte jest na właściwej intuicji, że zmiany, jakie ma ona przynieść, wymagają dostrzeżenia problemu, a następnie przebudowy dotychczasowych mechanizmów psychologicznych jednostki tak, aby mogły one zaowocować jej nowym lub bardziej skutecznym funkcjonowaniem w otaczającym świecie. Przykładem może być tu psychoanaliza, której czas trwania może wynosić wiele lat. Pośrednim potwierdzeniem popularności przekonania o potrzebie czasu w przypadku psychoterapii jest w gruncie rzeczy niewielki rozgłos i mała znajomość teorii psychoterapii krótkoterminowej, a nawet psychoanalizy krótkoterminowej, które kwestionują zasadność rozciągnięcia pracy z pacjentem w długim okresie czasu⁹. Krótkoterminowe poradnictwo swoje teoretyczne podstawy umiejscawia między innymi w koncepcji szeroko rozumianej krótkoterminowej pomocy psychoterapeutycznej. Chociaż w literaturze przedmiotu istnieje wiele definicji terapii krótkoterminowej, to ten rodzaj terapii określa się najczęściej jako „formę pomocy psychologicznej, w której zaplanowano osiągnięcie zaplanowanego celu terapeutycznego w krótkim czasie”. Zazwyczaj trwa ona w przebiegu od 6 do

⁸ W oryginale Krysteczko pisze, używając określenia w języku angielskim, o metodzie *pastoral counseling*, co w istocie rzeczy oznaczałoby „metodę poradnictwa pastoralnego”, a więc termin poradnictwo pastoralne w tym przypadku byłby nie ogólnym określeniem tej specyficznej formy duszpasterstwa, ale jakąś odrębną metodą czy techniką, wchodzącą w jego skład. Zob. H. Krysteczko, *Pastoral counseling*, w: J. Makselon (red.), *Poradnictwo psychologiczno-religijne, teoria i praktyka*, Kraków 2001, s. 172.

⁹ Zob. P. E. Sifneos, *Short-term Psychotherapy and Emotional Crisis*, Cambridge 1972; R. L. Wolberg, *Handbook of Short-Term Psychotherapy*, New York 1980; J. Mann, *Time-Limited Psychotherapy*, Cambridge 1973.

8–12 sesji, natomiast liczy ona w sumie nie więcej niż 25 sesji. W swoich założeniach teoretycznych podejście krótkoterminowe nawiązuje do paradygmatu interakcyjnego podejścia do problemów jednostki. W podstawach teoretycznych terapii krótkoterminowej należy uwzględnić prace antropologa kultury Georga Batesona nad stosowaniem koncepcji cybernetycznych w badaniach nad komunikacją pomiędzy ludźmi oraz nad znaczeniem i funkcjonowaniem paradoksu w tejże komunikacji.

Innym badaczem, którego praca w znaczący sposób wpłynęła na rozwój podejścia krótkoterminowego w terapii, był amerykański psychiatra Milton H. Erickson. Jego pracę z pacjentem bardziej cechowała intuicja niż zbiór reguł teoretycznych. Jednym z charakterystycznych i podstawowych założeń jego pracy terapeutycznej było przekonanie, że terapeuta wcale nie musi znać przyczyn trudności, jakie przeżywa pacjent, aby skutecznie rozwiązywać jego problemy. Erickson uważał, że ludzie posiadają naturalną zdolność do przewyższania trudności i rozwiązywania problemów. Do podstawowych kanonów jego terapii należała koncentracja na przyszłości pacjenta, a nie na wydarzeniach z przeszłości. W podejściu ericksonowskim w procesie terapii bardzo istotna rola przypada terapeutce, który jest aktywny, twórczy, niekiedy dyrektywny, ale przede wszystkim zdolny do bardzo wnikliwej obserwacji zachowań pacjenta oraz posiadania wysokiej plastyczności zarówno w myśleniu, jak i w działaniu. Późniejszy rozwój terapii strategicznych i systemowych mających swoje zastosowanie zwłaszcza w odniesieniu do rodziny lub działań terapeutycznych w kontekście teorii sytuacji kryzysowych bazował w dużym stopniu na osiągnięciach obu wspomnianych autorów, ale także korzystał z innych szkół psychoterapeutycznych lub teorii, jak na przykład terapii behawioralnych.

W większości podejść krótkoterminowych można wyróżnić kilka podstawowych i charakterystycznych cech wspólnych, które wiążą się z osobą terapeuty. Po pierwsze, terapeuta określa ograniczony i w miarę precyzyjny cel podejmowanej terapii. Najczęściej jest nim rozwiązanie problemu, jaki zgłasza pacjent. Po drugie, terapeuta systematycznie wzywa pacjenta do aktywności w podejmowaniu określonych i konkretnych działań, jakie mają go doprowadzić do uzyskania rozwiązania danego problemu. Po trzecie, terapeuta jest niezwykle aktywny, a niekiedy i dyrektywny w prowadzeniu terapii oraz wspiera dążenia pacjenta w ich realizacji, okazując jednocześnie osobistą wiarę i przekonanie w możliwości pacjenta, jak i w osiągnięcie przez niego realizacji celu terapii. Po czwarte, terapeuta wymaga od pacjenta działań poza sesjami terapii, działań w konkretnych sytuacjach życiowych, które mają w efekcie pomóc w realizacji postawionego celu. Po piąte, ze względu na założony krótki okres trwania terapii praca w trakcie sesji jest bardzo intensywna. Po szóste, planuje się specyficzne leczenie dla specyficznego problemu. Po siódme, prowadzona jest ocena wyników leczenia¹⁰.

¹⁰ J. M. Rakowska, *Terapia krótkoterminowa*, Warszawa 2000, s. 6–7.

Psychoterapia krótkoterminowa ma od dawna swoich zwolenników, ale także spotyka się z krytycznymi uwagami pod swoim adresem. Zdaniem zwolenników podejścia krótkoterminowego, w psychoterapii nie istnieją żadne dowody, że psychoterapia długoterminowa przynosi lepsze efekty od terapii krótkoterminowej. Pogląd ten jest oparty na szeregu badań porównujących efektywność tych dwóch rodzajów psychoterapii¹¹. Istnieje upowszechnione, aczkolwiek nieudowodnione w żaden sposób przekonanie, że psychoterapia krótkoterminowa, tak zresztą jak i inne oddziaływania o charakterze terapeutycznym, które stosowane są w krótkim lub bardzo określonym przedziale czasowym, są gorsze lub co najmniej pośledniejsze w stosunku do działań terapeutycznych rozciągniętych w czasie. Niewykluczone, że do pewnej rezerwy w odniesieniu do terapii krótkoterminowych przyczynia się jakby pejoratywna konotacja takich pojęć, jak szybka, krótkotrwała, kryzysowa. Na ten właśnie aspekt postaw wobec psychoterapii krótkoterminowej zwraca uwagę Sifneos. Terapia krótkoterminowa może sprawiać wrażenie oddziaływań doraźnych, nastawionych zatem bardziej na eliminację objawów, symptomów danego problemu czy zaburzenia, niż na dogłębne poznanie jego przyczyn i pracowitych poczynań w celu uzyskania ich trwałego ustąpienia¹². W początkowej fazie narodzin i rozwoju poradnictwa pastoralnego ten kierunek duszpasterstwa w istotnym stopniu odwoływał się do zasad relacji terapeutycznej, wywodzącej się z podejścia psychoanalitycznego. Należy także pamiętać, że chociaż jeden z pierwszych twórców idei poradnictwa pastoralnego, Anton Boisen, zachowywał rezerwę wobec psychoanalizy, to jednak pozostali ojcowie tej nowej na owe czasy formy duszpasterstwa, jak Wayne Oates czy Steward Hiltner, darzyli ją uznaniem. Wiadomo powszechnie również o istotnym wpływie na obecność perspektywy psychoanalitycznej w teorii i praktyce poradnictwa pastoralnego ze strony niezwykle popularnych i cenionych świeckich amerykańskich psychiatrów i psychologów, jak na przykład Karl Menninger czy Paul Pruyser¹³. Na ten stan rzeczy wpływał nie tylko brak własnych osiągnięć w tym zakresie, ale także niezwykła i coraz większa popularność psychoanalizy w Stanach Zjednoczonych w owym okresie. Jak wiadomo, założenia terapii psy-

¹¹ M. Koss, J. Shaing, *Research on Brief Psychotherapy*, w: L. Garfield, *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*, New York 1994, s. 664; F. Garetz, R. Kogl, D. Winer, *A Comparison of Random and Judgmental Methods of Determining Mode of Outpatient Mental Hygiene Treatment*, "Journal of Clinical Psychology" 15, s. 401–402. Z niektórych badań wynika, że lepsze rezultaty przynosi psychoterapia krótkoterminowa. Zob. L. Phillips, D. Weiner, *Discipline, Achievement and Mental Health*, New Jersey 1962, s. 21. W swojej monografii o krótkoterminowym poradnictwie pastoralnym Howard Stone przytacza szereg badań dotyczących efektywności długotrwałych i krótkoterminowych szeroko rozumianych oddziaływań psychoterapeutycznych, odnoszących się do różnych szkół i podejść psychoterapeutycznych. H. Stone, *Brief Pastoral Counseling, Short-term Approaches and Strategies*, Minneapolis 1994, s. 10–12.

¹² P. Sifneos, *Short-Term Psychotherapy and Emotional Crisis*, Massachusetts 1972.

¹³ B. H. Childs, *Pastoral Care and the Market Economy: Time Limited Psychotherapy, Managed Care, and Pastoral Counselor*, "The Journal of Pastoral Care" 1 (1999), s. 47, 51.

choanalitycznej w żadnym stopniu nie limitują czasu jej trwania, wielokrotnie praca z pacjentem trwa wiele lat, co zresztą stanowi jeden z podstawowych zarzutów wobec tego podejścia ze strony zwolenników terapii krótkoterminowej. Dopiero później psychoterapia Carla Rogersa i charakterystyczne dla niej zasady i wymogi kontaktu z pacjentem stały się tym podejściem terapeutycznym, do którego najsilniej nawiązywał ten nowy rodzaj duszpasterstwa.

3. Zalety i korzyści krótkoterminowego poradnictwa pastoralnego

Zwolennicy i propagatorzy krótkoterminowego poradnictwa pastoralnego podkreślają, że z kilku przynajmniej powodów powinno być ono coraz częściej stosowane przez księży, zajmujących się tą dyscypliną duszpasterską. Po pierwsze, zastosowanie podejścia krótkoterminowego wcale nie wyklucza w późniejszym czasie możliwości podjęcia działań, które będą trwały w dłuższym okresie. Tak więc nie zachodzi tu niebezpieczeństwo podjęcia starań, które w późniejszej perspektywie wykluczałyby posłużenie się inną metodą, o której można przypuszczać, że okazałaby się bardziej owocna czy skuteczna. Inny argument za tą właśnie metodą odwołuje się do praktyki pracy duszpasterskiej. Jest oczywiste, a bywa tak najczęściej, że poradnictwo pastoralne stanowi jakiś element pracy duszpasterskiej duchownego. Tylko bardzo niewielu księży w Polsce może powiedzieć o sobie, że poradnictwo pastoralne w decydującej mierze stanowi w ich przypadku podstawowe zajęcie, natomiast większość, podejmując się poradnictwa i chcąc je prowadzić w sposób kompetentny i profesjonalny, będzie miała ograniczony czas na jego realizację. Zagadnienie czasu trwania poradnictwa czy jakichkolwiek oddziaływań psychoterapeutycznych stanowi także istotny czynnik w procesie motywacji jednostki do podjęcia wysiłku w celu zmiany czy poprawy sytuacji, w jakiej się znalazła.

Zwolennicy podejścia krótkoterminowego zwracają uwagę na oczywisty fakt, że człowiek w naturalny sposób odczuwa potrzebę jak najszybszego usunięcia uczucia szeroko rozumianego dyskomfortu psychologicznego, a już na pewno jak najszybszej zmiany sytuacji, w której cierpi lub doświadcza innych negatywnych uczuć czy emocji. Szybkość, z jaką przychodzi pomoc, jest wartością także w obiegowej mądrości, np. „kto szybko daje, dwa razy daje”. Tempo współczesnego życia również nie ułatwia podejmowania decyzji o długotrwałym, wymagającym czasu i pieniędzy uczestnictwie w terapii.

W literaturze przedmiotu także niektóre aspekty etyczne stanowią podstawę do krytyki oddziaływań długoterminowych na korzyść poradnictwa krótkoterminowego. Podjęcie długotrwałej psychoterapii czy psychoanalizy wymaga w niektórych przypadkach istotnych nakładów finansowych. Jest oczywiste, że w przypadku, gdy prowadzenie własnej prywatnej praktyki psychoterapeutycznej przez terapeutę jest jego jedynym źródłem dochodu, motywacja finansowa (czasem nieuświadomiana) bywa istotnym czynnikiem przedłużania okresu terapii

z jego strony. Ta prawidłowość jest czasami nawet wprost sygnalizowana w ofercie pomocy psychoterapeutycznej¹⁴. W tym kontekście może następować nawet także nieświadoma preferencja postrzegania pacjentów, korzystających z psychoterapii długoterminowej, jako tych „prawdziwych”, chociaż często stanowią oni niewielki procent wśród poszukujących pomocy¹⁵. W literaturze przedmiotu stwierdza się, że krótkoterminowe poradnictwo pastoralne jest jakby naturalnie bliższe duszpasterstwu niż podejście długoterminowe, które zdaje się bardziej kojarzone z osobą psychoterapeuty niż duchownego. Zwolennicy poradnictwa krótkoterminowego zwracają uwagę, że w gruncie rzeczy jego główna idea i esencja są obecne od zarania w praktyce duszpasterskiej. W oczywisty sposób są one zawarte w kontakcie, relacji, jaka zachodzi pomiędzy duchownym i parafianinem. W tym kontakcie wielokrotnie znajduje się wysłuchanie aktualnego problemu oraz wskazówka i wsparcie. Aczkolwiek nie jest ono ekwiwalentne do sesji porady pastoralnej, to jednak zdaje się bliższe podstawowemu kontekstowi, w jakim zachodzi relacja duszpasterska. Parafianin okresowo dzieli się swoimi problemami z duchownym, dzieje się tak, gdy kryzys, jakiego doświadcza, sprawia, że zwraca się po pomoc w jego rozwiązaniu. Można w pewnym stopniu zaryzykować odwołanie się w takiej sytuacji do podstawowej metafory związanej z duszpasterstwem, a mianowicie do relacji między pasterzem i zagubioną owcą. Istotnym elementem jest tu motyw czasu. Pasterz zostawia swoje stado, zajmując się konkretną owcą, ale po odnalezieniu jej, powracają razem do stada. Odnaleziona i przywrócona stadu owca nie wymaga już dalszej szczególnej uwagi ze strony pasterza. Znalazła się ponownie w znajomym dla niej, bezpiecznym środowisku, a pasterz także powraca do swojej funkcji, jaką jest opieka nad stadem.

W analizie różnic pomiędzy krótkoterminowym poradnictwem pastoralnym a poradnictwem rozciągniętym w czasie istotna jest także perspektywa, z której przyglądamy się trudnym doświadczeniom jednostki. Wielu psychologów i psychiatrów w ostatnim czasie zwraca uwagę na coraz bardziej powszechne zjawisko, jakie obserwują zwłaszcza wśród ludzi młodych, którzy zwracają się po pomoc psychoterapeutyczną. Mianowicie uderzający jest fakt nieradzenia sobie przez nich z przeżyciami, wydarzeniami czy problemami, które z trudnością można by zaliczyć do mających jakiś szczególnie traumatyczny czy niezwykły wymiar. Wręcz przeciwnie, specjaliści zajmujący się psychoterapią, czy też szeroko rozumianą

¹⁴ W prasowych ogłoszeniach o świadczonej pomocy psychoterapeutycznej dosyć często możemy przeczytać w ofercie, że „pierwsza wizyta (sesja) kosztuje więcej, natomiast pozostałe mniej”. Czasem spotkamy stwierdzenie wprost, że koszt psychoterapii związany jest z liczbą sesji – im więcej ich będzie, tym będą tańsze. Z okresu swojej pracy w Centrum Poradnictwa Pastoralnego w Atlancie w Stanach Zjednoczonych pamiętam przygnębienie i niepokój jednego z pracowników Centrum, gdy dowiedział się, że jego klient w związku ze zmianą pracy przeprowadza się z Georgii do innego stanu i nie będzie już przychodził na sesje, gdy tymczasem córka terapeuty zdawała na uniwersytet, co oczywiście łączyło się w niedalekiej przyszłości z istotnymi kosztami finansowymi.

¹⁵ C. S. Austand, *Is Long-term Psychotherapy Unethical*, San Francisco 1996, s. 135–155.

pomocą terapeutyczną twierdzą, że owe problemy czy kryzysy wywołują reakcje i skutki psychologiczne o wiele za silne, wręcz mało adekwatne do zaistniałych przyczyn. W odczuciu wielu z nich uderza brak umiejętności radzenia sobie z szeroko rozumianym stresem, jak i, co ważniejsze, skłonność do spostrzegania i oceny napotykaných negatywnych doświadczeń, mających postać kryzysów czy zagrożeń, jako szczególnie trudnych do pokonania, a ich pojawienie się stanowi całkowite zaskoczenie. Wystąpienie nawet niewielkiego dyskomfortu psychicznego staje się istotnym powodem do szukania pomocy psychoterapeutycznej, a samo jego zaistnienie zdaje się młodemu człowiekowi wydarzeniem absolutnie niepożądanym, zagrażającym i wymagającym jak najszybszego usunięcia jego negatywnych skutków. Charakterystyczna jest także obawa przed cierpieniem, jakby to doświadczenie człowieka bardziej należało do obszaru ciężkiej patologii, a nie było jedną z podstawowych prób, jakie napotyka w swojej egzystencji¹⁶. W tym przypadku działalność terapeutyczna rozciągnięta w czasie zdaje się, aczkolwiek w sposób niezamierzony, potwierdzać to przekonanie i wychodzić naprzeciw tym nierealistycznym i mało dojrzałym oczekiwaniom.

4. Problematyka tożsamości poradnictwa pastoralnego

Problematyka miejsca krótkoterminowego poradnictwa pastoralnego we współczesnej praktyce duszpasterskiej w istotny sposób wiąże się z innym niezwykle ważnym zagadnieniem, jakim jest tożsamość i wyjątkowość poradnictwa pastoralnego pośród innych działań terapeutycznych i pomocowych, dostępnych obecnie jednostce. Aczkolwiek waga tego problemu w obecnej chwili zdaje się daleko mniejsza w naszej polskiej rzeczywistości w porównaniu z sytuacją w Stanach Zjednoczonych oraz niektórych krajach europejskich (zwłaszcza w Skandynawii), to w przyszłości będzie stanowić także wyzwanie w praktyce

¹⁶ „Jednocześnie wielu starszych wiekiem terapeutów zadziwia coś, co nazwałabym minimalnymi możliwościami psychicznymi pacjentów w konfrontacji z cierpieniem. Niemało klientów psychoterapii sprawia wrażenie jakby zatracili zupełnie posługiwanie się proporcjami. Mają oni sporą trudność choćby w rozróżnieniu między dyskomfortem, przykrością a cierpieniem. Także choćby odrobinę bardziej dojrzały ogłąd, wcale nie oznaczający słabszego odczuwania cierpienia, różnicy w psychologicznych konsekwencjach różnych wydarzeń życiowych, które spowodowały ich aktualny stan – ma miejsce niezwykle rzadko. Wszystko jest straszne, kiedy cierpią bez względu, czy dotyczy to zawiedzionych ambicji zawodowych, rozstania z dziewczyną czy diagnozy choroby nowotworowej u kogoś ze swoich najbliższych. Ich odporność na cierpienie jest jakby wyraźnie słabsza od pokolenia swoich rodziców. Czasem terapeuta miewa pokusę stwierdzenia (ryzykując utratę klienta), że cierpienie w tej sytuacji jest czymś jak najbardziej na miejscu, czymś naturalnym i w sumie jego brak nasuwałby podejrzenia o ciężką patologię w postaci określanej w mądrym języku psychologiczno-psychiatrycznym jako «zanik uczuciowości wyższej». Czasem ciśnie się na usta brutalne stwierdzenie »no i co w tym złego, że Pan lub Pani cierpi?»”. O. Benedyktowicz, *Cel i sens pomocy psychoterapeutycznej w ludzkim cierpieniu w perspektywie poradnictwa pastoralnego*, w: R. Jaworski (red.), *Wobec cierpienia*, Płock 2004, s. 206, 207.

duszpasterskiej w naszym kraju. Otóż wyjątkowo wysokie standardy dotyczące umiejętności, praktyki, a zwłaszcza superwizji, jakie postawiły i stawiają kandydatom organizacje zrzeszające i legitymizujące poradnictwo pastoralne, sprawiły, że obecnie w odczuciu społecznym wielu ludzi ten rodzaj duszpasterstwa jest bardziej kojarzony z laicką pomocą psychoterapeutyczną, świadczoną na wysokim poziomie i stanowiącą realną konkurencję dla psychiatrów, psychologów czy psychoterapeutów. Zaistniała sytuacja z jednej strony jest nader korzystna dla duchownych, zajmujących się poradnictwem pastoralnym, podnosi bowiem ich prestiż i pozycję w szeroko rozumianej współpracy psychoterapeutycznej, świadczonej przez instytucje świeckie, a wielu autorów i praktyków poradnictwa pastoralnego stało się niekwestionowanymi autorytetami w psychoterapii czy laickim poradnictwie. Takie instytucje, jak szpitale ogólne, psychiatryczne, domy opieki dla ludzi starszych, zatrudniają duchownych, którzy stanowią pełnoprawną część personelu leczącego i terapeutycznego, a ich wkład w proces świadczonej pomocy spotyka się z respektem i uznaniem. Jednocześnie rosnąca rola poradnictwa pastoralnego wśród różnorodnych świeckich ofert szeroko rozumianej pomocy psychoterapeutycznej może stanowić wyzwanie dla klarownej tożsamości tej dyscypliny duszpasterskiej. Wielu duchownych, uprawiających poradnictwo pastoralne, należy do organizacji zrzeszających psychologów i psychoterapeutów, sporo z nich posiada ukończone studia psychologiczne, odbyło specjalistyczne szkolenia w psychoterapii, zdarzają się także duchowni, którzy ukończyli studia medyczne ze specjalizacją w zakresie psychiatrii¹⁷.

Doświadczenia amerykańskie w tej kwestii wskazują na coraz częściej pojawiające się zjawisko trudności z utrzymywaniem duszpasterskiej tożsamości przez niektórych duchownych. Praca w centrach poradnictwa pastoralnego, coraz rzadszy kontakt z parafią oraz niepełnienie w niej żadnych funkcji, nierzadko podejmowanie prywatnej praktyki psychoterapeutycznej mogą stanowić wyzwanie dla tożsamości i klarownej identyfikacji pełnionych przez nich zadań. Zwolennicy krótkoterminowego poradnictwa pastoralnego podkreślają, że właśnie to podejście pomaga, a nawet w naturalny sposób wymusza na duchownych funkcjonowanie w wymiarze eklezjalnym, którego podstawą jest parafia i społeczność wiernych¹⁸.

¹⁷ Obecny przewodniczący Europejskiej Rady Duszpasterstwa i Poradnictwa Pastoralnego jest lekarzem psychiatrą i mnichem prawosławnym – przyp. aut.

¹⁸ B. H. Childs podkreśla potrzebę powrotu poradnictwa pastoralnego do swoich korzeni, związanych z autorytetem Kościoła, Pismem Świętym, a przede wszystkim z tradycją. Jego zdaniem, są to podstawowe wartości i czynniki, mające istotne znaczenie w kwestii tożsamości poradnictwa pastoralnego. Są one ważniejsze od postanowień i regulacji świeckich i rządowych organizacji związanych z pomocą psychologiczną i psychoterapeutyczną, do których należy wielu duchownych zajmujących się poradnictwem. B. H. Childs, dz. cyt., s. 54–55.

5. Aspekt pedagogiczny i edukacyjny w krótkoterminowym poradnictwie pastoralnym

Krótkoterminowe poradnictwo pastoralne jest niewątpliwie także tym rodzajem specjalistycznego duszpasterstwa, które zawiera w sobie istotny wymiar pedagogiczny. Chociaż poradnictwo pastoralne jest stosowane najczęściej w odniesieniu do młodzieży i ludzi dorosłych i dotyczy sytuacji psychologicznie trudnej, w której się znajdują, to zawiera w swojej istocie aspekt wzrostu, formacji i nabywania wiedzy. Poradnictwo pastoralne w oczywisty sposób różni się od podejścia ściśle psychotherapeutycznego, którego celem bywa zazwyczaj rozwiązanie problemu i usunięcie towarzyszącego mu dyskomfortu lub negatywnych emocji. W perspektywie tej formy duszpasterstwa sytuacja trudna jest także lub przede wszystkim przestrzenią edukacyjną i pedagogiczną. Jak pisze wybitny polski pedagog, Stefan Kunowski,

pedagogika jest więc nauką, której przedmiot stanowi sprawa praktycznej pedagogii wszelkiego rodzaju (sztuki i techniki wychowania), czyli prowadzenia dzieci, młodzieży oraz oddziaływania na rozwój ludzi dorosłych [...]. Jak widzimy na podstawie przeglądu terminologii, związanej z pedagogiką, przedmiotem jej badania, w nowoczesnym ujęciu, są wszelkie zjawiska wychowawcze zachodzące w ciągu całościowego rozwoju człowieka oraz różnorodne czynności opracowane teoretycznie, tworzące wielokierunkową pomoc wychowawczą dla doskonałego i pełnego, wszechstronnego rozwoju ludzi¹⁹.

Doświadczenie sytuacji psychologicznie trudnej jest jednocześnie źródłem wiedzy o sobie samym. Jednostka w procesie porady pastoralnej odkrywa swoje słabe i mocne strony, staje się bardziej świadoma niektórych cech własnej osobowości. Prowadzący poradę pomaga postawić pytanie: „Czego nauczyło lub uczy mnie to doświadczenie?”, ale także aktywnie pomaga w poszukiwaniu na nie odpowiedzi. Porada pastoralna skoncentrowana pozornie na doraźnym zadaniu w swojej istocie facylituje rozwój jednostki w wymiarze nie tylko osobowości, ale także i moralno-etycznym. W krótkoterminowej porady pastoralnej występuje również inny niezwykle istotny element pedagogiki rogersowskiej, jakim jest kontrakt. Rogers charakteryzuje kontrakt, jako rodzaj wskazówek²⁰:

1. Zdecyduj, czy kontrakt ma być krótkoterminowy czy długoterminowy.
2. Określ ogólne założenia kontraktu.
3. Zgromadź zasób potrzebnych materiałów i informacji.
4. Zaplanuj liczbę i częstotliwość konsultacji, na których uczeń będzie składał sprawozdania z postępów w realizacji swojego projektu.

¹⁹ S. Kunowski, *Podstawy współczesnej pedagogiki*, Warszawa 2004, s. 27, 32.

²⁰ M. Kościelniak, *Zrozumieć Rogersa. Studium koncepcji pedagogicznych Carla R. Rogersa*, Kraków 2004, s. 42.

5. Określ w kontrakcie sposób ewaluacji pracy ucznia.
6. Zaczynaj pracę najpierw z jednym uczniem. Przystąp do kontraktów z innymi uczniami dopiero wtedy, gdy pierwsze przedsięwzięcie zakończy się powodzeniem.

Nawet pobieżna analiza kontraktu psychoterapeutycznego, jak i zwłaszcza podstawowe zasady procesu psychoterapeutycznego poradnictwa krótkoterminowego pozwalają na stwierdzenie obecności w nim zarówno elementów pedagogiki rogersowskiej, jak i świadomych i zamierzonych działań edukacyjnych. Poznawanie nowej perspektywy w spostrzeganiu problemu, wieloaspektowej ewaluacji jego wagi i znaczenia w trakcie wstępnej fazy porady oraz proponowanie różnorodnych, konkretnych sposobów postępowania w trakcie kolejnych sesji jest także swoistym procesem uczenia się nieznanych dotychczas jednostce postaw wobec pojawiających się trudności. Szczególne miejsce w tym procesie zajmują propozycje działań i strategii o charakterze paradoksu. Doświadczenia jednostki związane z realizacją strategii paradoksalnych będą z pewnością miały istotny wpływ na autokorektę własnych schematów poznawczych, elastyczności myślenia, a nade wszystko zwiększenia poczucia własnej wartości. Z praktyki stosowania strategii paradoksalnych wiadomo także, że intensyfikacja symptomu ujęta jako systematyczny obowiązek osłabia jego siłę szczególnie w przypadku dzieci i młodzieży.

Kontynuując próbę analizy procesu krótkoterminowej porady pastoralnej, ze względu na kontekst pedagogiczny należy odwołać się do jednego ze standardowych pojęć pedagogiki i psychologii rogersowskiej, jakim jest „relacja wspomagająca”. Jak pisze Rogers, „Przez termin ten rozumiem relację, w której przynajmniej jedna ze stron posiada intencję promowania wzrostu, rozwoju, dojrzewania, lepszego funkcjonowania, lepszego radzenia sobie z życiem przez drugiego człowieka”²¹.

Ponieważ Rogers nie podejmuje szerszych rozważań na temat natury tej relacji, można posłużyć się owym pojęciem dla lepszego uwypuklenia obecności aspektu pedagogicznego w procesie krótkoterminowej porady pastoralnej. Relacja pastoralna jest relacją zaufania i empatii, a beneficjentem tej relacji jest także niosący pomoc duchowny. Duchowny, tak jak nauczyciel, monitoruje, wspiera i towarzyszy, zadaje „pracę do domu”, zachęca do przekraczania granic i stawiania przez jednostkę coraz ambitniejszych i odważniejszych celów. Do takich prac domowych zaliczyć można prowadzenie dziennika, czytanie zarówno specjalistycznych artykułów i pozycji książkowych, jak i pozycji literackich, oglądanie filmów, mogących stanowić ilustrację czy nawiązanie do problemów i wyzwań, jakie pojawiły się przed daną osobą. Niosący pomoc duchowny musi rozwijać swoją kreatywność, pomysłowość, elastyczność myślenia, tak aby proponowane przez niego zadania i działania, odwołujące się na przykład do paradoksu, były sensowne i rokowały powodzenie. Osoba objęta krótkoterminowym poradnic-

²¹ Tamże, s. 124.

twem pastoralnym w swoisty sposób edukuje się „uczy się” pokonywać występujące ograniczenie, słabość, rozwiązywać problemy w relacjach interpersonalnych. Jednocześnie zachodzi w procesie tej porady rozwój potencjału jednostki w sferze odwagi, samoakceptacji będącej wynikiem pojawienia się choćby dozących sukcesów w realizacji podjętych wspólnie z duchownym strategii postępowania. Początkowy i zazwyczaj nader ograniczony cel w przypadku tej formy pomocy sprowadzający się do poprawy aktualnego funkcjonowania może stać się jednocześnie wezwaniem i szansą do znacznie ważniejszego rozwoju w zakresie osobowości jednostki.

W przypadku krótkoterminowego poradnictwa pastoralnego mamy do czynienia z obecnością i spełnieniem zarówno zasadniczych postulatów psychoterapii niedyrektywnej, jak i praktycznym stosowaniem najistotniejszych propozycji koncepcji pedagogicznych Carla Rogersa. Duchowny jest nauczycielem-facilitatorem, który „oprócz tworzenia atmosfery emocjonalnej sprzyjającej dobremu funkcjonowaniu wewnętrznemu uczniów, ma za zadanie zadbać o zapewnienie im warunków zewnętrznych ułatwiających «znaczące uczenie się». Powinien więc wypracować bogaty zestaw indywidualnych metod i technik działania”²². Krótkoterminowe poradnictwo pastoralne może stanowić istotny sposób praktycznej pomocy w problemach typowych i charakterystycznych dla okresu adolescencji i młodzieży starszej, tak więc powinno ono stać się ważnym narzędziem w pracy duszpasterskiej w odniesieniu do tego okresu rozwojowego w życiu człowieka.

Krótkoterminowe poradnictwo pastoralne może stanowić także interesującą przestrzeń teoretyczno-badawczą dla pedagogiki religijnej. Jak stwierdza Milerski,

pedagogikę religii można ujmować jako kierunek badań w ramach teologii i zarazem jej naukę pomocniczą, będącą uzupełnieniem katechetyki i częścią teologii pastoralnej [...]. Jej podstawowym zadaniem jest pomoc w usprawnieniu tzw. formacji religijnej człowieka poprzez włączenie do refleksji katechetycznej dorobku pedagogiki, a zwłaszcza koncepcji uczenia nauczania, psychospołecznych i rozwojowych uwarunkowań katechizacji czy też alternatywnych metod nauczania²³.

Jednym z wezwań i postulatów współczesnej edukacji religijnej jest hermeneutyka doświadczeń. Hermeneutyka tekstu biblijnego powinna zostać uzupełniona poprzez hermeneutykę doświadczenia życiowego jednostki. Sytuacja psychologicznie trudna i proces jej rozwiązywania jest w krótkoterminowym poradnictwie pastoralnym szansą na chrześcijańską refleksję hermeneutyczną nad konkretnym, często traumatycznym doświadczeniem. Na znaczenie doświadczenia jednostkowego, a tym bardziej doświadczenia mającego istotne znaczenie (któremu zazwyczaj towarzyszą silne emocje) w życiu danej osoby w procesie

²² Tamże, s. 129.

²³ B. Milerski, *Pedagogika religii*, w: Z. Kwieciński, B. Śliwerski (red.), *Pedagogika*, Warszawa 2003, s. 276.

edukacji religijnej i humanistycznej zwracają uwagę zwolennicy i propagatorzy hermeneutyki doświadczenia:

Obecnie twierdzi się, że edukacja religijna i humanistyczna powinna odwoływać się do podstawowych doświadczeń człowieka, a mianowicie zagadnień ważnych życiowo (tzw. tematów), doświadczeń elementarnych, czyli podstawowych i prymarnych, a przez to uniwersalnych przeżyć ludzkich, oraz doświadczeń kluczowych – przeżyć w decydujący sposób wpływających na interpretację rzeczywistości. Skoro edukacja religijna powinna być zorientowana na określoną hermeneutykę bytu ludzkiego, to w procesie nauczania należy odwołać się do zagadnień, które uwzględniają wszystko, co zarówno jednostka, jak i społeczeństwo doświadczają jako znaczące dla kształtowania własnego życia oraz własnej samorealizacji. W wychowaniu religijnym nie chodzi bowiem w pierwszym rzędzie o transmisję doktrynalnych prawd, ale o wykształcenie religijnego sposobu samorozumienia, orientacji i działania²⁴.

Krótkoterminowe poradnictwo pastoralne stanowić zatem może istotną pomoc zarówno w nowoczesnym podejściu do działań katechetycznych, wychowawczych, edukacyjnych oraz w procesach formacyjnych jednostki.

Short-term pastoral counseling: educational and pedagogical aspects (Summary)

In the first part of an article author is presenting the basic idea and historical facts concerning pastoral counseling. Pastoral counseling refers to caring ministries that are more structured and focused on specifically articulated need or concern. Next, the concept of short-term pastoral counseling is introduced. The main idea of this kind of pastoral care is presented. The viewpoint in this part is, that short-term pastoral counseling methods, for most people encountered in the parish, are not only as good as longer methods, but are actually better because they take less time and are equally effective. Also, the ethics of long-term versus short-term methods are here discussed. The short-term pastoral counseling can be also discussed from the educational and pedagogical perspectives. At least there are two important aspects: at first, in the short-term pastoral counseling it is possible to distinguish methods and approaches which are present also in works of Carl Rogers on education (Rogers C. R., *Freedom to Learn for the 80's*; Rogers C. R., *On Becoming a Person*). The idea of “facilitation” as well as concepts of “contract, mutual evaluation, helping relationship” are essential and characteristic in so called “Rogers’s pedagogy and education”. The other aspect which has been discussed concerns pedagogy of religion, specifically a hermeneutical theory of human experience. There is demand, that religious education should be related not only to the text, but rather to the significant human experience. This is realize in the process of pastoral counseling, since this kind of pastoral care is focused on person in the crucial or crisis situation.

²⁴ Tamże, s. 276.