

MAŁGORZATA MAŁYSZEK

PSYCHOTERAPIA JAKO KIEROWNICTWO DUCHOWE?

W ostatnich latach można zauważyć ciągły wzrost liczby osób cierpiących na różne zaburzenia na tle emocjonalnym, pragnących uporządkować swoje życie, aby dzięki temu móc czerpać z niego większą radość, czy doświadczających pustki i bezsensu własnego istnienia. W związku z tym widoczne jest coraz większe zainteresowanie psychologią i psychiatrią oraz rosnąca popularność psychoterapii. Stąd też wielu chrześcijan, ze swoimi problemami, także egzystencjalnymi czy religijnymi, coraz częściej woli udać się do terapeuty niż do osoby duchowej, czy kierownika duchowego¹. Wobec tego nasuwa się pytanie, czy psychoterapię można traktować jako „u współczesną wersję” kierownictwa duchowego, która jest w stanie lepiej uwzględnić potrzeby i problemy współczesnego człowieka, tym samym traktując ją jako tożsamą z kierownictwem duchowym, jedynie z tą różnicą, że wyłoniła się ona z nauk psychologicznych a nie z wieloletniej praktyki duchowości chrześcijańskiej. Aby ustalić rozwiązanie postawionego problemu, należy zastanowić się jak rozumiane są psychoterapia i kierownictwo duchowe oraz jakie cele stawiają sobie obie te dziedziny.

I. TERMINOLOGIA

W języku potocznym psychoterapia ma wiele znaczeń. Powszechnie kojarzy się ona z jakimś działaniem zmierzającym do uzyskania dobrego samopoczucia na płaszczyźnie psychicznej. Stąd też można mówić o terapeutycznym

Mgr lic. MAŁGORZATA MAŁYSZEK – doktorantka Instytutu Teologii Duchowości KUL; adres do korespondencji: Al. Raławickie 14, 20-950 Lublin; e-mail: m.malyszek@wp.pl

¹ Zob. *Terapia a duszpasterstwo – dyskutują ksiądz, psychiatra i psycholog: Józef Augustyn SJ, Krzysztof Jedliński, Jacek Santorski*, „Więź” 1994, nr 10, s. 38-40.

wpływie spaceru, życzliwej rozmowy czy słuchania muzyki. Szerokie rozumienie psychoterapii prowadzi często do określania w ten sposób czynności, które tak naprawdę nie mają z nią wiele wspólnego² Współczesne rozmycie znaczenia tego pojęcia w dużej mierze spowodowane jest faktem, iż wiele osób nie posiadających formalnych uprawnień do leczenia, podejmuje się działań określanych mianem „psychoterapia” (na przykład w odniesieniu do pomocy psychologicznej, rehabilitacji czy wychowania)³ Dlatego też w ostatnich latach ważną sprawą stało się dokładne określenie statusu tej dziedziny. Bowiem do tej pory tym, co łączy osoby identyfikujące się z nazwą „psychoterapeuta”, wcale nie jest określony zawód. Stąd też podejmowane są czynności zmierzające do zintegrowania grupy osób zajmujących się psychoterapią, między innymi poprzez ujednoczenie wykształcenia. Obecnie pośród nich najwięcej jest lekarzy i psychologów⁴ Jednakże ani wykształcenie medyczne, ani wykształcenie psychologiczne nie stanowią wystarczającego przygotowania do prowadzenia działań psychoterapeutycznych. Przyjmuje się, iż powinno ono zostać poszerzone także o umiejętności charakterystyczne dla tej metody leczenia⁵

W Polsce systematyczne szkolenia, przygotowujące do prowadzenia psychoterapii, prowadzone są przez Polskie Towarzystwo Psychiatryczne. Po ich ukończeniu otrzymuje się licencję, która uprawnia do wykonywania działań z tego zakresu. Warto w tym miejscu jeszcze wspomnieć, że sprawa określenia statusu tej dyscypliny naukowej uregulowana jest już w Austrii. Psychoterapia uzyskała tam pozycję odrębnego zawodu⁶

Etymologicznie termin „psychoterapia” oznacza leczenie duszy. Wywodzi się od greckiego słowa *therapeuin*, które tłumaczone jest jako leczyć, troszczyć się, oraz od greckiego *psyche*, czyli dusza⁷ Określenie to jest dość szerokie i ogólne, co powoduje wieloznaczność jego rozumienia, a tym samym przyczynia się do wielu trudności w próbach precyzyjnego zdefiniowania. Na przestrzeni ostatnich kilkudziesięciu lat powstało wiele sformułowań

² Zob. J. B o m b a, *O niektórych zagrożeniach psychoterapii*, „Znak” 1997, nr 10, s. 12.

³ Zob. J. W A l e k s a n d r o w i c z, *Psychoterapia*, w: *Encyklopedia Psychologii*, red. W Szewczuk, Warszawa 1998, s. 691.

⁴ Zob. B o m b a, *O niektórych zagrożeniach psychoterapii*, s. 20.

⁵ Zob. A l e k s a n d r o w i c z, *Psychoterapia*, s. 691.

⁶ Zob. B o m b a, *O niektórych zagrożeniach psychoterapii*, s. 20.

⁷ Zob. A. P o s a c k i, *Zło i jego przezwyciężenie w psychoterapii i w chrześcijaństwie*, w: *Droga wyzwolenia. Pierwszy tydzień Ćwiczeń Duchownych. Referaty VII Kursu Duchowości Ignacjańskiej*, [bez red.], Czechowice-Dziedzice 14-17 września 1987, s. 93.

próbujących nakreślić, czym jest psychoterapia. Niektórzy ustalili, że do tej pory powstało ponad sześćset jej definicji⁸

Określenie, jak jest rozumiana ta dziedzina, w dużej mierze zależy od założeń teoretycznych danej szkoły psychoterapeutycznej. Może być ona definiowana, na przykład, jako „forma interpersonalnej perswazji, edukacji psychospołecznej, jako technologia behawioralna, czy rodzaj przewodnictwa w zakresie zmiany samego siebie”⁹ Freud, który jest twórcą jednego z nurtów w psychoterapii zwanego psychoanalizą, określił ją jako proces umożliwiający pacjentowi dostrzeżenie występujących u niego czynników chorobotwórczych i emocji, które mogą zostać usunięte poprzez ich interpretację¹⁰ W przypadku tzw. podejścia behawioralnego działanie psychoterapeutyczne ukierunkowane jest na leczenie symptomów chorobotwórczych. Nacisk położony jest na zachowania pacjenta, które są obserwowalne. Zastosowane tu techniki opierają się na podstawowych prawach uczenia się, które – według twórców tej teorii – zajmują decydującą rolę w rozwoju jednostki i w kształtowaniu jej osobowości¹¹ Natomiast w podejściu poznawczym mianem psychoterapii określa się wszelkie metody działania zmierzające do przekształcenia myślenia, w wyniku czego dochodzi do zmiany zachowań i związanych z nimi uczuć. Zarówno w podejściu behawioralnym jak i poznawczym psychoterapia koncentruje się na aktualnym problemie pacjenta i ma ona charakter krótkoterminowy¹² W koncepcji humanistyczno-egzystencjalnej postrzega się zaburzenia jako braki w rozwoju osobowości, które spowodowane są przez niezaspokojone, ważne potrzeby psychologiczne danej osoby. Według twórców tego podejścia, psychoterapia jest procesem zmierzającym do stworzenia takich warunków, które umożliwią pacjentowi przeżycie doświadczeń emocjonalnych o charakterze korektywnym, oraz doprowadzenia go do rozważań związanych z ważnymi wartościami, a także wyborami życiowymi. Ukierunkowana jest ona na teraźniejszość i przyszłość tej osoby¹³

⁸ Zob. B o m b a, *O niektórych zagrożeniach psychoterapii*, s. 12.

⁹ J. C z a b a ł a, *Czynniki leczące w psychoterapii*, Warszawa 2000, s. 14.

¹⁰ Zob. Z. S o k o l i k, *Psychoanaliza (ortodoksyjna i teorie relacji z obiektem). Neopsychoanaliza*, w: *Psychoterapia. Szkoły, zjawiska, techniki i specyficzne problemy*, red. L. Grzebiuk, Warszawa 1995, s. 19.

¹¹ Zob. W. S z e w c z u k, *Behawioryzm*, w: *Encyklopedia Psychologii*, s. 39.

¹² Zob. U. J a k u b o w s k a, *Podejście behawioralno-poznawcze*, w: *Psychoterapia. Szkoły, zjawiska, techniki i specyficzne problemy*, s. 41.

¹³ Zob. U. J a k u b o w s k a, *Podejście humanistyczno-egzystencjalne*, w: *Psychoterapia. Szkoły, zjawiska, techniki i specyficzne problemy*, s. 50.

Równie ciekawie przedstawiają się współczesne próby zdefiniowania, czym jest psychoterapia. Na przykład J. C. Norcross postrzega ją jako „świadome i zamierzone zastosowanie metod klinicznych i interpersonalnych zabiegów, pochodzących ze sprawdzonych twierdzeń nauk psychologicznych, w celu towarzyszenia ludziom w modyfikacji ich zachowań, właściwości poznawczych, emocji i innych indywidualnych charakterystyk na takie, które wydają się uczestnikom tego procesu pożądane”¹⁴ Natomiast J. W. Aleksandrowicz psychoterapię definiuje jako działanie psychologiczne, które ma na celu leczenie zaburzeń przeżywanych przez jednostkę, wpływając na jej przeżywanie, zachowanie oraz stan czynnościowy narządów, poprzez zmiany w procesach psychicznych, w których konieczne jest usunięcie przyczyn i objawów choroby¹⁵

Wśród tych różnych koncepcji wspólnym elementem jest teza zakładająca możliwość wprowadzenia zmiany w zaburzonym sposobie przeżywania poprzez odpowiednie działania zastosowane w procesie psychoterapeutycznym. Aby taka możliwość mogła zaistnieć, niezbędny jest tzw. związek terapeutyczny, który powstaje w bezpośrednim kontakcie pacjenta z psychoterapeutą bądź grupą psychoterapeutyczną. Ten interpersonalny związek jest jednym z warunków do wprowadzenia zmiany w zaburzonym przeżywaniu¹⁶

Na podstawie przytoczonych powyżej definicji można wskazać trzy istotne elementy związane z psychoterapią. Po pierwsze, zakłada ona towarzyszenie danej osobie w procesie zmian, które są pożądane także przez nią samą. Procesy te są uruchamiane przez zachowania terapeuty. Po drugie, wprowadzane zmiany dotyczą niewłaściwych postaw i zaburzonego przeżywania, które wypływają najczęściej z zaistniałych trudności. Po trzecie, ważną kwestią jest wyznaczenie zakresu tych zmian, a także ustalenie niezbędnych procedur prowadzących do ich osiągnięcia.

Psychoterapia jest więc zjawiskiem, w którym „na skutek interakcji międzyosobowej zachodzi proces przemiany psychicznej od pewnych zaburzeń procesów psychicznych czy też psychosomatycznych, czyli od tego, co można niekiedy nazwać «chorobą psychiczną», w kierunku tzw. zdrowia psychicznego. Proces taki jest zasadniczo zamierzony i prowadzony systematycznie według pewnej metodologii poprzez interakcję międzyosobową między pa-

¹⁴ Cyt. za: C z a b a ł a, *Czynniki leczące w psychoterapii*, s. 19.

¹⁵ Zob. tamże, s. 15.

¹⁶ Zob. A l e k s a n d r o w i c z, *Psychoterapia*, s. 691-692.

cjentem a lekarzem, czy też grupą terapeutyczną”¹⁷ Zakłada ona przemianę w strukturach emocjonalno-poznawczych, prowadząc do zmiany określonych decyzji i postaw życiowych.

W związku z ustaleniem, czym jest kierownictwo duchowe, sytuacja przedstawia się trochę podobnie jak przy psychoterapii. Rozumienie tej rzeczywistości kształtowało się na przestrzeni wielu lat i związane było z różnymi modelami duchowości, jakie powstawały w historii Kościoła. Szczególne znaczenie ma tu *Reguła* św. Benedykta z Nursji. Zalecał on korzystanie z kierownictwa duchowego przez zakonników. Jego myśl poszerzył św. Bernard z Clairvaux, podkreślając rolę Ducha Świętego w kierownictwie duchowym, potrzebę rozeznania duchów oraz potrzebę posłuszeństwa swojemu kierownikowi. W określeniu czym jest kierownictwo duchowe ważną rolę odegrali także nowożytni klasycy duchowości, a mianowicie św. Ignacy Loyola, św. Teresa od Jezusa oraz św. Jan od Krzyża¹⁸ W szkole duchowości ignacjańskiej kierownik duchowy jawi się jako mądry przewodnik, który w dialogu z daną osobą dokonuje „rozeznania duchów”¹⁹ Z kolei św. Teresa zaleca, aby każdy chrześcijanin posiadał swojego kierownika duchowego. Podkreśla ona znaczenie tej posługi w odnajdywaniu woli Bożej. W *Autobiografii* pisze o szkodach w życiu wewnętrznym, które były skutkiem braku kierownika duchowego²⁰ Św. Jan od Krzyża zwrócił uwagę, iż w formacji duchowej duże znaczenie ma zachowanie odznaczające się większą delikatnością i dobrocią. W ten sposób doprowadził do zmniejszenia przesadnej stanowczości kierownika, a także złagodził jego zbytnią surowość²¹

Także i dzisiaj próbuje się określić czym jest kierownictwo duchowe. W sformułowaniach tych widać założenia poszczególnych szkół duchowości, jak również wzięte są pod uwagę pragnienia i potrzeby współczesnego człowieka. Przykładowo Perez Milla podaje, iż kierownictwo duchowe „jest interpersonalną relacją przyjaźni między dwiema osobami, które wzajemnie pomagają sobie realizować się w ich wymiarach antropologicznych na sposób, w którym każda z tych osób osiąga swoją konfigurację z Chrystusem”²²

¹⁷ P o s a c k i, *Zło i jego zwyciężenie w psychoterapii*, s. 94.

¹⁸ Zob. J. M i s i u r e k, *Kierownictwo duchowe*, w: *Leksykon duchowości katolickiej*, red. M. Chmielewski, Lublin–Kraków 2002, s. 412-413.

¹⁹ Zob. R. F r a t t a l l o n e, *Kierownictwo duchowe dziś*, tł. Z. J. Kijas, Warszawa 2001, s. 93.

²⁰ Zob. J. A u g u s t y n, *Praktyka kierownictwa duchowego*, Kraków 1993, s. 12.

²¹ Zob. M i s i u r e k, *Kierownictwo duchowe*, s. 413.

²² Cyt. za: F r a t t a l l o n e, *Kierownictwo duchowe dziś*, s. 35-36.

Z kolei J. F. Valderrabano Orteig kierownictwo duchowe postrzega jako jedną z form duchowego rozwoju, która wyraża działanie Ducha²³ Natomiast C. Porro stwierdza, iż kierownictwo duchowe nie ogranicza się jedynie do płaszczyzny psychologicznej, ani też nie jest tylko pomocą czysto ludzką. Przede wszystkim stanowi ono posługę realizowaną w Kościele i przez misję Kościoła, w trakcie której ojciec duchowny przekazuje braciom wiarę w Jezusa Chrystusa, Zbawiciela. Poprzez osobistą rozmowę dzieli się z nimi swoim doświadczeniem chrześcijańskim, aby w ten sposób pomóc im w podążaniu za Chrystusem. Ojciec duchowny jest tutaj narzędziem Ducha Świętego. Przez niego działa On w tych, którzy powierzyli się jego przewodnictwu²⁴. W A. Barry i William J. Connolly kierownictwo duchowe definiują jako pomoc udzielaną przez jednego chrześcijanina drugiemu. Osoba, która z niego korzysta, staje się zdolna, aby przyjrzeć się swojej relacji do Boga i umieć odpowiedzieć na Jego wezwanie do dialogu ze sobą. Również staje się zdolna do coraz większej zażyłości z Nim oraz do podejmowania w swoim życiu konsekwencji z niej wypływających. Choć kierownik duchowy zainteresowany jest całą osobą i tym, co dzieje się w jej życiu, to jednak w centrum jego zainteresowania jest jej doświadczenie Boga²⁵.

Opierając się na wcześniej przedstawionych określeniach kierownictwa duchowego, można stwierdzić, iż jest ono działaniem, które ma prowadzić do coraz bardziej zażyłej więzi między osobą kierowaną a Bogiem, a także do jej ludzkiej i duchowej dojrzałości. Podobnie jak w przypadku psychoterapii, ważnym elementem jest tutaj relacja, jaka zachodzi pomiędzy kierownikiem duchowym a osobą kierowaną. Jednakże w tym przypadku nie jest ona ostatecznym odniesieniem, koncentruje się bowiem na budowaniu relacji pomiędzy człowiekiem a Bogiem. W dialogu między daną osobą a Stwórcą kierownik duchowy występuje niejako w roli „trzeciego”. Jego rola ma charakter symboliczny. Jeśli możliwe jest otwarcie się przed nim, to także możliwe jest otwarcie się przed Bogiem²⁶. Pomimo że ważny jest tutaj wymiar psychiczny człowieka, jego emocje i uwarunkowania „naturalne” to jednak nie są one ostatecznym punktem odniesienia.

²³ Zob. tamże, s. 124-125.

²⁴ Zob. tamże, s. 36-37.

²⁵ Zob. W. A. Barry, W. J. Connolly, *Kierownictwo duchowe w praktyce*, tł. P. Samerek, J. Oniszczyk, Kraków 1992, s. 29.

²⁶ Zob. J. Augustyn, *Prowadzeni przez Boga. Praktyka kierownictwa duchowego*, Kraków 1999, s. 25.

Należy podkreślić, iż termin „kierownictwo duchowe” nie jest jedynym określeniem używanym w odniesieniu do indywidualnej pomocy we wzmocnienie wewnętrzne. Można spotkać się także z takimi nazwami, jak: „przewodnictwo duchowe”, „towarzystwo duchowe”, czy też „ojcostwo duchowe”²⁷ Najczęściej jednak używanym terminem jest „kierownictwo duchowe”, gdyż wyraźnie wskazuje on na rolę, jakie pełnią kierownik i kierowany. Mianowicie ten pierwszy prowadzi, zaś drugi pozwala się prowadzić. Podkreślona jest tu zatem potrzeba autorytetu. Z kolei „towarzystwo duchowe” sugeruje relację bardziej partnerską. Określenie to uwypukla możliwość „wzajemnej wymiany” na drodze duchowego wzrostu między dwiema osobami, które nastawione są wobec siebie przyjacielsko. Negatywną stroną tego pojęcia jest zatarcie roli kierownika i kierowanego (mogą one być zamienne), a także zniesienie potrzeby autorytetu²⁸ Z kolei określenie „ojcostwo duchowe” nasyca znacznie szersze jego rozumienie niż tylko kierowanie czy towarzystwo duchowe. Zakłada on niejako rodzenie, dawanie życia duchowego. W pojęciu tym odpowiedzialność kierownika wydaje się być znacznie większa niż przy dwóch wcześniejszych. To bogactwo terminów wskazuje na głębię i złożoność indywidualnej pomocy duchowej. Każdy z nich wskazuje bowiem na jakiś ważny aspekt tej rzeczywistości²⁹

II. CEL PSYCHOTERAPII I KIEROWNICTWA DUCHOWEGO

Określenia celów psychoterapii, podobnie jak próby jej zdefiniowania, zmieniały się z biegiem czasu i związane były z założeniami danej szkoły psychoterapeutycznej. Psychoanaliza za swój podstawowy cel przyjęła osiągnięcie zmiany w wewnętrznych strukturach osobowości danej osoby, która spowoduje poprawę samopoczucia i ustąpienie przykrych dla niej objawów. Podjęte działania psychoterapeutyczne zmierzają do uwolnienia uczuć, które zostały przez nią stłumione, a także do uświadomienia sobie własnych potrzeb i pragnień, które dotychczas budziły u niej lęk³⁰ W wyniku zmian, jakie

²⁷ Zob. A u g u s t y n, *Praktyka kierownictwa duchowego*, s. 14.

²⁸ Zob. tamże, s. 14-15.

²⁹ Zob. A u g u s t y n, *Prowadzeni przez Boga*, s. 24.

³⁰ Zob. C z a b a ł a, *Czynniki leczące w psychoterapii*, s. 17

na przestrzeni lat miały miejsce w klasycznej psychoanalizie, wyłoniła się tak zwana koncepcja psychodynamiczna. Za cel stawia sobie ona doprowadzenie pacjenta do poprawienia relacji z samym sobą i z innymi ludźmi, co w konsekwencji spowoduje, iż będzie on coraz lepiej radził sobie z problemami, bez uciekania się do tendencji neurotycznych³¹. Zmierza nie tylko do zmiany w strukturze intrapsychicznej, ale także odwołuje się do problemów interpersonalnych.

Z kolei w psychoterapii behawioralnej dąży się do uzyskania właściwych reakcji na bodźce, które do tej pory przyczyniały się do powstania objawów chorobowych. Według tej koncepcji, zachowania nieprzystosowawcze zależą od procesów uczenia się, a nie od jakichś struktur intrapsychicznych czy też od relacji międzyosobowych. Stąd też celem jest wyuczenie się takich zachowań, które pomogą w zmianie niewłaściwych reakcji³². Tak jak w przypadku psychoanalizy, także i w tym nurcie zachodziły pewne zmiany. Powstał nowy kierunek, tak zwany behawioralno-poznawczy, który w nabywaniu zachowań podkreślał istotną rolę procesów poznawczych³³. Według jego założeń, celem działania psychoterapeutycznego jest wyuczenie adekwatnych (pożądanych) reakcji na bodźce, zmiana nieprawidłowych wzorców myślowych oraz wytworzenie u pacjenta zdolności rozwiązywania zaistniałych problemów z zaznaczeniem, iż percepcja jest jednym z ważniejszych czynników przy ich pokonywaniu³⁴.

W koncepcji humanistyczno-egzystencjalnej dąży się do zmiany polegającej na wydobyciu tkwiącej w człowieku tendencji do samorozwoju oraz do wzrostu jego samoakceptacji (np. psychoterapia skoncentrowana na kliencie C. R. Rogersa). Ponadto psychoterapia ma zmierzać do rozwinięcia w nim zdolności rozumienia i akceptacji innych. Ważną kwestią jest tutaj także znalezienie przez pacjenta sensu własnego życia i nabranie odwagi do zmierzania się z problemami egzystencjalnymi (np. logoterapia V. E. Frankla)³⁵.

Założenia odnoszące się do oczekiwanych zmian, jakie prezentują poszczególne szkoły psychoterapeutyczne, zwracają uwagę na cztery aspekty występujących nieprawidłowości i zaburzeń. Pierwszy aspekt dotyczy wymiaru intrapsychicznego, drugi relacji interpersonalnych, zaś kolejny odnosi się do

³¹ Zob. tamże, s. 18.

³² Zob. tamże, s. 25-26.

³³ Zob. J a k u b o w s k a, *Podejście behawioralno-poznawcze*, s. 32.

³⁴ Zob. C z a b a ł a, *Czynniki leczące w psychoterapii*, s. 33.

³⁵ Zob. tamże, s. 43.

czynnika zewnętrznego (środowisko czy określona sytuacja). Ostatni natomiast, występowanie zaburzeń, upatruje w zagubieniu sensu życia.

Należy zaznaczyć, że we współczesnej psychoterapii podkreśla się fakt, iż nie można ograniczać się tylko do jednej koncepcji, każda z nich wskazuje bowiem na jakiś ważny aspekt. Na przykład J. O. Prochaska i C. C. Di Clemente pracują nad takim modelem psychoterapii, który jednocześnie uwzględniałby różnice w poglądach poszczególnych szkół oraz akcentował elementy wspólne i istotne dla procesu psychoterapeutycznego³⁶

Podstawowym celem psychoterapii jest zatem usunięcie dolegliwości wywoływanych przez występujące zaburzenia, a także uzdrowienie z zaistniałych zakłóceń na poziomie psychicznym³⁷. Dąży ona do uruchamiania w psychice pacjenta takich procesów, dzięki którym nastąpi ich korekta oraz dojdzie do usunięcia objawów wywoływanych przez chorobę³⁸. Zmierza ona również do zlikwidowania przeszkód i zahamowań, które doprowadziły do zablokowania rozwoju danej jednostki. Niektóre cele psychoterapii dotyczą przeszłości i wiążą się z usunięciem skutków wywoływanych przez to, co wydarzyło się kiedyś i odbiło (negatywnie) na osobowości danej osoby, i nadal wpływa na to, co dzieje się aktualnie. Zmiany te mogą dotyczyć również teraźniejszości. Będzie wtedy chodzić o zwiększenie u pacjenta świadomości jego własnych przeżyć, przeobrażenie jego dotychczasowych zachowań oraz dokonanie przekształceń w aktualnych schematach poznawczych i postawach. Stawiane przez psychoterapię cele dotyczą także tego, co związane jest z wydarzeniami przyszłymi, jak na przykład nabywanie nowych umiejętności w rozwiązywaniu problemów, zmiany w sposobie przeżywania własnych emocji, a także dążenie do własnego rozwoju i doskonalenia siebie³⁹.

Wobec powyższego nasuwa się pytanie: a co ze sferą duchową człowieka? Otóż w przypadku psychoterapii podejście do tego wymiaru związane jest z założeniami prezentowanymi przez poszczególne szkoły psychoterapeutyczne. W nurcie behawioralnym czy w psychoanalizie nie mówi się o istnieniu takiej sfery, stąd też nie podejmują one działań związanych z jej kształtowaniem. Obszar ten uznawany jest natomiast w nurcie humanistyczno-egzystencjalnym oraz w niektórych szkołach stworzonych przez uczniów Z. Freuda (na przykład psychologia głębi C. G. Junga). Należy w tym miejscu zazna-

³⁶ Zob. tamże, s. 93.

³⁷ Zob. A. J. Nowak, *Psychoterapia w duszpasterstwie*, STV 13(1975), z. 1, s. 149.

³⁸ Zob. A. Leksandrowicz, *Psychoterapia*, s. 691.

³⁹ Zob. Czabła, *Czynniki leczące w psychoterapii*, s. 144.

czyć, iż samo uznanie istnienia „ducha” nie oznacza jednocześnie jego poprawnego rozumienia.

Według C. G. Junga niejednokrotnie u podłoża nerwicy leży także problem duchowy⁴⁰ Jego zdaniem, „człowiek choruje, ponieważ zagubił to, co daje wiara religijna i nikt nie jest we właściwym tego słowa znaczeniu uzdrowiony, dopóki nie odrestauruje swojej postawy religijnej. 1/3 przypadków nie choruje na jakąś określoną nerwicę kliniczną, ale z powodu bezsensu własnego życia”⁴¹ Wskazuje on również na konieczność posiadania właściwego obrazu Boga. Wiąże się to z tym, iż z jednej strony *imago Dei* jest najbardziej tajemniczym elementem ludzkiej egzystencji, z drugiej zaś stanowi dla niej zagrożenie. Gdy obraz ten jest właściwy, emanuje z niego siła do kształtowania i realizowania swego życia, zaś w przypadku kiedy jest on skarykatyzowany, powoduje zahamowanie i zredukowanie ludzkiego istnienia⁴²

Wymiar duchowy najbardziej uwzględniony jest w logoterapii V E. Frankla. Według niego, w obecnej psychoterapii chodzi tylko o to, aby wyleczyć daną osobę, natomiast zupełnie pomija się w niej doświadczenie duchowe. Pacjent, który cierpi z powodu udręek duchowych, redukowany jest jedynie do stanu choroby. Wskazuje również na niebezpieczeństwo tak zwanego psychologizmu, ograniczającego człowieka do rzeczywistości fizyczno-psychicznej oraz ignorującego w nim to, co duchowe⁴³ Tymczasem „także człowiek, który nie znajduje się w stanie choroby psychicznej, lecz w stanie udręki duchowej może cierpieć na bezsenność, pocić się i drzeć jak neurotyk”⁴⁴ Stąd tak ważny jest w psychoterapii aspekt duchowy⁴⁵ Zmagania człowieka o nadanie sensu swojej egzystencji Frankl postrzega jako element wyróżniający go spośród innych bytów⁴⁶, dlatego widzi również konieczność uwzględnienia w psychoterapii roli, jaką w życiu człowieka odgrywają wartości i poczucie sensu istnienia. Wychodząc naprzeciw tym potrzebom w proponowanej

⁴⁰ Zob. N o w a k, *Psychoterapia w duszpasterstwie*, s. 148.

⁴¹ Tamże.

⁴² Zob. J. R u d i n, *Psychoterapia i religia*, Warszawa 1992, s. 135.

⁴³ Zob. V E. F r a n k l, *Homo patiens. Logoterapia i jej kliniczne zastosowanie. Pluralizm nauk a jedność człowieka. Człowiek wolny*, tł. R. Czernecki, J. Morawski, Warszawa 1976, s. 9.

⁴⁴ Tamże, s. 14.

⁴⁵ Zob. N o w a k, *Psychoterapia w duszpasterstwie*, s. 149.

⁴⁶ Zob. F r a n k l, *Homo patiens. Logoterapia*, s. 17.

przez siebie logoterapii nie tylko zakłada, że istnieje rzeczywistość duchowa, ale wdraża ją także w proces psychoterapeutyczny⁴⁷

Z powyższego wynika, iż niektóre kierunki w psychoterapii uznają istnienie sfery duchowej, jak również wskazują na jej ważną rolę w życiu człowieka. Podkreślają, iż zaburzenia w tej płaszczyźnie mają wpływ na problemy, które przynależą do sfery psychicznej, a niekiedy nawet somatycznej. Tę płaszczyznę traktują jako ważny element w procesie psychoterapeutycznym, zmierzającym do osiągnięcia przez pacjenta satysfakcji i głębi swojego życia. Natomiast nie zajmują się one formacją życia duchowego ani nie wskazują na konkretne oczekiwane zmiany w tym zakresie, które prowadziłyby do dojrzałości duchowej.

W przypadku kierownictwa duchowego określenie celu nie jest aż tak zróżnicowane jak w psychoterapii. Zasadniczo we wszystkich szkołach duchowości przyjmuje się, iż kierownictwo duchowe podejmuje się formacji, która zmierza do prowadzenia przez daną osobę samodzielnego i dojrzałego życia duchowego⁴⁸ Chodzi tutaj o coraz bardziej zażyłą więź z Bogiem, a także o wzrost dojrzałości ludzkiej i duchowej⁴⁹ W sposób wyrazisty i dogłębny cel kierownictwa duchowego ukazuje definicja św. Ignacego Loyoli określająca czym są *Ćwiczenia duchowe*. Odwołując się do niej można stwierdzić, iż kierownictwo duchowe zmierza do „przygotowania i usposobienia duszy do usunięcia wszystkich uczuć nieuporządkowanych, a po ich usunięciu, szukania i znalezienia woli Bożej”⁵⁰ Ukazuje ona co stanowi główny cel tej posługi. Jest nim relacja z Bogiem. Natomiast procesy dotyczące wymiaru psychicznego są celem pośrednim, swoistą drogą prowadzącą do tego, co jest tu najistotniejsze. Oczywiście nie umniejsza to znaczenia *psyche*. Jak wynika bowiem z definicji *Ćwiczeń*, coraz dojrzałsze przeżywanie relacji z Bogiem domaga się również wglądu w nasze życie emocjonalne. Św. Ignacy doskonale zdawał sobie sprawę z faktu, iż uczucia mają bardzo duże znaczenie dla człowieka, wpływają na jakość jego życia i podejmowane decyzje. Stąd też ważne jest, by się im przyjrzeć i zacząć je rozumieć. Pozwoli to bowiem na ich porządkowanie, a tym samym zmianę siebie, po to by móc coraz pełniej odkrywać i spełniać wolę Boga.

⁴⁷ Zob. tamże, s. 20.

⁴⁸ Zob. A u g u s t y n, *Kierownictwo duchowe*, AK 115(1990), s. 64.

⁴⁹ Zob. M i s i u r e k, *Kierownictwo duchowe*, s. 414.

⁵⁰ Cyt. za: J. A u g u s t y n, *Rozeznawanie w kierownictwie duchowym*, AK 118(1992), s. 98.

Punktem wyjścia do poukładania sfery emocjonalnej jest rzeczywiste i głębokie pragnienie kierowanego do poznawania i kształtowania siebie⁵¹ Jest ono potrzebne, ponieważ konfrontacja z prawdą o sobie samym jest doświadczeniem dość trudnym, które często burzy dotychczasowy obraz własnej osoby⁵² Dlatego też konieczne jest duże zaufanie Bogu i wiara w Niego, która pomaga uwierzyć także we własne siły, konieczne do wprowadzenia zmian⁵³

W procesie porządkowania uczuć ważne jest, aby najpierw nauczyć się je dostrzegać, niejednokrotnie bowiem człowiek stara się uciec przed nimi, choćby stosując tak zwane mechanizmy obronne⁵⁴ Wymaga to nieustannej obserwacji siebie i swoich stanów emocjonalnych oraz późniejszej refleksji nad nimi. Formą takiego rozmyślenia może być, na przykład, codzienny rachunek sumienia. Dzięki temu przyglądanie się swoim uczuciom związane jest z jednoczesnym otwarciem się na Boga⁵⁵ To ich dostrzeganie i przyjmowanie domaga się także rozeznawania. Polega ono na analizie uczuć i próbie ustalenia ich przyczyny. Dana osoba, będąc już świadoma przeżywanego uczucia, może zadać sobie pytanie, co je powoduje. Niezwykle pomocne jest także porównywanie sytuacji, w jakich się ono pojawia⁵⁶

W celu zobiektywizowania podjętej refleksji nad własnymi uczuciami, bardzo ważnym elementem kierownictwa duchowego jest ich wypowiedzenie przed kierownikiem duchowym. Ma ono duże znaczenie nie tylko ze względu na fakt, iż dostarcza cennych informacji o osobie kierowanej, ale także ma duży wpływ na nią samą. Wiele doświadczeń wygląda bowiem zupełnie inaczej gdy zostają zatrzymane tylko dla nas samych, a inaczej w momencie ich

⁵¹ Zob. J. Augustyn, *Świat ludzkich uczuć*, w: *Droga ćwiczeń. Przygotowanie do rekolekcji ignacjańskich*, red. J. Augustyn, K. Osuch, Czechowice-Dziedzice 1991, s. 20.

⁵² Zob. t e n ż e, *Uzdrowienie ludzkich uczuć*, AK 120(1993), s. 33-34.

⁵³ Zob. t e n ż e, *Praktyka kierownictwa duchowego*, s. 91-93.

⁵⁴ Problematyką tą w sposób szczególny zajął się H. P. Laughlin. Wyróżnił on i opracował czterdzieści osiem mechanizmów obronnych. Według niego, mechanizm obronny jest „specyficznym obronnym procesem, działającym poza świadomością jednostki (z którego jednostka nie zdaje sobie sprawy). Działanie mechanizmu obronnego polega na automatycznym, nieświadomym rozwiązywaniu emocjonalnego konfliktu, rozładowywaniu emocjonalnego napięcia, zmniejszeniu lęku, rozwiązywaniu sytuacji, której uświadomienie jest dla jednostki nie do zniesienia” S. S i e k, *Struktura osobowości*, Warszawa 1986, s. 221.

⁵⁵ Zob. D. B o m b a, *Potrzeba dostrzegania, rozeznawania i wypowiedzania uczuć w kierownictwie duchowym*, w: *W kręgu kierownictwa duchowego*, t. I, red. M. Wolańczyk, Kraków 1994, s. 70-73.

⁵⁶ Zob. tamże, s. 74.

wypowiedzenia i nazwania. Chroni ono także przed dwoma skrajnymi postawami wobec własnych uczuć. Po pierwsze, przed zbytnim dramatyzowaniem czy wręcz ich demonizowaniem, a po drugie, przed całkowitym ich banalizowaniem czy też pomijaniem⁵⁷ Wypowiedzenie swoich uczuć przed kierownikiem duchowym zmniejsza ich ciężar oraz pomaga w uwolnieniu się od swoich stanów emocjonalnych⁵⁸

Ważną sprawą jest także zmierzenie się z doświadczonymi zranieniami. Grzech, który jest również pewną formą wyrządzanej krzywdy, rodzi się między innymi z doznawanych zranień. Zgoda kierowanego na to, by poczuł się skrzywdzonym, oznacza jednocześnie przyzwolenie na poczucie bycia zagubionym, ubogim, bezradnym i potrzebującym pomocy⁵⁹ Ogromną rolę odgrywa wtedy postawa kierownika. Jego życzliwość, akceptacja, cierpliwość i zdolność słuchania stwarza poczucie bezpieczeństwa i pomaga w otwarciu się przed nim danej osoby. Wtedy jest ona zdolna do powierzenia tego, co sprawia jej ból i cierpienie⁶⁰ Jednakże kierownictwo duchowe powinno iść trochę dalej, mianowicie ma otwierać na miłosierdzie Boże, ponieważ człowiek odzyskuje w pełni pokój wewnętrzny doświadczając uzdrawiającej miłości Boga. W sposób całkowity uzdrowić może tylko Chrystus, pozwolił On bowiem zranic samego siebie, aby nieść uzdrowienie dla nas. Natomiast kierownik duchowy ma być świadkiem leczącej mocy Boga-Miłości⁶¹

Doświadczone uzdrowienie swoich zranień i uformowanie sfery psychicznej prowadzi do nowego spojrzenia na własne życie pozbawionego podejścia pesymistycznego oraz uczucia beznadziejności. Akceptacja siebie i poczucie własnej wartości są owocem uleczenia. Prowadzi także do właściwych relacji z innymi ludźmi⁶² oraz do odkrycia właściwego obrazu Boga. Należy podkreślić, iż porządkowanie sfery emocjonalnej i psychicznej nie jest procesem, który się kończy. Wymaga ona nieustannej pracy i pielęgnacji⁶³

W kierownictwie duchowym człowiek poszukuje przede wszystkim intymnego spotkania z Jezusem Chrystusem, aby w pełny sposób móc Go poznać,

⁵⁷ Zob. A u g u s t y n, *Praktyka kierownictwa duchowego*, s. 60-61.

⁵⁸ Zob. B o m b a, *Potrzeba dostrzegania, rozeznawania i wypowiedzania uczuć*, s. 76.

⁵⁹ Zob. A u g u s t y n, *Prowadzeni przez Boga*, s. 45.

⁶⁰ Zob. t e n ż e, *Rozeznawanie w kierownictwie duchowym*, s. 100.

⁶¹ Zob. t e n ż e, *Prowadzeni przez Boga*, s. 47.

⁶² Zob. T. H u k, *Kierownictwo duchowe a uzdrowienie wewnętrzne*, w: *W kręgu kierownictwa duchowego*, s. 86.

⁶³ Zob. B o m b a, *Potrzeba dostrzegania, rozeznawania i wypowiedzania uczuć*, s. 77-78.

umiłować i naśladować⁶⁴ Wszystko koncentruje się wokół Chrystusa Pana i Zbawcy. Osoba Jezusa staje się dla kierowanego kimś najważniejszym⁶⁵ Stąd też Jego uczeń, zarówno sercem jak i umysłem, pragnie coraz bardziej poznawać życie swego Mistrza. Pomocna jest w tym kontemplacja ewangeliczna, która przez poznanie ziemskiego życia Jezusa umożliwia człowiekowi odkrycie nieskończonej miłości Boga do ludzkości⁶⁶

Kierownik duchowy powinien zważać na to, aby osoba korzystająca z kierownictwa duchowego nie uległa iluzjom i fałszywym wyobrażeniom na temat życia Jezusa i Jego nauki oraz w kwestiach dotyczących modlitwy i codziennego naśladowania swojego Mistrza. Ważną sprawą jest także pomoc kierowanemu w odkrywaniu najgłębszych pragnień pochodzących od Boga oraz towarzyszenie mu w podejmowaniu kluczowych dla niego decyzji, jak również wsparcie w nieustannych próbach zmiany swojego życia⁶⁷

Kierownictwo duchowe ma na celu pomóc kierowanemu w odkrywaniu autentycznego krzyża, danego mu przez Boga, aby w ten sposób uniknąć „imitacji krzyża”, będącej formą cierpiętnictwa. Nie bez powodu bowiem szatan nazywany jest przez wielu „małpą Boga”, gdyż „małpuje” wiele Jego działań, w tym także krzyż Chrystusa⁶⁸ Stąd tak ważne aby dokonać rozeznania, które doświadczenia cierpienia rzeczywiście pochodzą od Boga i stanowią prawdziwy krzyż. W momencie ustalenia, iż trudne doświadczenie, które obecne jest w życiu osoby korzystającej z kierownictwa duchowego, pochodzi od Boga, kierownik duchowy ma za zadanie pomóc jej odkryć je jako szczególną sposobność do coraz głębszego poznania, umiłowania i naśladowania swojego Pana i Zbawiciela, Jezusa Chrystusa. Ponadto posługa ta w momentach cierpienia ma na celu ochronę przed zamknięciem się w sobie i agresją wobec innych, a także przed pielęgnowaniem postawy bycia skrzywdzonym. Również ma za zadanie w takiej sytuacji uwrażliwić na wartości duchowe oraz doprowadzić do większej otwartości na Boga i na drugiego człowieka⁶⁹

Również istotną sprawą jest ukierunkowanie człowieka na eschatologię. Wprawdzie problem związany z kwestią ostatecznego celu ludzkiego życia,

⁶⁴ Zob. A u g u s t y n, *Prowadzeni przez Boga*, s. 50.

⁶⁵ Zob. M. C h m i e l e w s k i, *Vademecum duchowości katolickiej*, Lublin 2004, s. 103.

⁶⁶ Zob. A u g u s t y n, *Prowadzeni przez Boga*, s. 50.

⁶⁷ Zob. t e n ż e, *Rozeznawanie w kierownictwie duchowym*, s. 101.

⁶⁸ Zob. tamże, s. 102.

⁶⁹ Zob. A u g u s t y n, *Prowadzeni przez Boga*, s. 52.

jakim jest wieczne przebywanie w Bogu, jest rzadko poruszany, to jednak powinien być on obecny w świadomości zarówno osoby korzystającej z kierownictwa duchowego, jak i sprawującej tę posługę. Odwoływanie się do tego argumentu powinno wiązać się z dużą roztropnością i wyczuciem ze strony kierownika⁷⁰

Kolejnym ważnym celem, jaki stawia sobie kierownictwo duchowe, jest praca nad pogłębianiem więzi między kierowanym a wspólnotą Kościoła, gdyż to właśnie w Kościele i przez Kościół najpełniej uwidacznia się obecność i działanie Chrystusa na rzecz ludzkości. Zaś w sposób szczególny ta obecność i działanie uwidaczniają się w sakramentach. Spośród nich miejsce wyjątkowe zajmuje sakrament Eucharystii⁷¹

Na podstawie powyższych ustaleń można stwierdzić, iż w przypadku kierownictwa duchowego sytuacja przedstawia się zupełnie inaczej niż w psychoterapii. Choć dostrzega się w nim dużą rolę, jaką odgrywa uzdrowienie i pokładanie w sferze psychicznej, to jednak nie jest to cel ostateczny. Nawet gdy jest mowa o wymiarze psychicznym, to nie zapomina się o odniesieniu do Boga. Najważniejsze jest bowiem budowanie relacji z Nim. Uzdrowienie wymiaru psychicznego ma pomóc w rozwoju duchowym, ponieważ niedojrzałość osobowa i zaburzenia na tym poziomie mogą w znaczny sposób utrudniać ten proces, bowiem wszelkie uwarunkowania psychiczne człowieka, choć nie warunkują dialogu z Bogiem, to jednak w znacznym stopniu na niego wpływają⁷²

III. WNIOSKI

W kontekście powyższych ustaleń można stwierdzić, iż błędem byłoby traktowanie psychoterapii jako kierownictwa duchowego. Psychoterapia koncentruje się na psychicznym wymiarze człowieka, na jego emocjach i związanych z ich nieuporządkowaniem problemach. Poprzez swoje założenia i metody pragnie uwolnić go od zakłóceń psychicznych czy też od fiksacji, które

⁷⁰ Zob. tamże, s. 53.

⁷¹ Zob. tamże.

⁷² Zob. M. K o ź u c h, *Sfera uczuciowa człowieka a nawrócenie w pierwszym tygodniu Ćwiczeń duchownych św. ojca Ignacego*, w: *Droga wyzwolenia. Pierwszy tydzień Ćwiczeń duchownych. Referaty VII Kursu Duchowości Ignacjańskiej*, [bez red.], Czechowice-Dziedzice 14-17 września 1987, s. 133.

stanowią dla niego utrudnienie w realizowaniu siebie w życiu społecznym. Z kolei kierownictwo duchowe koncentruje się nie tyle na leczeniu psychicznych zakłóceń, co bardziej pragnie ono ukierunkować człowieka, czy to zdrowego, czy chorego (psychicznie) na transcendencję⁷³ Ujmuje ono człowieka w szerszej perspektywie. Dąży do tego, aby odkrył on w swoim życiu miłującego Boga i potrafił odpowiedzieć na Jego wezwanie do świętości. Zasadniczą różnicą jest tutaj fakt, iż dla psychoterapii zlikwidowanie zaburzeń i rozwój wymiaru psychicznego jest celem ostatecznym, natomiast w kierownictwie duchowym jego uzdrowienie i formacja jest niejako celem pośrednim, który ma prowadzić do celu ostatecznego, a mianowicie do wejścia w coraz głębszą i dojrzałą relację z Bogiem.

Kierownictwo duchowe jest więc dziedziną, która stawia sobie cele w znaczny sposób wykraczające poza założenia przyjęte w psychoterapii. Psychoterapia bowiem, jeśli nawet uznaje w człowieku istnienie trzeciej płaszczyzny, czyli ducha, i wskazuje na jego znaczącą rolę w rozwoju i życiu człowieka, to jednak nie precyzuje dokładnie, na czym miałyby polegać formacja duchowa. Natomiast jak widać z powyższych ustaleń, posługa kierownictwa duchowego w odniesieniu do tej płaszczyzny ma jasno i dokładnie sprecyzowane cele.

Pomimo tych zasadniczych różnic nie można pominąć faktu, iż psychoterapia i kierownictwo duchowe posiadają wspólną płaszczyznę. Związana jest ona z ludzką psychiką i emocjami. I choć kierownictwo duchowe znacznie wykracza poza tę rzeczywistość, to jednak w duchowej formacji musi brać ją pod uwagę. Zaburzenia w sferze psychicznej mogą być bowiem poważną przeszkodą w budowaniu dojrzałej relacji z Bogiem, z innymi ludźmi i z samym sobą.

BIBLIOGRAFIA

- A l e k s a n d r o w i c z J. W., Psychoterapia, w: Encyklopedia Psychologii, red. W. Szewczuk, Warszawa: Wyższa Szkoła Społeczno-Ekonomiczna 1998, s. 691-695.
- A u g u s t y n J., Kierownictwo duchowe, AK 115(1990), s. 58-71.

⁷³ Zob. Nowak, *Psychoterapia w duszpasterstwie*, s. 149-150.

- A u g u s t y n J., Świat ludzkich uczuć, w: Droga ćwiczeń. Przygotowanie do rekolekcji ignacjańskich, red. J. Augustyn, K. Osuch, Czechowice–Dziedzice 1991, s. 19-32.
- A u g u s t y n J., Rozeznawanie w kierownictwie duchowym, AK 118(1992), s. 94-103.
- A u g u s t y n J., Praktyka kierownictwa duchowego, Kraków: Wyd. „M” 1993.
- A u g u s t y n J., Uzdrawienie ludzkich uczuć, AK 120(1993), s. 28-40.
- B a r r y W A., C o n n o l l y W J., Kierownictwo duchowe w praktyce, tł. P. Samerek, J. Oniszczyk, Kraków: Wyd. „M” 1992.
- B o m b a D., Potrzeba dostrzegania, rozeznawania i wypowiedzania uczuć w kierownictwie duchowym, w: W kręgu kierownictwa duchowego, t. I, red. M. Wolańczyk, Kraków: Wyd. „M” 1994, s. 61-79.
- B o m b a J., O niektórych zagrożeniach psychoterapii, „Znak” 1997, nr 10, s. 12-27.
- C h m i e l e w s k i M., Vademecum duchowości katolickiej, Lublin: „Polihymnia” 2004.
- C z a b a ł a J. Cz., Czynniki leczące w psychoterapii, Warszawa: Wyd. Naukowe PWN 2000.
- F r a n k l V E., Homo patiens. Logoterapia i jej kliniczne zastosowanie. Pluralizm nauk a jedność człowieka. Człowiek wolny, tł. R. Czernecki, J. Morawski, Warszawa: Wyd. PAX 1976.
- F r a t t a l l o n e R., Kierownictwo duchowe dziś, tł. Z. J. Kijas, Warszawa: Wyd. Księża Marianów 2001.
- H u k T., Kierownictwo duchowe a uzdrowienie wewnętrzne, w: W kręgu kierownictwa duchowego, t. I, red. M. Wolańczyk, Kraków 1994, s. 75-87
- J a k u b o w s k a U., Podejście behawioralno-poznawcze, w: Psychoterapia. Szkoły, zjawiska, techniki i specyficzne problemy, red. L. Grzesiuk, Warszawa: Wyd. Naukowe PWN 1995, s. 32-49.
- J a k u b o w s k a U., Podejście humanistyczno-egzystencjalne, w: Psychoterapia. Szkoły, zjawiska, techniki i specyficzne problemy, s. 49-60.
- K o ź u c h M., Sfera uczuciowa człowieka a nawrócenie w pierwszym tygodniu Ćwiczeń duchownych św. ojca Ignacego, w: Droga wyzwolenia. Pierwszy tydzień Ćwiczeń duchownych. Referaty VII Kursu Duchowości Ignacjańskiej, [bez red.], Czechowice-Dziedzice 14-17 września 1987, s. 131-146.
- M i s i u r e k J., Kierownictwo duchowe, w: Leksykon duchowości katolickiej, red. M. Chmielewski, Lublin–Kraków: Wyd. „M” 2002, s. 411-415.
- N o w a k A. J., Psychoterapia w duszpasterstwie, STV 13(1975), z. 1, s. 143-156.
- P o s a c k i A., Zło i jego przezwyciężenie w psychoterapii i w chrześcijaństwie, w: Droga wyzwolenia. Pierwszy tydzień Ćwiczeń duchownych. Referaty VII Kursu Duchowości Ignacjańskiej, [bez red.], Czechowice-Dziedzice 14-17 września 1987, s. 93-127.
- R u d i n J., Psychoterapia i religia, Warszawa 1992.
- S i e k S., Struktura osobowości, Warszawa: Wyd. ATK 1986.

- S o k o l i k Z., Psychoanaliza (ortodoksyjna i teorie relacji z obiektem). Neopsychoanaliza, w: Psychoterapia. Szkoły, zjawiska, techniki i specyficzne problemy, red. L. Grzesiuk, Warszawa: Wyd. Naukowe PWN 1995, s. 19-31.
- S z e w c z u k W Behawioryzm, w: Encyklopedia Psychologii, s. 35-40.
- Terapia a duszpasterstwo – dyskutują ksiądz, psychiatra i psycholog: Józef Augustyn SJ, Krzysztof Jedliński, Jacek Santorski, „Więź” 1994, nr 10, s. 38-40.

PSYCHOTHERAPY AS A SPIRITUAL LEADERSHIP?

S u m m a r y

In recent years one can notice a growing interest in psychology and psychotherapy. Many Christians, who have existential or religious problems, prefer to ask for help a psychotherapist than a spiritual leader. Hence a question, can psychotherapy be alternative and contemporary form of spiritual leadership? Are both fields despite they derived from different bases, identical?

To decide on the issue, this article presents how spiritual leadership and psychotherapy is understood, and what aims these both fields have. Thus there was determined that despite they have many common points still they are absolutely separate fields, which cannot be considered equivalent. Spiritual leadership takes into account psychological level, however this level isn't the main object of the ministry, as it is the case in psychotherapy.

Translated by Małgorzata Małyszek

Słowa kluczowe: psychoterapia, kierownictwo duchowe, wymiar psychiczny.

Key words: psychotherapy, spiritual leadership, psychological level.