

Archetyp i jednostka w myśli C.G. Junga. Rozmowa z Łukaszem Müldnerem-Nieckowskim

Jung analizował zjawiska kulturowe głównie po to, żeby lepiej zrozumieć indywidualne mechanizmy psychiczne. Wiele jednocześnie pisał o wątkach wspólnych wśród ludzi – mówi Łukasz Müldner-Nieckowski w wywiadzie udzielonym „Teologii Politycznej Co Tydzień”: „C.G. Jung. Poszukiwanie (wspólnotowej) tożsamości”.

Hanna Nowak (Teologia Polityczna): Jak usytuowałby Pan psychoanalizę jungowską na współczesnej mapie nurtów i podejść terapeutycznych? Jaka jest jej specyfika?

Dr n. med. Łukasz Müldner-Nieckowski (Prezes Polskiego Towarzystwa Psychoanalizy Jungowskiej): Po pierwsze, czym innym jest psychoanaliza jungowska stosowana klinicznie, a czym innym psychologia analityczna Junga w szerokim znaczeniu. Wiele osób używa sformułowania psychologia analityczna mając na myśli metodę leczenia, czy metodę pracy z człowiekiem, czyli psychoanalizę jungowską. Ten nurt bardzo mocno wyewoluował poprzez doświadczenia kliniczne – ostatnich 100 lat pracy badaczy: klinicystów, psychoanalityków pracujących z ludźmi.

Jak postrzegał tę kwestię Jung?

Jung był lekarzem i traktował metodę psychoanalityczną jako metodę leczenia zaburzeń psychicznych, a także jako drogę do rozwoju osobowości. I to jest jeden z nurtów, który można nazwać klinicznym. Inny polega na rozumieniu świata w sposób jungowski, uwzględniający twórczy wkład Junga w psychologię indywidualną i społeczną. Psychoanalitików jungowskich zrzesza Jest to nurt psychologii analitycznej Junga implementowanej chociażby do krytyki literackiej, kulturoznawstwa czy to do różnych innych dziedzin humanistycznych. Przykładowo Andrew Samuels z Essex University to psychoanalitik jungowski, który jednocześnie jest aktywny społecznie, a jego komentarze polityczne mają wpływ na rzeczywistość. Należy podkreślić, że społeczne zastosowania psychologii analitycznej to co innego niż kliniczna analiza jungowska.

Jaką popularnością cieszy się współcześnie psychoanaliza jungowska?

Gdyby spojrzeć na mapę podejść psychoterapeutycznych ilościowo, to psychologia jungowska implementowana klinicznie nie okazałaby się bardzo popularnym nurtem. Zależy to również od kraju – w Polsce psychoanalitików jungowskich jest około 20 na dobre kilka tysięcy psychoterapeutów w ogóle. Jest to niewielka grupa osób. Są też kraje, w których psychoanaliza jungowska zyskała większą popularność, jak oczywiście Szwajcaria, czy też Włochy, Niemcy, USA..

Co czyni tę specjalizację tak hermetyczną?

Podstawą dla uzyskania kompetencji do roli psychoanalityka jungowskiego jest przejście długoletniego procesu własnej psychoanalizy jungowskiej i zdobycie doświadczenia w prowadzeniu procesów psychoanalitycznych pod superwizją innych analityków. Szkolenie teoretyczne to tylko jeden z elementów tej ścieżki zawodowej, przy czym duże znaczenie ma, żeby teoretyczne szkolenie prowadzili doświadczeni analitycy jungowscy, a nie osoby posiadające jedynie wiedzę teoretyczną. Wynika to ze znaczenia, jakie w rozumieniu teorii Junga ma przetworzenie ich poprzez własną psychoanalizę, pozwalającą odnieść teorię do doświadczenia swojej indywidualnej psychiki. To jest dość duża bariera, która ogranicza dostęp do praktykowania tego zawodu.

Czym charakteryzuje się psychoanaliza jungowska?

To przede wszystkim rodzaj psychoterapii niezwykle otwartej na ludzkie, egzystencjalne doświadczenia, a także dostrzegającej wagę procesów społecznych i transpersonalnych. Jest w niej szczególnie obecny pewien aspekt, który w większości innych nurtów psychoterapii czy psychoanalizy bywa pomijany, tj. element nieświadomości zbiorowej. Oczywiście nie jest tak, że analitycy jungowscy w pracy klinicznej celowo koncentrują się na tym, żeby wywoływać u drugiej osoby – osoby analizowanej – doświadczenia transpersonalne. Analityk jungowski otwiera się na to, że drugi człowiek, który przednim siedzi i z nim rozmawia, ujawnia siebie w procesie analitycznym.

Jednocześnie psychoanalitycy jungowscy są także przeszkoleni w procesie rozwoju zawodowego w rozpoznawaniu stanów niebezpiecznych, czy objawów chorób psychicznych, które mogą wymagać dodatkowych interwencji, np. konsultacji psychiatrycznej. Analitycy jungowscy dysponują teoriami, pozwalającymi rozumieć i akceptować zjawiska nietypowe, złożone i niejednokrotnie pomijane przez nurty oparte na myśleniu wyłącznie racjonalnym i przyczynowo-skutkowym. To nie oznacza, że nasze sposoby myślenia pozwalają zrozumieć przyczyny i źródła wszelkich nietypowych procesów, ale ułatwiają dopuszczanie, że pewne zjawiska mogą się wydarzać i nie zmuszają do ich negowania bądź pomijania.

Jakie jeszcze metody składają się na psychoanalizę w sensie jungowskim?

Bardzo istotne są, w każdym rodzaju psychoanalizy, a tutaj szczególnie, marzenia senne pacjenta. Analityk jungowski przyjmuje, że w snach pacjenta może się wydarzyć coś ważnego, coś co może go wewnątrz zmienić. I to jest coś, co przyciąga do nurtu jungowskiego – możliwość doświadczania swojego człowieczeństwa i kontaktu z materiałem nieświadomym w pełni i bez cenzury, ale też w bezpiecznych warunkach. Środkiem terapeutycznym z perspektywy jungowskiej jest otwartość na to, co się w doświadczeniu człowieka dzieje. Nie należy tego negować czy zmieniać, trzeba jedynie dostrzec i zrozumieć. Trzeba jednak jasno powiedzieć, że taki proces terapeutyczny nie jest dostępny dla każdego, kto na przykład ma problemy i chciałaby przejść psychoterapię. Ten nurt wymaga od pacjenta głębokiej motywacji, gotowości i zdolności do autorefleksji.

Teoria Junga wydaje się być bardzo uniwersalna – diagnozuje zarówno kulturę, jak i pojedynczego pacjenta. Czy uważa Pan jej zastosowanie do badania zjawisk społecznych za zasadne?

Ten nurt zawiera także wiele pułapek. Jung analizował zjawiska kulturowe głównie po to, żeby lepiej zrozumieć indywidualne mechanizmy psychiczne. Wiele jednocześnie pisał o wątkach wspólnych wśród ludzi. Z tej refleksji wzięła się koncepcja archetypów, jako nurtów znaczeniowych, które są wspólne dla ludzkości. Teoria ta wyewoluowała, wykształciło się wiele podejść do tego fenomenu. Na przykład niektórzy rozumieją zjawisko archetypu jako emergentne – rodzące się z umysłów ludzi, ale niekoniecznie będące czymś stałym i utrwalonym, czy też bytem. Te zbiorowe, wyłaniające się z chaosu trendy znaczeniowe aktualizują się w pojedynczych ludziach, co prowadzi do przeżywania własnych doświadczeń jako ulokowanych w większej całości, na której tle dzieje się to, co indywidualne. Teoria archetypów ewoluuje i jest bardzo złożona. Niestety, stosując ją można popaść w uproszczenia. I te uproszczenia mogą być niebezpieczne, bardzo łatwo zaimplementować je jako racjonalizację dla dowolnej ideologii.

Co ma Pan na myśli?

Można przykładowo próbować udowodnić, że ludzie są w czymś podobni, a określone ich cechy nadają im większą wartość i przez to jedni są ogólnie lepsi od drugich. Tutaj pułapek jest bardzo dużo. Zresztą sam Jung nie był pozbawiony różnych dyskryminujących stereotypów: czy to dotyczących płci, orientacji czy określonych ras.

Tak zwani „postjungści”, czyli jego uczniowie i kontynuatorzy, dodali do źródłowych teorii Junga wiele koncepcji, które pozwalają patrzeć bardziej współcześnie, z nazwijmy to bardziej równościowego, uniwersalnie humanistycznego punktu widzenia na osoby różnych ras, wyznań, z różnymi cechami. Zdarzało się, że taki sposób myślenia – szukający wzorców ogólnych w kulturze i przekładający je wprost na naturę ludzkiej psychiki – sam w sobie okazywał się niebezpieczny lub błędny. Jung dążył na przykład do tego, aby znaleźć jakąś „męskość” i określać czym ona jest, czy jakąś „kobiecość” i określać czym ona jest. I na podstawie wzorców kulturowych bardzo łatwo w tym momencie wprowadzać schematy uogólniające, które niekoniecznie pozwalają dopuszczać istniejące przecież zróżnicowanie między ludźmi.

Każdy pacjent, człowiek wymyka się teorii, jest dla niej anomalią. Jak psychoanalityk jungowski unika redukcjonizmu w relacji terapeutycznej?

Tak, uogólniające podejście jest zupełnie sprzeczne z podejściem Junga do konkretnego człowieka, ponieważ zakładał on, że każdy jest osobnym mikro-wszechświatem. Kiedy psychoanalityk siada przed nowym pacjentem, powinien odrzucić wszystko, co do tej pory wiedział, całą bibliotekę, którą ma w głowie. Każdy człowiek wymaga zbudowania nowej teorii umysłu, nowej teorii nieświadomości. Jung bardzo często to podkreślał walcząc właśnie z redukcjonizmem.

Źródła teorii Junga są bardzo interdyscyplinarne, często zarzucano mu mistycyzm i nienaukowość. Jak można bronić tej szerokości dziedzin, z których czerpał? W jaki sposób wzbogaciły one klasyczną psychoanalizę?

W zasadzie nie tyle wzbogaciły, co wprowadziły zupełnie nowy nurt myślenia. To nie jest tak, że inni psychoanalitycy, np. Zygmunt Freud nie czerpali z różnych, nietypowych z perspektywy racjonalnej psychologii źródeł, np. z Kabały, religii, literatury. W jego towarzystwie było trochę osób, które pogłębiały myśl psychoanalityczną i to, co zostało mu później przypisane. Sam Freud był ważnym pisarzem, popularyzatorem. Zbierał te myśli i publikował. Klasyczna psychoanaliza nie była wcale taka klasyczna, czerpała z wcześniejszych źródeł. To był pewien tygiel, w którym powstawało wiele koncepcji, także tych, które zainspirowały Junga do tworzenia jego własnych teorii.

Jak było w przypadku Junga?

Jung pracował po swojemu. Nie był tak bardzo obciążony historią wojenną, w pewnym sensie znalazł się w pozycji uprzywilejowanej. Mógł tworzyć swobodnie. Miał bardzo otwarty umysł i wydaje się, że nie ograniczał się swoimi własnymi koncepcjami, co było ewenementem na tle wielu psychoanalityków, którzy usilnie próbowali znaleźć jedną dobrą i ostateczną teorię umysłu. Jung swoje teorie rozwijał i szukał coraz to nowych.

Kolejną cechą, która wyróżniała go spośród innych psychoanalityków było to, że on znalazł narzędzia do badania zarówno kultury, jak i własnego umysłu. Szukał wiedzy i inspiracji we wszystkim, co wydawało się zawierać istotne znaczenia. Pozostawał przy tym jednocześnie krytyczny i zaciekawiony. Nie zakładał, że jedne koncepcje są lepsze od drugich. Dlatego badał astrologię, tradycje

wschodnie, religijne, mistyczne, spirytyzm. Jednocześnie szukał naukowych metod badania hipotez psychoanalitycznych, chociażby poprzez eksperyment skojarzeń słownych. Próbował badać zjawiska przez rozpoznawanie ich natury. Pamiętajmy – to, że Jung badał religię nie znaczy, że był fanatykiem religijnym; to, że badał astrologię, nie znaczy, że był astrologiem; to, że badał alchemię, nie znaczy, że był alchemikiem. Niejednokrotnie krytyka Junga wynika po prostu z powierzchowności rozumienia tego, czym się zajmował. Inny nurt krytyki jego dorobku dotyczy wspomnianych wcześniej postaw społecznych, w których nie uniknął pewnych stereotypów i dyskryminujących twierdzeń.

Czyli zjawiska te interesowały go przede wszystkim jako obrazy ludzi, którzy za nimi stali? Nie interesowała go sama alchemia, ale raczej to, co jej uprawianie mówi o człowieku?

Tak. Kiedy Jung badał alchemię, próbował ją poprzez współczesne psychologiczne teorie opisać i zrozumieć – stąd rozumienie procesów alchemicznych jako procesów psychologicznych. Przykładowo, alchemiczny proces połączenia się substancji i powstanie w efekcie innej, trzeciej substancji o innej naturze, może odzwierciedlać procesy łączenia się ludzi w związki – jako para związek zaczyna funkcjonować w zupełnie inny sposób niż dwie osoby żyjące osobno. Tego rodzaju metafory pozyskiwane z różnych kultur i różnych przestrzeni znaczeniowych, pozwalały lepiej rozumieć naturę człowieka takiego, jakim jest współcześnie. Jung nie tylko inspirował się tymi podejściami, ale przede wszystkim je badał.

Czy w swojej pracy terapeutycznej dostrzega Pan elementy teorii Junga, które ze względu na specyfikę naszych czasów, przebudźcowanie jakiemu podlegamy, są dziś szczególnie przydatne?

Wydaje mi się, że natura ludzkiej psychiki się nie zmienia, niezależnie od tego, jaki rodzaj wpływu środowiskowego wprowadzić – czy to jest przebudźcowanie różnymi mediami, czy to jest jakiś rodzaj opresji, w której ludzie się znajdują. Natura psychiki jest niezmienna. Teorie Junga są zbiorami różnych koncepcji, które się nie zdezaktualizowały, pomimo tego, że ludzie i społeczeństwa się zmieniają.

Rzeczywiście, często brak refleksji wynikający z nieustannego funkcjonowania w mediach powoduje to, że pojawiają się różne objawy chorobowe. Przy czym za czasów Junga tym, co powodowało, że się pojawiały była w większym stopniu niż teraz sztywność zasad społecznych. Aktualnie nie mamy tak restrykcyjnego systemu zasad społecznych, natomiast problem stanowi między innymi przebudźcowanie i napór stresujących sytuacji. Ludzie chyba tacy są – w zależności od otoczenia niektórzy będą bardziej podatni na to, co powoduje, że tracą kontakt ze swoją nieświadomością, czyli tracą zdolność do tego, żeby w pełni aktualizować, ujawniać, swoją naturę wewnętrzną.

Co to oznacza?

Według Junga człowiek ma przede wszystkim życie psychiczne nieświadome, a tylko jego część jest świadoma. W ciągu życia staje się coraz bardziej świadom tego, co się w nim dzieje, ale również stara się uświadomić sobie to, co dzieje się z nim nieświadomie – rozpoznać naturę własnej psychiki.

Można by powiedzieć, że każdy człowiek niezależnie od tego, jak bardzo jest intelektualnie rozwinięty, czy w jak bardzo złożony sposób funkcjonuje, ma pewne potrzeby rozwojowe. I te potrzeby rozwojowe mogą być przez różne czynniki zahamowane. Dzieje się tak niezależnie od tego, czy jest to epoka wiktoriańska, w której funkcjonują bardzo silne zasady społeczne, czy XXI wiek, gdzie nastawieni jesteśmy z każdej strony na zmienność i stres.

Każdy z nas może być bardziej sobą lub mniej – można bardziej aktualizować to, co w nas jest albo mniej. Im bardziej ktoś jest daleki od siebie, tym większe prawdopodobieństwo, że będzie cierpieć, bo ukryta część psychiki, która jest nieświadoma domaga się istnienia. To jest niezmiennie. Zmienia się rodzaj presji, natomiast potrzeba rozwojowa od czasów Junga się nie zmieniła.

Różnica zaszła natomiast w nastawieniu do psychoterapii. Ludzie często oczekują szybkich i powierzchownych efektów. Stąd też może wynikać mniejsza popularność takich nurtów jak psychoanaliza czy psychoanaliza jungowska w stosunku do nurtów opartych o metody uzyskiwania szybkiej poprawy objawowej czy usprawnienia codziennego funkcjonowania. Współcześnie potrzeby egzystencjalne, np. związane z rozumieniem sensu życia czy odkrywaniem własnego

potencjału osobowego, nie zawsze są na pierwszym miejscu. Wiele osób szuka jednak takiej ścieżki własnego rozwoju, na co odpowiedzią może być psychoanaliza jungowska.

Rozmawiała Hanna Nowak



Sfinansowano przez Narodowy Instytut
Wolności - Centrum Rozwoju
Społeczeństwa Obywatelskiego
ze środków Programu Rozwoju
Organizacji Obywatelskich
na lata 2018 – 2030



Ministerstwo
Kultury
i Dziedzictwa
Narodowego.

Dofinansowano
ze środków Ministra
Kultury i Dziedzictwa
Narodowego