

Grażyna E. KWIATKOWSKA

Symbol w procesie terapii

The Symbol in the Therapeutic Process

„Człowiek nie potrafi się już bezpośrednio ustosunkować do rzeczywistości. Nie może jak gdyby stanąć z nią twarzą w twarz. W miarę jak symboliczna działalność człowieka robi postępy, rzeczywistość fizyczna zdaje się cofać. Zamiast zajmować się rzeczami samymi w sobie, człowiek w pewnym sensie sam ze sobą rozmawia” (E. Cassirer 1971, s. 69). Nie żyje bowiem już w świecie jedynie fizycznym, ale również w świecie symbolicznym, którego częściami składowymi są: język, mit, sztuka, religia.

Nasze czasy uświadomiły sobie wagę obrazów symbolicznych w życiu umysłowym dzięki pracom z zakresu psychopatologii i etnologii:

Wydaje się, że obie te nauki zaczęły nagle objawiać i przypominać normalnej, cywilizowanej jednostce, iż duża część jej wyobrażeń w osobiwy sposób graniczy z wyobrazeniami charakterystycznymi dla neurozy, obłądu, czy też z wyobrazeniami ludzi „pierwotnych”. Metody porównujące „szaleństwo” ze zdrowym rozumem, skuteczną logiką człowieka cywilizowanego z mitologiami ludzi „pierwotnych” miały tę olbrzymią zasługę, że zwróciły uwagę naukowców na wspólny mianownik tych porównań: władzę obrazów, mechanizmy kojarzenia symboli i poszukiwanie mniej lub bardziej ukrytego znaczenia obrazów lub hermeneutykę (G. Durand 1986, s. 52).

W psychologii wagę obrazów, „myślenie obrazem”, które odsyła do symboli i tworzy symbole, doceniła psychoanaliza. Prowadzone w tym zakresie badania wykazały, że „myślenie obrazem” nie jest pewną niższą formą myślenia, charakterystyczną dla człowieka pierwotnego. Jest ono narzędziem poznania, „dopuszczającym człowieka w te regiony rzeczywistości, które nie są dostępne dla myślenia abstrakcyjnego, pojęciowego ani dla doświadczenia zmysłowego” (C. Rowiński 1986, s. 7). I ten właśnie aspekt, gubiony przez ludzi w ich codziennej egzystencji, odnaleziony w procesie terapii, powinien przywrócić im utraconą równowagę.

ROZWAŻANIA TERMINOLOGICZNE

Samo słowo „symbol” pochodzi od czasownika greckiego *symbolleō* – łączyć w jedno, spajać dwie części jakiegoś przedmiotu w jedną całość. Funkcją symbolu jest „dawać do myślenia”, jak poetycko wyraża się P. Ricoeur, ale to myślenie ma zmierzać w kierunku „odsłaniania” ukrytej prawdy. Nie jest ona związana bezpośrednio z działaniem praktycznym, lecz przede wszystkim ze szczególną aktywnością umysłu i wyobraźni.

Termin „symbol” zaczyna funkcjonować stosunkowo późno. Pojawia się w V wieku u Dionizego Pseudoareopagity. Słowo to robi odtąd karierę, zwłaszcza na wschodnich terenach kultury chrześcijańskiej. W tym dionizyjskim rozumieniu symbol to tyle, co znak obrazowy, którego postać zewnętrzna zawiera, ale i ukrywa pewne dodatkowe zaszyfrowane znaczenia. Symbol jest zagadką – *aenigma* – dlatego „daje do myślenia” i nie poddaje się interpretacji dosłownej, nie można go rozszyfrować do końca. To co w nim przedstawiono, zawiera istotę, ale tajemniczą, niejasną i wieloznaczną iluzję, do której odczytania – zawsze tylko przybliżonego – potrzebny jest odpowiedni klucz, dodatkowa wiedza, a także intuicja i umiejętność wnikania poza zjawiskową stronę rzeczy zmysłowych (E. Wolicka 1988, s. 51-52).

Tradycja historyczna przekazała nam trzy główne postacie symbolizmu, które do dziś są aktualne:

- a) symbolizm proveniencji platońskiej,
- b) symbolizm alegoryczny oparty na arystotelesowskim empiryzmie,
- c) symbolizm egocentryczny, preferujący wartości (auto)ekspresywne i oparty na arbitralnie przez autora stanowionych regułach własnej, ezoterycznej wizji świata (*ibid.*, s. 56).

Symbolizm proveniencji platońskiej korzysta z narzędzi językowych. Zastosowany na terenie innych sztuk, np. plastycznych, pozwala na językopodobne traktowanie plastyki.

Pozwala na „wynajdywanie” alegorycznych i symbolicznych funkcji obrazów. Z powodzeniem da się wówczas interpretować taką sztukę pod kątem wartości normatywno-symbolicznych, czyli w kategoriach ikonologicznych (*ibid.*, s. 45).

To sprawia, że jak „do właściwego obrazowania potrzebna jest znajomość zasad, czyli »prawa«, to dobre odtwarzanie polega na tym, ażeby wzór w jego proporcjach i cechach odtworzony był jak najwierniej, tak ten, który obraz kontempluje, musi dysponować znajomością analogicznych reguł hermeneutyki obrazu, by go należycie zrozumieć i docenić” (*ibid.*).

Zapoczątkowana przez Platona hermeneutyka znaczeń obrazowych, czyli ikonologia symboliczna, „ma charakter ciągły, rozwija się w czasie i doskonali w ciągu dziejów, jak każde prawo i reguły stanowione przez człowieka, które muszą być uzupełnione i pojmowane przez potomnych” (*ibid.*, s. 48).

W ten nurt włączyli się psychologowie o orientacji psychoanalitycznej z Zygmuntem Freudem na czele.

KONCEPCJA ZYGMUNTA FREUDA

Symbolizm, symboliczny sposób komunikowania się jest – w przekonaniu Z. Freuda – „archaicznym” etapem myślenia. Obserwować można go w sytuacjach regresywnych lub ułatwiających regresję, np. we śnie, w stanach patologicznych itp.

Praca marzeń sennych cofa nas do wczesnych okresów dwojakiego rodzaju, po pierwsze do indywidualnej przeszłości dzieciństwa, po drugie do wczesnych okresów rozwoju szczepowego, które każdy osobnik przechodzi w skróceniu wraz z całym rozwojem rodzaju ludzkiego. Nie jest też moim zdaniem wykluczone, że uda się nam zbadać w ukrytych procesach psychicznych, jaki udział przypada przeżyciom indywidualnym, a jaki należy przypisać filogenezie czasów pierwotnych. Takim dziedzictwem filogenetycznym wydaje mi się związek symboliczny, którego nikt nie uczył się indywidualnie (Z. Freud 1982, s. 213).

Psychoanalityczna koncepcja symbolu uwzględnia w jego strukturze dwa aspekty: aspekt symbolizującego i aspekt symbolizowanego. Procesy pierwotne, nieświadome, są symbolizowane. Symbolizujące jest zawsze świadome. Symbol różni się od znaku tym, iż to, co symbolizowane nie jest jednoznacznie określane (por. Z. Rosińska 1985, s. 60 i nast.). Mogą być symbolizowane jednocześnie dwie idee lub więcej. Dlatego symbol wymaga interpretacji. Proces symbolizowania ma charakter nieświadomy. Dochodzi w nim do przeniesienia czy przemieszczenia znaczenia emocjonalnego z jednego przedmiotu na drugi, dzięki czemu nieświadome pragnienie zyskuje w zamaskowanej postaci (symbolu) częściowe zaspokojenie. Energia, jaka jest związana z symbolem, decydująca o jego ważności, o jego sile przyciągania jest zawsze pochodzenia pierwotnego, tzn. płynie od represjonowanych pożądań, pragnień o instynktownej, biologicznej genezie.

Taki stosunek do symbolu – według Freuda – umożliwia interpretację i pełniejsze uświadomienie stłumionych idei. Dokonać się to może w procesie terapii.

Tego rodzaju stały związek między składnikiem marzenia a jego tłumaczeniem zwie my symbolicznym, a sam składnik marzenia sennego symbolem jego nieświadomych myśli (Z. Freud 1982, s. 17).

Świadomość konieczności interpretowania zachowań pacjenta, jego marzeń sennych, doprowadziła do zaproponowania przez Freuda nowego rodzaju terapii, polegającego na interpretacji i rozumieniu. Píše on o tym tak:

Dwadzieścia pięć lat intensywnej pracy doprowadziły do tego, że najbliższe cele techniki terapeutycznej są dziś zupełnie inne niż były na początku. Zrazu analizujący lekarz nie mógł dążyć do niczego innego niż do odgadnięcia ukrytej treści nieświadomości chorego, zestawienia jej ujawnionych fragmentów w całość i podania jej we właściwym czasie do wiadomości chorego. Psychoanaliza była przede wszystkim sztuką interpretacji (Z. Freud 1975, s. 34).

Interpretacja, jako jedyny rodzaj aktywności leczniczej, nie była wystarczająca dla pełnej terapii. Należało jeszcze przyjąć postawę rozumiejącą, i to nie tylko w stosunku do marzeń sennych, ale także do sztuki i do objawów nerwicowych.

Objawy nerwicowe mają swoje znaczenie, podobnie jak czynności pomyłkowe i marzenia senne, tak i one mają swój związek z życiem osób, u których występują (Z. Freud 1982, s. 230).

Pojawiają się często w formie symbolicznej, nie uświadomionej przez podmiot. Dlatego można – według Freuda – „[...] tłumaczyć marzenia senne bez wypytywania śniącego, który i tak nie zna sensu symbolu. Znając zarówno utarte symbole marzeń sennych, jak i osobę śniącego, warunki, w których żyje, oraz wrażenia, po których nastąpiło marzenie senne, jesteśmy często w stanie tłumaczyć sen bez trudności, jakby od ręki” (Z. Freud 1982, s. 17). Toteż – według Freuda – analiza, interpretacja i rozumienie „materiału psychologicznego” przedstawionego w formie symbolicznej ma zarówno wartość diagnostyczną, jak i terapeutyczną.

Szczególną uwagę na symbol i jego rolę w życiu człowieka zwrócił Carl Gustav Jung. Twierdzi on, że w symbolu uwidacznia się twórczy rozwój i styl życia człowieka.

KONCEPCJA CARLA GUSTAVA JUNGA

Symbole, jako „ognisko psychicznego rozwoju”, są wizualizacją twórczego rozwoju. Mają różne źródła. Jedne mają charakter powszechny, archetypalny. Symbol zawiera w sobie archetyp, jądro znaczeniowe, które jest naładowane energią, jakkolwiek jego samego przedstawić nie można.

Te symbole, które pochodzą z nieświadomości i które przejawiają się w snach, wizjach i fantazjach, wyobrażają jakby rodzaj „indywidualnej mitologii”, posiadającej najbliższe analogie z typowymi postaciami mitów, sag i świata baśni. Dlatego musimy przyjąć, że odpowiadają one pewnym zbiorowym (ale nie indywidualnym) elementom strukturalnym ludzkiej psyche w ogóle i że zostały odziedziczone jako morfologiczne elementy ludzkiego ciała (J. Jacobi 1993, s. 133-134).

Drugim źródłem jest indywidualne doświadczenie; można w nim rozpoznać wspomnienia dzieciństwa lub wspomnienia innego rodzaju, dotyczące zdarzeń niedawnych.

Symbole mogą zastępować najrozmaitsze treści.

Treści symbolu nigdy nie można całkowicie wyrazić w sposób racjonalny. Pochodzi ona z tej „pośredniej dziedziny subtelnej rzeczywistości, którą adekwatnie można wyrazić właśnie tylko za pośrednictwem symbolu”. Alegoria jest znakiem czegoś, synonimem wyrażającym znaną treść; symbol natomiast obejmuje zawsze jeszcze coś więcej, czego za pomocą języka, będącego narzędziem rozumu, nie da się wyrazić (*ibid.*, s. 135).

W twórczym rozwoju, który – według Junga – jest głównym zadaniem człowieka prowadzącym do samorozumienia, główną rolę odgrywa symbol. W nim bowiem zachodzi dialogowe porozumienie pomiędzy treściami pochodzącymi ze świadomości i nieświadomości. Odbywa się to w procesie indywiduacji, którego celem jest doprowadzanie do zespolenia osobowości człowieka, a także osiągnięcie przez niego większej autonomii. W trakcie procesu terapeutycznego należy – według Junga – zawsze uwzględniać całość psyche, a każdy konflikt, nawet najbardziej ograniczony, nazwać w związku z tą całością. Metoda ta przyjmuje za punkt wyjściowy wytwór nieświadomości jako symboliczny wyraz przedstawiający i antycypujący pewien odcinek rozwoju psychologicznego. Takie pojmowanie nieświadomości i jej form archetypowych jako symbolicznych ilustracji „pogodzenia przeciwieństw” pozwala Jungowi na interpretowanie treści marzeń sennych (por. Ch. Fischer 1978) zarówno z redukcyjnego, jak i prospektywnego, konstruktywnego punktu widzenia, a to przez zajęcie się nie tylko źródłami i materiałem wyjściowym wytworu nieświadomości, ale także przez dążenie do znalezienia ogólnego i zrozumiałego wyrazu dla wytworu symbolicznego.

Dopiero uznanie przez Junga symboli za formy wyrażające podwójne „oblicze” wszystkich zdarzeń psychicznych, zwrócone jednocześnie wstecz i w przód, wraz z paradoksalnym „[...] nie tylko, lecz także umożliwiło analizę psychiki, która nie tylko, jak u Freuda, dąży do usunięcia jej zahamowań i przeszkód oraz do normalizacji procesu psychicznego, ale ponadto stara się, przez świadome popieranie tworzenia się symboli i przez badanie ich znaczenia, o wzbogacenie psyche zarodkami wzrostu i o otwarcie źródła energii, która może okazać się twórcza dla przyszłego ukształtowania życia pacjenta” (J. Jacobi 1993, s. 141-142).

Myśl Junga znalazła rozwinięcie w koncepcji V. Kast.

KONCEPCJA VERENY KAST

V. Kast (1990) swoje założenia dotyczące wartości i roli procesu terapeutycznego sformułowała na bazie teorii C. G. Junga. Twierdzi ona, że w symbolach uwidaczniają się istotne dla jednostki aspekty jej rozwoju. Ich analiza to istota procesu terapeutycznego, która pozwala na uzyskanie nie tylko wglądu w problemy podmiotu, ale i dokonanie oceny punktu w jego dynamicznym rozwoju.

Z symbolami spotykamy się w obrazach ze snu, w fantazjach poetów, bajkach, mitach. Tworzone są w sztuce, literaturze, religii. Powstają spontanicznie, w konkretnym celu. Dlatego zachowują one ważność dla i do określonego momentu czasu; potem mają one już charakter drugorzędny: ustępują miejsca nowym, bardziej istotnym symbolom. Analiza symboli poszczególnej jednostki wykazuje, że – według autorki – przy ich pomocy można dokonać rekonstrukcji historii jednostkowego życia. Symbole te uwidaczniają się i stają zrozumiałe dopiero w procesie terapeutycznym, ponieważ w codziennym życiu umykają one naszej uwadze, gdyż nie potrafimy w porę dostrzec lub docenić ich ważności. Oprócz symbolicznych obrazów, istotną rolę w życiu człowieka odgrywają symboliczne działania, które – według autorki – więcej mówią o naszych myślach, niż o intelekcie. Sam człowiek nie próbuje zrozumieć zasad swego działania: często nie ma też sposobu na ich przybliżenie. Są także symbole, które same narzucają się człowiekowi w określonej sytuacji życiowej. Spostrzegane są albo w formie obrazów sennych lub też w fantazjach, marzeniach.

Jednak w każdej pracy z symbolami należy liczyć się z pojawiającymi się mechanizmami obronnymi, które ją utrudniają. Oznacza to wówczas, że symbol aktywizujący określony mechanizm obronny jest dla nas ważny. W chwili gdy dochodzi do jego ożywienia, zaczynamy aktualizować przeszłość, ale nie tylko tę osobową, lecz także przeszłość ludzką, jaką znamy z mitologii, bajek, sztuki, literatury. Łączą się bowiem one w nierozdzielalną całość w historii życia każdej jednostki. Może się ona także stać przyczynkiem do tworzenia nowych symboli. Szczególnie sprzyjającą sytuacją do ożywiania starych i tworzenia nowych symboli jest proces terapeutyczny. Symbole sprawiają, że wyeksponowane zostają aktualne problemy życiowe, a także ujawnia się możliwość rozwojowa. Symbol tkwi immanentnie w psychice podmiotu, będącym systemem samoregulacji.

Symbole są miejscem przetwarzania kompleksów, w skład których wchodzi archetypy. W związku z tym, w chwili gdy analizujemy symbole, możemy uzyskać informacje na temat rodzaju archetypu, który stał się istotny dla podmiotu i został przezeń zaktywizowany.

Według autorki w procesie terapeutycznym istotne jest ożywienie nieświadomości i symboliki. Pozwala to pacjentowi na uzyskanie wglądu we własną psychikę. V. Kast przedstawia schemat procesu terapeutycznego, w którym istotną rolę odgrywa przeniesienie i przeciwprzeniesienie, a także tzw. punkty zwrotne. Autorka definiuje je jako moment, w którym pojawia się możliwość tworzenia nowych symboli. W chwili gdy się one pojawiają, dochodzi do powstania nowych form zachowania u pacjenta, uzyskania przez niego zarówno wglądu, jak i wyzwolenia nowej energii, która twórczo stymuluje dalszy przebieg terapii.

V. Kast twierdzi, że proces terapeutyczny związany jest – w jej koncepcji – z procesem tworzenia symboli, które podlegają interpretacji. Prawdłowo

przeprowadzona interpretacja umożliwia zarówno wyeksponowanie wewnętrznego „materiału psychologicznego”, jak i uzyskanie nowej, stymulującej energii, tak ważnej w rozwoju człowieka.

Zaprezentowany (na wybranych przykładach) nurt psychoterapii aktywnie wykorzystuje symbol w procesie oddziaływań terapeutycznych. Zaznaczyło się to szczególnie wyraźnie w koncepcji V. Kast, która twierdzi, że w procesie terapii ważne jest nie tylko ożywienie nieświadomości i symboliki, ale stworzenie takich warunków, które pobudziłyby pacjenta do tworzenia nowych. Ujawnia się wówczas jego możliwość rozwojowa. W koncepcji V. Kast terapia ma charakter dynamiczny, twórczy. Można ją przeciwstawić koncepcji terapii zaproponowanej przez Z. Freuda, w której dochodziło – za sprawą metody – jedynie do wyeksponowania tego materiału symbolicznego, który już był ukształtowany w psychice człowieka. Proces terapeutyczny sprowadzał się w konsekwencji do interpretacji i rozumienia symbolu.

Mimo istniejących między autorami różnic zarówno w sposobie rozumienia symbolu, określeniem jego źródeł, jak i sposobu wykorzystania wszyscy jednak zgodnie podkreślają, że:

- 1) myślenie symbolami tworzy wszelki sens i znaczenie dla człowieka;
- 2) odgrywa doniosłą rolę terapeutyczną, niezbędną dla zdrowia psychicznego. Równowagę fatalne skutki wynikające ze zdominowania człowieka przez schematy myślenia czysto pojęciowego, abstrakcyjnego, które prowadzi do atrofii uczuć oraz wyobcowuje i automatyzuje jednostkę ludzką, zaciera indywidualne rysy człowieka, czego rezultatem są różne choroby psychiczne.

BIBLIOGRAFIA

- Cassirer E., *Esej o człowieku*, Warszawa 1971.
- Durand G., *Wyobrażenia symboliczne*, Warszawa 1986.
- Fischer Ch., *Der Traum in der Psychotherapie. Ein Vergleich Freudscher und Jung'scher Patiententraume*, München 1978.
- Freud Z., *Poza zasadą przyjemności*, Warszawa 1975.
- Freud Z., *Wstęp do psychoanalizy*, Warszawa 1982.
- Jacobi J., *Psychologia C. G. Junga*, Warszawa 1993.
- Kast V., *Die Dynamik der Symbole. Grundlagen der Jungschen Psychotherapie*, Olten 1990.
- Rosińska Z., *Psychoanalityczne myślenie o sztuce*, Warszawa 1985.
- Rowiński C., *Gilbert Durand i jego „wyobrażenia symboliczne”* [w:] Durand G., *Wyobrażenia symboliczne*, Warszawa 1986.
- Wolicka E., *O różnych typach wyobraźni symbolicznej* [w:] „Zwrot” półrocznik Koła Naukowego Studentów Historii Sztuki KUL im. Michała Walickiego, 2/3, 1988, s. 48-56 (nadbitka)

SUMMARY

The paper gives an outline of a psychotherapeutic current which makes an active use of the symbol in the process of therapeutic effects. This current already has its own history since it includes such names as for example S. Freud and C. G. Jung. The concept of V. Kast is a contemporary development of this current in therapy. She claims that what is important in the process of therapy is not only animation of unconsciousness and symbolism, but also creating such conditions which would make a patient create the new ones.

Following this therapeutic current showed that the symbol plays an important therapeutic role which is necessary for mental health. It also balances the disastrous effect following the fact of man being dominated by the schemes of purely conceptual, abstract thinking, which leads to atrophied feelings, alienates a human being, blurs the individual features of the man, which results in different mental diseases.