

Pastorálny counseling a jeho implementácie do akademického procesu.

Mgr. Marta Andraščíková

Abstrakt

Tento článok hovorí o counselingu (čiže o poradenstve), konkrétne o pastorálnom poradenstve a jeho implementácií v praxi. Hlbšie pojednáva o základných princípoch a charakteristických črtách. Prináša nové vnímanie konceptu counseling, ktorý berie do úvahy celého človeka s jeho biologickou, psychologickou a spirituálnou stránkou.

Zdôrazňuje základné princípy poradenstva, empatiu, načúvanie a vyzdvihuje budovanie vzťahu s klientom ako základnú hodnotu, otvárajúcu klienta k osobnému rastu, náhľadu do jeho vnútra a vedie ho k zmene súvisiacej s novým poznaním, nadobudnutými zručnosťami a taktiež k zvládaniu stresujúcich a zaťažujúcich situácií.

Poukazuje na potrebu integrovania profesionálnych zručností a duchovných hodnôt v procese sprevádzania klienta. Približuje profesionálnu prípravu a možné uplatnenie v praxi, vychádzajúc z modelu Loyolskej univerzity v Marylande na Katedre pastorálneho poradenstva.

Kľúčové slová – counseling, pastorálny counseling

Zdá sa, že téma counseling je novodobý fenomén, ktorý hľadá spôsob ako prepojiť príliš stresujúce profesie. Netýka sa priamo vzdelávania a výchovného procesu, ale vstupuje doň, a tak pomáha klientovi prekonať ťažkosti. Nedotýka sa málo adaptívneho správania a štrukturálnej zmeny osobnosti, no pomáha mu akceptovať realitu a hľadať vhodné spôsoby integrácie do sveta. Nezaoberá sa čisto poruchami osobnosti a nepoužíva medikamenty na vysporiadanie sa s realitou. May (2001) vníma rolu counselora, resp. sprievodcu ako toho, kto sa zaoberá problémami, ktoré sú napr. pre učiteľa ťažko zvládnuteľné v rámci vyučovacieho procesu, no ešte nie sú tak veľké a hlboké, aby si vyžadovali konzultáciu so psychológom alebo psychiatrom.

Counseling

Counseling podľa Cavanagh (1982) ukazuje na vzťah medzi profesionálom a osobou, ktorá hľadá pomoc. Je to vzťah, v ktorom je dôležité nielen používanie profesionálnych zručností, ale aj atmosféra, v ktorej sa counseling odohráva, aby sa pomohlo klientovi nájsť vzťah k sebe samému a taktiež k druhým cez produktívne spôsoby.

Lartey, (2003) uvádza sedem kľúčových elementov counselingu podľa ktorých counselor:

1. musí byť profesionálne trénovaný na túto službu
2. musí byť vo vzťahu s osobu, ktorej pomáha
3. potrebuje rovnako profesionálne zručnosti ako aj osobnostné charakteristiky pre takúto službu
4. pomáha nadobudnúť klientovi nové zručnosti
5. učí klienta budovať vzťah k sebe
6. ukazuje ako vytvárať vzťahy, ktoré podporujú rast
7. cez poradenský proces vyjadruje vzťah medzi poradcom a klientom.

May (2001) vidí rozdiel medzi counseling a psychoterapiou v tom, že

1. Counseling je viac zameraný na osobný rast, psychoterapia na deviácie
2. Counseling je viac výchovný, podporný, orientovaný na realitu a krátkodobý. Terapia je viac zameraná na rekonštrukciu osobnosti, je konfrontačná a dlhodobá.
3. Counseling je viac štruktúrovaný a cieľavedomý, pracuje s konkrétnymi cieľmi. Psychoterapia je viac ambivalentná, má ciele, ktoré sa vyhodnocujú paralelne s procesom terapie.

Na základe hore uvedených definícií môžeme povedať, že novosť counselingu je nájsť odpoveď na otázky v rámci prístupu ku klientovi, a to: *Ako môže byť counselor kvalitatívne inak prítomný pre klienta. Ako môže counselor vytvoriť signifikantné iné prostredie, ako je doterajšia skúsenosť klienta?* Lartey (2003) tvrdí, že je dôležité, aby counselor pomohol rozpoznať klientovi negatívne sebaocenenie, vnútorné konflikty, negatívne imperatívy, konfliktné potreby a mylné postoje. Rovnako counselor vedie klienta k vysporiadaniu sa s realitou, k rozšíreniu svojho sebapoznania, ku schopnosti vytvárať nové vzťahy a posilňovať rast k vnútornej slobode.

Lambourne (1988) hovorí, že srdcom counselingu je podporovanie jedinečnosti a dôstojnosti klienta. Je to vzťah založený na zručnom profesionálovi, ktorý ponúka klientovi otvorenie sa, nadobudnutie nového vnútorného poznania, a ktorý pomáha klientovi rozpoznať príčinu a afektivitu jeho správania. Teda counseling ako popisuje Lambourne (1988) je založený na zručnostiach, princípoch, ktoré podporujú sebaopoznanie, emocionálne prijatie, rast a optimálny rozvoj osobných zdrojov. Celkovo prináša možnosť klientovi žiť plnohodnotný a naplnený život.

Modely counselingu vychádzajú zo základných psychologických škôl. Psychodynamicky orientované prístupy sú orientované na vnútorné poznanie

klienta. Kognitívne - behaviorálne prístupy sú zamerané na zmenu vonkajšieho správania klienta. Humanitné prístupy sú orientované na vytváranie vzťahov tu a teraz a transpersonálne prístupy ako logoterapia, pomáhajú hľadať a objavovať zmysel života.

Lartey, (2003) zdôrazňuje, že všetky spomenuté psychologické prístupy majú spoločné to, čo charakterizuje akékoľvek poradenstvo a to sú :

1. Počúvanie
2. Empatia
3. Interpatia
4. Rešpektovanie
5. Srdečnosť
6. Úprimnosť
7. Konkrétnosť
8. Konfrontácia
9. Diskrétnosť
10. Bezprostrednosť.

Pastorálny counseling

Opísali sme si, ako niektorí autori chápu counseling. Teraz sa pozrieme ako rôzne definície popisujú pastorálny counseling.

Pastorálne poradenstvo podľa Lartey (2003), je poradenstvo zamerané na celú osobnosť človeka a jeho dobro, ako na niekoho, kto je súčasťou rodiny - sociálnej jednotky. Klient je vnímaný ako celok s telom, myslou a duchom, s odvolávkou na jeho psychologické, teologické a etnické pozadie. V pastorálnom poradenstve je osoba vedená rozumieť svojim otázkam v kontexte každodenných skúseností, lebo cez ne môže nájsť odpoveď na svoje otázky.

Pastorálne poradenstvo používa prostriedky, ktoré kladú dôraz na to, aby sa poradca vedel priblížiť k ľuďom, aby ich vedel motivovať a viesť k tomu, aby boli schopní prevziať na seba risk a urobiť rozhodnutie, ktoré im pomôže byť tými, kým majú byť.

Vyššie spomenutý autor uvádza, že v samotnom pastorálnom counselingu sú zadefinované rôzne prístupy:

1. **Sekulárny prístup** - je zameraný na osobné dobro a pohodu človeka, o ktorého sa staráme.
2. **Náboženský** - berie do úvahy klientove vierovyznanie, nakoľko si ho klient do counselingu prináša.

3. Kresťanský - je z pohľadu biblického, silne evanjeliového, ktorý zahŕňa prvky protestantizmu. Je to v tom smere, ktorý v súčasnosti akceptuje a implementuje aj vedecké výskumy ako aj teologický aspekt.

Podľa O'Connel je pastorálny counseling proces, ktorý je vyjadrený poctivou prácou a nádejou na pomoc milujúceho Boha. Sullivan vidí pastorálny counseling ako hodnotový systém, ktorý je orientovaný na Boha. Z pohľadu Rhine je pastorálny prístup v kontexte úprimnej obavy o klienta ako spolupútnika vyjadrený úprimnou starostlivosťou a záujmom o klienta. L. Jourard, profesor psychológie, chápe counselora ako sprievodcu k dobrému životu, ktorý kráča dopredu a slúži ako živý príklad na ceste.

Porovnanie counselingu, pastorálneho poradenstva a duchovného sprevádzania

Stewart-Sickling (lecture, 2014) vysvetľuje rozdiel medzi counselingom, pastorálnym counselingom a duchovným sprevádzaním na základe toho, čo jednotlivé smery sledujú.

Hedonistický prístup sleduje to, čo je prospešné pre takého človeka. Náboženské a duchovné zdroje sú použité skôr ako prostriedky na naplnenie emocionálnych, mentálnych a fyzických potrieb. Counselor musí poznať klientove zdroje a jeho kultúru.

Druhým je zdravie, ktoré je vyjadrené cez **eudaimonický prístup** - žiť si dobrý život, striktný so zdravotného hľadiska. Counselor posudzuje všetko, čo súvisí s vývinovými obdobiami človeka. Psychologický a duchovný prístup je súčasťou rozhovoru ako hodnoty a tradícia pomáha popísať ciele. Counselor je viac informovaný o tradícií viery a hodnôt u klienta.

Tretím prístupom je svätosť, ktorý tiež súvisí s eudaimonickým prístupom, no je viac zameraný na mravný postoj človeka, jeho túžbu a úsilie po blaženosti. Counselor sa pozerá na veci z Božej perspektívy. Náboženstvo a duchovnosť sú formované životom ako takým. V tomto prístupe duchovný náhľad ovplyvňuje všetky ostatné pohľady. Hodnoty a tradície sú centrálné, explicitné a sprievodca a klient majú záväzok prehliť klientovu vieru.

Na základe týchto troch cieľov Stewart-Sickling (lecture, 2014) hovorí, že counseling sa zaoberá úplne prvým a čiastočne druhým. Pastorálny counseling sa zaoberá úplne prvým, druhým a čiastočne tretím. Duchovné sprevádzanie sa zaoberá čiastočne druhým a úplne tretím smerovaním.

Z toho vyplýva, že počas pastorálneho counselingu je dôležitá pastoračná prítomnosť, ktorá sa nedá vidieť, alebo počuť, ktorej sa nemôžeme fyzicky dotknúť, je to vnútorne naladenie sa na klienta.

Cheston (2000) to vyjadrila v paradigme pastorálneho poradenstva ako:

1. Spôsob bytia

Cheston (2000) hovorí, že to, čo robí pastorálny counseling unikátny je osoba, ktorá vykonáva poradenstvo. Je to spôsob jej bytia, kto je táto osoba, stupeň empatie, ktorú má, hodnoty, ktoré prejavuje, hranice, ktoré sú jasne dané a dôležitosť vzťahu ku klientovi.

2. Spôsob chápania

Cheston (2000) hovorí, že spôsob chápania klienta je hlavnou časťou poradenského procesu. Je založený na poznaní, ktoré vychádza z teoretického prístupu a štruktúry, z normálneho a abnormálneho vývoja a rôznych spôsobov, ako uskutočniť zmenu. Counselor používa rôzne varianty zručností, formy prístupu a techník.

3. Spôsob intervencie

Spôsob intervencie je práca samotná, sú to prostriedky, cez ktoré counselor interpretuje klientove disfunkčné cykly a podporuje proces alternatívneho myslenia, cítenia a správania.

Skutočná prítomnosť si teda vyžaduje srdce counselora, ktoré pomáha ozajstnému naladeniu sa na klienta, ktoré vychádza od srdca k srdcu. Je to priestor, v ktorom counselor chápe hlbšie klienta. Townsend (2009) zdôrazňuje nevyhnutnosť, aby pastorálny counselor bol osobnostne a nábožensky integrovaný, úspešný vo svojej vlastnej terapii a aby bol schopný demonštrovať, formovať a udržať terapeutický vzťah s klientom.

Implementácia pastorálneho poradenstva v vzdelávacom procese

Loyolská univerzita opisuje pastorálny counseling skôr psychologickým jazykom ako náboženským. Samotný program je holisticky orientovaný a pomáha hľadať osobe zmysel života v celej jeho komplexnosti. Program je eklekticky zameraný, obsahujúci prístupy orientované na človeka, a to kognitívne, behaviorálne, psychodynamické, pracujúce s rodinnými systémami. Ľudské správanie a skúsenosti človeka vnímame ako integráciu dimenzií psychologickej, intelektuálnej, emocionálnej, sociálnej a duchovnej.

Definuje pastorálny counseling ako podporný vzťah, ktorý zámerne zahŕňa vo svojom prístupe otvorenosť klienta na duchovnosť a náboženstvo, cieľom čoho je klientov rásť na úrovni emocionálnej a psychologickej. Vzdelávací proces zahŕňa teoretický základ, na ktorý nadväzuje samotná prax s klientom.

Teoretický základ obsahuje predmety nevyhnutné ako:

1. Poradenský proces a prax
2. Vývinová psychológia
3. Etika
4. Psychopatológia
5. Základy psychológie
6. Liečenie psychopatológie

Praktická časť

Štvorsestrálna **praktická časť tréningu** cca 24 hodín týždenne praxe s klientom je postavená na povinnej osobnej terapii študenta - 10 hodín pred samotnou praxou a 10 počas terapie študenta. Počas tohto procesu je študent povinný prejsť viacerými stupňami supervízie ako:

- a) Skupinová v rámci vzdelávacieho procesu (cca 6 študentov – škola)
- b) Individuálna na mieste praxe raz týždenne,
- c) Skupinová na mieste praxe spolu s kolektívom,
- d) Duchovný vodca je silno odporúčaný.

Prepojenie teórie a praxe je manifestované záverečnou prácou, v ktorej študent integruje nadobudnuté teoretické poznatky a skúsenosti z praxe a svoje vlastné osobnostné predpoklady a vízie.

Na záver vidíme, že pastorálny counseling je vstúpenie do špeciálneho vzťahu s klientom a prehĺbovanie pastorálneho prístupu - čo môže byť opísané ako prinášanie môjho spirituálneho ja do procesu terapie s klientom (vnímané cez teologické videnie).

Wiks (2012) hovorí, že nemôžeme dať to, čo nemáme, preto je dôležité, aby pastorálny counselor bol zakorenený vo svojom náboženstve, aby praktizoval dlhodobý duchovný život, ako je meditácia, modlitba, reflexia, duchovné čítanie a duchovné sprevádzanie. Realizovanie týchto praktík mu pomôže byť pokorným, súcitným a vďačným. Tieto prvky sú základné vlastnosti pre rozvoj uzdravujúceho vzťahu v poradenskej miestnosti.

Pastorálny Counseling sa zdá byť novým fenoménom v našom kultúrnom prostredí. Je dôležité, aby sme pri definovaní tejto služby, či profesie komunikovali aj s odborníkmi aj z iných pomáhajúcich profesií, a tak hľadali definíciu, ktorá bude brať do úvahy celého človeka v rozvíjajúceho sa v kontexte našich kultúrnych, sociálnych, morálnych a duchovných hodnotách.

Literatúra:

- Cavanagh, M.E. (1990). *The Counseling Experience*. Waveland Press, Ill. Illinois
- Cheston, S. E. (2000). Counselor preparation. A new paradigm for teaching counseling theory and practice. *Counselor Education and Supervision*, 39, 255-269.
- Lartey, Y. E. (2003). *In living color. An intercultural approach to pastoral care and counseling*. Philadelphia, PA: Jessica Kingsley Publisher.
- May, R (2013). *The Art of Counseling - How to Gain and Give Mental Health* (Kindle Locations 102-103). Read Books Ltd.. Kindle Edition
- Townsend, L. (2009). *Introduction to Pastoral Counseling* (Kindle Locations 1363-1367). Abingdon Press. Kindle Edition.
- Wicks, R. J. (2012). *The Inner Life of the Counselor*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.