

FILOZOFSKO SAVETOVANJE

PLATON, a ne prozjak

Za one koji nisu zadovoljni, ili se protive terapiji kod psihologa i psihijataru, postoji još jedna mogućnost - filozofsko savetovanje

Filozofska savetovališta ili, kako se popularnije nazivaju, praktična savetovališta, danas su izuzetno popularna u Americi, Kanadi i Zapadnoj Evropi, pre svega kod zdravih ljudi koji imaju problem, a koji su taj problem pokušavali, često godinama, da reše psihoterapijom. Zvanični predstavnik APPA u Beogradu je profesor Aleksandar Fatić, koji je magistrirao u Pragu, doktorirao u Australiji, a u međuvremenu predavao na više svetskih univerziteta. Iako takva savetovališta ne postoje u Srbiji, prof. Fatić nam otkriva kako ona deluju u Americi i Evropskoj uniji.

■ Najvažnija strategija

- Filozofsko, ili praktično, savetovanje slično je vojnoj strategiji. Pomaže čoveku da „napadne“ problem na strateški način, s najvećim šansama da ga pobedi. Ali prethodno se mora razumeti sopstvena motivacija, moraju se priznati činjenice o sopstvenim željama i razumeti motivi drugih ljudi s kojima često imamo problem - kaže prof. Aleksandar Fatić.

■ Unutrašnje traganje

Praktična savetovališta pomažu ljudima da razumeju zašto u stvari imaju problem. Da bi se to postiglo, neophodno je interpretirati situaciju u kojoj se čovek nalazi. Smisao filozofskog savetovanja je da vam da oružje da pobedite u bici koju bijete. Proces je duži ili kraći, ali uvek podrazumeva „unutrašnje traganje“. Ako neko dođe kod filozofskog savetnika s emotivnim problemom, daleko najčešćim, misli da mu se ruši čitav svet. Tada je važno da se čoveku pomogne da ostane aktivan i da problemu pristupa direktno.

■ U svojoj pećini

Dobar način da se razumeju problemi koje imamo jeste stara Platonova metafora o pećini. - Svi, na neki način, živimo u svojoj pećini. Psiholozi tu pećinu zovu „zonom komfora“. Tu se osećamo kao kod kuće, ali ona ograničava naš vidik i sposobnost da razumemo spoljašnji svet. Često je pećina vlažna i neudobna, a čovek se ne usuđuje da iz nje proviri, izađe i ogreje se na suncu. Misli da je u pećini siguran, a u njoj mu, zapravo, preta tuberkuloza. Posao filozofskog savetnika je da čoveka mirno i sigurno uveri da proviri iz pećine i da mu pokaže kako to da uradi. Tada počinje njegova lična životna pobeda - objašnjava naš sagovornik.

■ Uloge koje igramo

Jedno od osnovnih polazišta praktičnog savetovališta jeste da svi živimo u predstavama. To su uglavnom uloge koje igramo pred drugima, a koje nastaju zbog toga što mislimo da drugi to od nas očekuju. Često zaboravimo ko smo zaista i poistovetimo se s brojnim ulogama. Zaboravimo da maštamo, sanjamo, izgubimo hrabrost da zamišljamo bolju stvarnost i da radimo na tome da je ostvarimo. Često povratak mašte i želje čoveka „otkoči“ u nekom smeru u kome brzo postigne rezultate i bitno promeni svoj život nabolje.





Rešavanje ljubavnih problema

Filozofska savetovališta se bave raznim krizama, problemima, depresijama, razvodima brakova, nerazumevanjima između roditelja i dece.

- Trenutno su „u žiži“ emotivni, posebno ljubavni, problemi. Odmah posle njih dolazi velika i tajanstvena oblast: odnosi majki i ćerki. Ova vrsta odnosa je najproblematičniji segment porodičnih odnosa, daleko izraženija od tradicionalnog stereotipa o „edipovskoj“ problematici između sina i majke - kaže prof. Fatić.



■ Savetovanje nije terapija

Važno je praviti razliku između terapije i savetovanja, jer oni podrazumevaju različita shvatanja samog klijenta. - U terapiji, klijent je „pacijent“ koga treba „lečiti“ i koji, uglavnom, nema odgovornost za svoje stanje. U savetovanju, klijent je sagovornik, čovek s problemom, kome treba pomoći da, usvajanjem novih sredstava i „oružja“ za rešavanje problema, savlada svoj problem. Dakle, praktično savetovališta ne tretira klijente kao pacijente i ne predstavlja terapiju, nego neku vrstu obuke za bolju borbu s problemima - objašnjava profesor Fatić.

■ Životne opcije

Prema njegovim rečima, filozofska savetovališta su profesionalne filozofske organizacije koje nemaju nikakve veze s medicinom, ništa više nego što pravni savet ima veze s medicinom. Ona su mesta na kojima ljudi razgovaraju s filozofskim savetnicima na slobodan način o mogućim opcijama koje imaju u životu.

■ Bokser u ringu

- Ako je klijent bokser u ringu, praktični savetnik je trener, a ne lekar koji sanira poraženog boksera. Naš cilj je da bokser pobedi u ringu, a ne da bude lečen posle meča. To je suštinska razlika. Neki ljudi, naravno, imaju medicinski problem, i u tom slučaju nisu kandidati za filozofsko savetovanje. Ta razlika se uvek jasno pravi - tvrdi naš sagovornik. ■ Žaklina Milenković