

Emoce a existence

Alfried Längle

(sborník *Emotion und Existenz*, pořadatel A. Längle, GLE, Wien, 2003, rozšířené vydání sborníků z konferencí GLE 1994 a 1998)

Abstrakt:

Rozhodující charakteristiku naplněné existence představuje v existenciální analýze dialogická otevřenost osoby vůči sobě samé a vůči světu. Tato otevřenost je nejen cílem, k němuž směřuje existenciálně-analytický rozhovor, nýbrž zároveň i jeho nejdůležitějším účinným faktorem, jehož dynamika se odvíjí od toho, že vede k existenciálnímu naplnění.

Abychom mohli pracovat na otevřenosti, která je patologicky narušená, je zapotřebí se dostat k procesům odehrávajícím se na úrovni osoby. Pro dialogický přístup k psychoterapii je proto v centru pozornosti subjektivní prožívání. Je vhodným výchozím bodem psychotherapeutického procesu, neboť jde o vnímání, které je spojeno s afektivní rezonancí, a tím se subjektivně vnímanou významností pro život. Prožívání tak představuje styčnou plochu mezi vnitřním a vnějším světem. Nepochopitelné nebo zraňující pocity mohou přístup k prožívání blokovat nebo odcizit možnost zacházení s ním, a tak představovat významný nepříznivý vliv pro existenci.

V dalším textu ukážeme, jak se z události stává prožitek. Děje se to nejprve uvolněním afektivity, která je pak emocionálním protipohybem internalizována a nakonec přechází do volní dynamiky. Prožívání není proto nikdy pouze věcným zakoušením, ale vždy zakoušením sebe na pozadí události. Modelově je tento proces představen v personální existenciální analýze (PEA).

Volbou dialogického přístupu k psychoterapii získává emoce významné postavení v existenciální analýze, které je zapotřebí v jeho antropologickém významu nově reflektovat. Setkáme se s definicí nového pochopení existenciální analýzy, jež na postavení emocí spočívá, a tím vybudujeme spojnici k personálně-existenciální teorii základních motivací.

1. Základ existenciální psychoterapie.

Cílem existenciální analýzy je umožnit *otevřenost člověka vůči sobě samému a otevřenou dialogickou výměnu s okolním světem* – její znovunastolení či upevnění (srov. např. Längle 1999b, 2001, 2002c). Práce na této schopnosti a tomto postoji je základem toho, co Frankl označil za cíl existenciální analýzy a logoterapie (např. 1982a, 226násl.): „...vést člověka k vědomí svého bytí odpovědným.“

V existenciálně analytickém rozhovoru jde tedy na jedné straně o to rozvinout schopnost vnitřního rozhovoru se sebou samým, anebo tuto možnost zlepšit. S tímto vnitřním rozhovorem vstupuje ale zároveň *dialogická výměna* s dalšími lidmi. Bez schopnosti vztahovat se k „jinakosti“ (Andersheit) se člověk nikdy nestane „zcela“ sebou samým, nenalezne ani sebe ani své naplnění (srov. např. Frankl 1982a, 160násl.). Podstatná je přitom v našem chápání vztaženost k nějakému Ty (srov. Buber 1973, 15, 32; Frankl 1982a, 13). To se děje ve vztahu a v bezprostředním setkání, ale také ve střetnutí s vyjádřeními tohoto Ty v řeči, literatuře, umění, vědě, ale také v technice, které bývá v humanitních kruzích často věnováno méně pozornosti. Také vztahování se k přírodě, k rostlinné a živočišné říši a ke světu věcí umožňuje formu dialogické výměny, jež je zásadní pro možnost naplněného života (Dasein) a možná dokonce pro možnost naplněné existence (Existenz).

Otevřenost do nitra a navenek, případně vnitřní rozhovor a vnější dialog, jsou úzce provázány, jde o dvě strany jedné mince. Neboť jako žádný subjekt neexistuje nezávisle na objektu, je každý člověk jak svým prožíváním, tak prostřednictvím své činnosti bezprostředně „ve světě“. Objevuje se nezrušitelné spojení a soustavná vzájemná výměna. Pokud zůstanou vzájemné výměny pouze reakcemi, zůstává subjekt uzamčený pouze sám v sobě, neboť se neotvírá, nenavazuje vztah, nýbrž se chrání. Vzniká reaktivní spojení, ale nikoliv jednota subjektu-objektu. Jestliže naproti tomu vznikne duchovní výměna, vztahuje se subjekt k „objektu“, otevírá se mu, přijímá jej do sebe a vydává se mu. Tím je rozštěpení mezi subjektem a objektem pro tuto chvíli a v duchovním ohledu zrušeno. Subjekt potřebuje „objekt“ svého protějšku, aby mohl rozvinout své působení. Tím zakouší také *sebe sama* v působení na svůj protějšek. Subjekt se tak může stávat sám sebou. Potřebuje objekt i k tomu, aby se mohl prožívat a nalézt.

Naopak také „objekt“ působí přirozeně na subjekt a subjekt zakouší jeho působení. Přitom můžeme vyjít z toho, že vnímání subjektu nemá na neživý objekt žádný účinek.¹

¹ Na to poukázal Erwin Straus (1978, 82násl.), zdůrazňuje, že spojení mezi „událostí (Geschehnis) a prožitkem“ nepodléhá přírodovědecky determinovaným zákonům a není materiálním pochodem, nýbrž náleží do sféry osoby. Událost (Ereignis) se stává prostřednictvím „smyslového obsahu, který je z ní odvozen“, „prožitkem“. Přitom ale chybí „reakce, jež vzniká ze souvislosti příčiny a účinku“. Jestliže automobil narazí do stromu, není při nárazu poškozen pouze strom, ale i auto samo. Přirozená událost (Naturereignis) naproti tomu nezaznamenaná prostřednictvím smyslového zaznamenání v sobě žádnou změnu.

V psychoterapeutickém rozhovoru využíváme této strukturální „vztaženosti jednoho ke druhému“: v co možná nejvíce chápající, vřelé, vstřícné formě rozhovoru, v chráněném rámci se může subjekt jednak vyjádřit a sám sebe zakusit tváří v tvář svému protějšku, na druhé straně má partner v rozhovoru vliv na subjekt a na jeho vnitřní rozmlouvání. Skrze toto „moci se stávat sebou samým prostřednictvím druhého“ získává terapeutický dialog své uzdravující působení. Představuje vzor a zážitkový rámec pro dialogickou otevřenost navenek a zároveň může být obrazem toho, jak může subjekt laskavým způsobem (in einer wohlthuenden Art) rozmlouvat se sebou samým. Psychoterapeutický účinek rozvíjí existenciálně-analytický rozhovor především tehdy, když se subjekt vydá tomuto setkání a učí se přitom přejmout tento vzorec vůči okolí i vůči sobě.

„Schopnost vnitřního a vnějšího dialogu“, jak ji můžeme ve zkratce pojmenovat, je tak nejen cílem existenciálně-analytické práce, ale zároveň představuje i centrální *účinný faktor* existenciálně-analytické psychoterapie (srov. též Längle 1988), protože prostřednictvím dialogické výměny se světem získává osoba potřebnou „duchovní výživu“ k rozvoji své niternosti. Tato výměna zajišťuje „kontury“ osoby, napomáhá vytvoření struktury ega a zasazuje subjekt do širšího vztažného rámce, ve kterém lze zakoušet smysl. V kontinuálním vnitřním rozhovoru může být to, co člověk tímto způsobem zakusí, zpracováno a propojeno s vlastní kreativitou. To umožňuje kontinuální a také následné zpracování dojmů a zážitků subjektu, ale i deficitů, traumat a konfliktů, které jsou zdrojem utrpení a jsou podnětem k psychoterapeutickému rozhovoru. Sílu vnitřní a vnější dialogické připravenosti můžeme vysvětlit tím, že její uskutečnění vede k tomu, co rozumíme pod pojmem „naplněný život“ a „existenciální naplnění“.

2. Význam subjektivního prožívání v existenciálně-analytické psychoterapii

Z hlediska vývojové psychologie můžeme vyjít z toho, že každý člověk je disponován k otevřenosti a schopnosti dialogu. Z pohledu antropologie tato schopnost představuje charakteristiku duchovní dimenze člověka (Frankl 1982b, 220násl., 1957 666násl.) případně osoby (Buber 1973,53). K jejímu rozvoji je zapotřebí mít zkušenost dialogu s jinými lidmi a zcela všeobecně se světem. Je-li tato zkušenost nedostatečná, může schopnost osoby k dialogu zůstat zakrnělá nebo nerozvinutá. Pokud dojde k traumatizaci, může to vést k blokádám a fixaci obran a schopnost otevřené výměny se také plně nerozvine. V obou případech může být k překonání deficitů a symptomů zapotřebí pomoci zvenčí.

Jestliže zvolíme *dialogický přístup* ke zpracování psychických a duchovních problémů, jako je tomu v existenciální analýze (a ne např. v terapii behaviorální, psychoanalytické nebo arteterapii, máme-li jmenovat aspoň některé), pak se naskytá otázka, kde začít (tedy otázka po „substrátu“ terapeutické práce), abychom dosáhli optimálního terapeutického účinku. *Rozhovor* přeci může být velmi *rozličně strukturován*, zaměřen jednou spíše na obsahovou rovinu, jako tomu bývá u *diskusí*, jindy spíše na spontánní tvořivost a asociativní bohatství obou partnerů rozhovoru, jako při *vyprávění* a při přátelském kontaktu, anebo může rozhovor více sloužit *vyjádření* něčeho, např. psychickému cíli

sebe prezentace, učinění dojmu, ospravedlnění se. Konečně může sloužit k obhájení nějaké pozice, jako se tomu děje u *debaty* (k možným informačním rovinám komunikace srov. také Schulz von Thun 1981).

Tyto formy rozhovoru jsou terapeuticky málo účinné, zůstávají příliš na povrchu, jsou jednostranné nebo obsahují příliš mnoho nových informací, a tak jsou málo přínosné pro zpracování traumatické zátěže, anebo nalezení sebe sama. Diskuse, debaty, sebe prezentace apod. se nedotýkají procesuálních pochodů osoby (die prozessualen Verarbeitungskräfte der Person). Jsou zaměřeny na věcnou rovinu, anebo dynamiku nějakého cíle, intencionality, kterou sledují. Tyto formy rozhovoru jsou proto příliš slabé na to, aby mohly znovu nastartovat traumaticky zablokovaný proces zpracování, anebo pomalu odstranit strukturní deficit. Každý terapeut² ví, že terapeutický rozhovor selhává, když se zvrhne v diskusi nebo dokonce v obhajování pozic.

Aby bylo možné dostat se na *procesní rovinu osoby* případně na *strukturní rovinu ega*, potřebujeme v terapeutickém rozhovoru získat co nejvíce informací o *způsobu, jímž osoba informace zpracovává*. V terapii nás zajímá, co se s určitou informací u subjektu děje, jak jí subjekt rozumí, jak s ní zachází, co s ní udělá. Tato informace o procesu se v nejvyšší míře odráží v subjektivním prožívání. Pro dialogický terapeutický směr, jakým je existenciální analýza, je proto nejvhodnější zohlednit subjektivní prožívání pacienta resp. klienta. Prožívání obsahuje nejvíce informací pro psychoterapeuticky efektivní rozhovor. V prožívání se dynamickým způsobem spojují v jeden celek informace o vnější situaci v procesu vnímání se všemi důležitými vnitřními silami a informacemi v procesu zpracování.

Tím nechceme říci, že prožívání představuje jediný zdroj lidského poznání (empirismus). Spíše chceme poukázat na psychologicky centrální postavení prožívání. Prožívání představuje „styčnou plochu“ mezi vnitřním a vnějším světem. Je základem pro zvládnutí a utváření života v konkrétním světě podmínek, možností a nároků. Dobrý přístup k prožívání je tedy předpokladem pro existenci – pro osobně utvářený, dialogicky otevřený život ve světě.

Dále jsme se výše zeptali, kde by měl začít dialog, aby se mohla rozvinout jeho terapeutická účinnost, a postavili jsme do popředí prožívání. Tyto první úvahy vrhají nyní světlo na otázku, jak je možné dosáhnout otevřenosti. Jestliže totiž člověku chybí přístup k prožívání, bývá to nejčastěji zapříčiněno blokováním nebo nezvládnutým zpracováním toho, co prožil. To je pak buď nesrozumitelné, anebo zraňující. Více nebo méně vědomá emoční reakce odporu nebo popření prožitého a v důsledku také všeho, co se prožitému podobá, vede ke ztrátě té otevřenosti, která je pro naplňující utváření existence nezbytná³. Zde se poprvé stává zřetelnou ona zvláště těsná a nezbytná souvislost mezi emocí a existencí.

3. Co je to prožívání

² Z důvodu zjednodušení uvádíme pouze maskulinum „terapeut“ – označuje stejně ženy jako muže.

³ srov. práci „Das Bergen des Beruehrtseins“ ve sborníku *Emotion und Existenz*, s.77-100

Vzhledem k tomu, že prožívání má pro existenciální terapeutické směry a dialogické formy komunikace tak centrální význam (srov. např. též Offman 1988, 257), měli bychom nyní více přiblížit, co to „prožívání“ je a jak vzniká. Pojem poukazuje ke kontaktu s životem, k němuž dochází v určité situaci⁴. „Prožít“ může být přeloženo jako vstoupit do kontaktu, v němž se života dotýkáme (Er-leben – in Kontakt treten, indem auf das Leben Bezug genommen wird) a tuto situaci do sebe pojmout informačním kanálem souhlasnosti s vlastním životem⁵.

Prakticky to znamená, že prožívání se vyznačuje zahrnutím *pocitů* (Gefühle). Prožívání je *vnímání s afektivní rezonancí*. Bez něj by zůstalo u pouhého vědomého registrování informace, myšlenky, asociace, opakováním nějakého čísla atd. Pocity představují *substrát prožívání*. Jsou také naším způsobem, jak se vztahovat k životu (srov. teorii 2. ZOM, např. in Längle 1993a, 1994, 2003), a protože pocity potřebují pro svou rezonanci čas, je pro intenzitu prožívání všeobecně předpokladem také dostatečný čas (pokud se nejedná o zvláště intenzivní, silné vjemy). Na intenzitě prožívání ubírá, když se nacházíme pod časovým tlakem (máme „stres“). „Prožitkem“ se stane hudba, cesta, nebo rozhovor tehdy, když se mohu oddat obsahu, aniž bych se stále musel dívat na hodinky.

Při bližším pohledu je zřejmé, že každá myšlenka, vzpomínka, každá činnost, která jakkoli automaticky probíhá, je provázena nějakým pocitem a představuje tak již zárodek prožívání. Jestliže se ovšem doprovodné pocity vztahují méně k obsahu toho, čím se zabýváme, a místo toho mají původ převážně v předem daném naladění nebo vzpomínkách, s nimiž souvisejí, a jsou prostřednictvím aktuálního zaujetí snad pouze poněkud modulovány, nejedná se potom o prožívání v našem smyslu. Život totiž není v dané situaci volně dosažitelný. Prožívání totiž znamená emocionální rezonanci s aktuální situací, respektive s tím, čím se právě zabýváme. Prožívání je možno označit také jako vyjádření volného dialogu se situací (offene Situationsdialogik).

4. Stupně prožívání v modelu existenciální analýzy

Podívejme se nyní ještě podrobněji na to, jak se z události stává prožitek. Jaký druh pocitů se rozeznává v prožívání? Je prožívání proces, nebo jde o fenomén, který se jako celek jednou objeví a dále se již neprohlubuje ani nemění?

Jak dochází k prožívání? Procházka parkem, soumrak slunce, cesta autem, setkání, film, zlost... Co činí z události prožitek a kdy o prožívání nehovoříme? Prožívání vzniká tehdy, když se při zabývání se něčím vynoří pocity týkající se obsahu této činnosti anebo situace. Tedy když to, na co zaměřujeme svou

⁴ Je zajímavé, že v angličtině neexistuje slovo pro „prožívání“ – erleben. Experience je spíše zkušenost – Erfahrung, ale také se pro prožitek používá. Španělské *vivenciar* bylo vytvořeno po vzoru německého pojmu.

⁵ Zde není naším cílem sledovat použití tohoto pojmu Diltheyem a teoretickou psychologií, avšak pojem měl právě v německém jazykovém prostoru významnou historii v rámci psychologie a filozofie.

pozornost, vede ke vzniku pocitů. Pomůže nám to vysvětlit příklad. Představme si jarní procházku. Jdeme přírodou a slunce, listy, vítr k nám určitým způsobem „hovoří“. Jestliže jsme otevřeni všem těmto vjemům a jestliže se necháme touto přírodou „uchvátit“, pak vzniká průvodní „pocitová hudba“ určité intenzity. Tyto pocity odpovídají smyslovým vjemům, zobrazují to, co vnímáme, v našem nitru, vytváří afektivní reprezentaci. V takovém případě hovoříme o prožívání. O prožívání jde i tehdy, když se nejedná o příjemný prožitek, nýbrž když jsme např. náhle vystaveni nebezpečí a octneme se v napětí a v nečekaném víru emocí. Když při jízdě autem uprostřed rozhovoru auto náhle dostává smyk, pozornost se bleskurychle obrací ke zdroji nebezpečí a po uplynutí vteřiny děsu a strnutí a okamžiku možná zcela chladného vnímání bez emocí přichází vlna pocitů, které mohou být tak intenzivní a tak člověka zasáhnou, že se celá událost stane „nezapomenutelným zážitkem“.

Každé prožívání začíná okamžitým dojmem (das unmittelbare Affiziertsein). V teorii osobní existenciální analýzy (PEA, srov. Längle 1993b, 2000) je tento fenomén nazýván primární emocií (srov. též kapitolu Emotionsbegriffe ve sborníku Emotion ind Existenz, s. 185 násl.). Primární emoce obsahuje tu sílu a vitalitu, která je pro prožívání charakteristická a která způsobuje, že prožitek se stává tím, o co tak silně usilujeme. V prožitku zakoušíme spojení se životem, zakoušíme jeho chuť a tušíme jeho sílu. Naše bytí (Dasein) si z prožívání utváří mnohé důležité a centrální obsahy a naše vzpomínky jsou plné prožitků. A jako je tomu se vším, co dobře chutná, i zde je nebezpečí, že se od prožívání již nedokážeme odtrhnout, že se na něm staneme závislími. Závislost na prožitcích se může rozvinout, jestliže život nedokážeme uchopit také z nitra ale jen prostřednictvím vnějších podnětů.

Okamžitý dojem je základem každého prožitku. Může být ale v tichu anebo prostřednictvím cvičení dále internalizován a prohlouben. Děje se tak v procesu, který začíná uchopením *obsahu situace*. V bezprostředním dojmu jsme jednak velmi zaujati sebou a svými pocity, na druhé straně je v tomto afektu ukryt obsah – implicitní postižení toho podstatného, o co v oné situaci jde a co pro nás má subjektivní význam⁶. Tyto obsahy mohou být mnohem hlubší a významnější, než konkrétní situace se svým mnohdy všedním nebo dokonce banálním charakterem nechává tušit. Jejich hloubku není vždy zcela snadné kognitivně postihnout, a proto je lze lépe vystihnout emocionálním vnímáním. V našem případě mohla být osoba např. uchválena růstem přírody, její rozmanitostí, jejími formami a bohatstvím barev, anebo mohla jako podstatný obsah situace pochopit pomíjivost a dočasnost, která je existenci vlastní a která se dává poznat v situaci nebezpečí se vší zřetelností. Vyzdvižením tohoto obsahu primárního dojmu je zpřístupněn hlubinný rozměr, který prožitku dodává cosi podstatného.

⁶. Také Erwin Straus (1978, 14 násl.) popisuje toto *fenomenologické hlubinné zření*, když říká, že se traumatický prožitek vztahuje k *obecnému významu*, který ve skutečnosti má to, co vnímáme, a nezůstává u *konkrétních* okolností času, místa a podrobností. Pak „vystupuje k dalším stupňům univerzálního významu“, zatímco netraumatické prožívání je charakteristické tím, že se pohybuje v opačném směru a od obecného významu věci přechází k tomu, co je „konkrétní pro tuto situaci, podle něž se musí řídit jednání“.

5. Internalizace prožitku

Dále pak může okamžitý dojem v primární emoci projít dalším procesem a nabídnout *odpověď z vlastního nitra* (aus der eigenen Innerlichkeit). To se přirozeně a spontánně děje, pokud nitro není zablokované. Tento proces ale není vždy vědomý, respektive mu není vždy věnována pozornost. V odpovědi z vlastního nitra se hlásí o slovo osoba ve svém nejvnitřnějším projevu (srov. Längle 1999c), začíná pod vlivem prvotního prožitku (unmittelbares Erleben) hledat svůj intuitivní a nejvlastnější pocit a srovnávat ho s tím, co se objevilo v dojmu. Osoba se osvobozuje z moci dojmu. Nalézá opět vlastní svobodu ve zpětné vazbě na svůj „původ“, svůj vlastní vnitřní zdroj a stává se tvůrcí. (K modelu osoby srov. Längle 2002a).

Vrátíme-li se k našim příkladům: prožitek přírody není v tomto kroku již omezen na samotný dojem, nýbrž dává popud k vlastnímu vnitřnímu rozhovoru. Objevují se vzpomínky, možná že se vynoří nějaká melodie, začnou proudit myšlenky, mohou se formovat verše nějaké básně. Mimoděk se pouštíme do vnitřního rozhovoru o tom, jak hezké, anebo jak neobvyklé, nebo tak těžké je to, co právě prožíváme. Někdy je možné hloubku prožívání ještě zintenzivnit tím, že svůj dojem s někým jiným sdílíme, že se o svůj zážitek se životem podělíme s jiným člověkem, dozvíme se o jeho pocitech a slyšíme jeho vnitřní rozmlouvání. Prožitek nás může nejen zasáhnout, může nás také „přemoci“ (überwältigen). Co chce říci tento obrat? Co je tu „přemoženo“ a kým? Dojem může být tak silný a uvolnit tak intenzivní nebo prudké emoce, že se osoba cítí ochromená, neschopná se rozhodovat, anebo dokonce pouze myslet. Před velikostí nějaké hory se např. můžeme cítit tak nepopsatelně malí, anebo můžeme být tak ohromeni silou přírody, že „ztratíme řeč“. Ztrácíme přirozeně řeč, kterou se vyjadřujeme navenek, ale umlká i vnitřní řeč, o které jsme hovořili výše. V případě náhlého nebezpečí, jakým je např. nečekaný smyk, může nával úzkosti přemoci schopnost osoby autenticky odpovědně a souhlasně jednat, a tehdy poklesáme k pouhému reagování.

Prožívání tedy může učinit člověka nesvobodným, může nás natolik uchvátit svým kouzlem, že ztratíme svou vlastní kreativitu, že sami „k tomu nic víc nemůžeme říci“. Tak tomu přirozeně ve vyšší míře bývá u psychického přetížení nebo traumatu. Právě tehdy umlká to nejnítěrnější v nás, je zastaven zdroj naší autonomie a kreativity a naše prožívání uvázne v zajetí dojmu a pocitu. Prožívání se tedy dále prohlubuje nalezením vlastní vnitřní rezonance a spojením s vlastní kreativitou⁷. Tušíme a uchopujeme (spuren und aufgreifen) to, co se v nás počíná „ozývat“, navazujeme na to, co jsme zakusili v dojmu. Tento krok v procesu zpracování prožitého je důležitý pro zachování, případně znovunalezení autonomie osoby. Jinak zůstaneme v zajetí dojmů, a tím něčeho cizího, externího. Jsme tím okouzleni, přemoženi, uneseni bolestí prožitku nebo vášní, nadpřirozeností prožitého⁸, tíhou, něčím, co nás dostává do své moci.

⁷ Na fakt, že událost prožitek nedeterminuje, ale pouze mu poskytuje rámec, ve kterém se utváří subjektivní realita, jež vykazuje určitou nezávislost na vjemu, poukázal již Straus (1978, 84násl.). Podnět nepůsobí jako takový, „...jako jednotlivý, nýbrž pouze ve spojitosti s předchozími podněty.“ (ibid.84)

⁸ *Mystika* může být chápána jako cvičení v tomto prohlubování prožitého.

Tento způsob další internalizace částečným osvobozením se od dojmu nám jednak zachovává osobní *svobodu* vůči tomu, co k nám nově přichází, ale též pomáhá k *upevnění* prožitého. Právě prostřednictvím nalezení vlastního, hluboko z nitra povstávajícího obsahu, který ohraničuje vlastní pozici vůči dojmu, se může objevit vnitřní půda, díky níž se nový prožitek tak lehce neztratí, nevyprchá. Získává naopak pro osobu určitý přiměřený rozměr, je jí uchopitelný. To, co je cizí, se tak propojuje s vnitřním světem a zapojením vlastní kreativity může být lépe ukotveno ve vlastním životě.

Tento způsob zpracování se týká stejně tak příjemných a hezkých zážitků jako i zážitků bolestných, zážitků přinášejících nejistotu, nebo zážitků traumatizujících. U prožitků, které člověka zraňují a přinášejí mu zátěž, se v něm jakožto subjektu začíná ozývat: „To nechci; to je přece hrozné; jestli to je takhle, tak je mi to všechno jedno...“ Neuróza se z existenciálně-analytického pohledu vyznačuje mimo jiné tím, že utváří *postoj* vůči prožitému (k tomuto pochodu srov. Längle 2002b)⁹. I v psychopatogenezi neurózy můžeme objevit tento postup zpracování – nalézání vlastního, stejně jako zcela všeobecně u procesu prohlubování prožitého. I zde je výsledkem tohoto kroku upevnění prožitého. V neuróze se ovšem setkáváme s negativním prožitkem úzkosti, hysterie, deprese a zacházení s takovým prožitkem je patologicky fixováno a ve spojení s obrannými mechanismy (Copingreaktionen) trvale dynamizováno. Fixace, které vznikají zaujetím takového postoje, můžeme dobře ovlivnit právě terapeutickým dialogem. V něm je možno postavit do otázky samozřejmost pozice pacienta a umožnit mu zažít, že i jiné postoje k jeho prožívání jsou možné.

I pro vysvětlení tohoto aspektu prožívání můžeme použít něco z modelu Osobní existenciální analýzy (viz výše)¹⁰. Jde zde o „vnitřní prožívání“, tedy o to, co v Osobní existenciální analýze označujeme jako *emocionalitu*. Ta stojí v protikladu k zvnějšku vyvolanému *afektu*. Emocionalitou rozumíme nejhlubší vnitřní pocity, které vyvěrají z centra osoby, a které částečně jako „senzory na dálku“ (Fernsinne) přesahují přítomnou situaci (srov. příspěvek na str. 27–42 sborníku *Emotion und Existenz*). Emocionalita je spíše *intuitivním vytušením* (Spüren), uchopením obsahu, než *vycítěním* (Fühlen) významu prožitého pro vlastní život, jak je tomu v případě okamžitého dojmu (Affiziertsein). Tato hlubinná emocionalita zahrnuje podstatně také svědomí osoby, směřující k tomu, co je „vcelku dobré a správné“. Mimoto je v tomto aspektu prožívání obsažen také kognitivní prvek, totiž porozumění a zaujetí postoje.

6. Zakoušení sebe sama v prožívání

V závěrečném kroku postupuje proces prožívání většinou ještě dále a přechází do fáze, kterou můžeme označit jako „*zakoušení sebe*“ na základě zážitku toho, co přichází zvnějšku, tedy zážitku cizího. Co se tedy s prožíváním dále děje,

⁹ U těžších poruch jako jsou *poruchy osobnosti* nebo *psychózy* umlká významně nebo zcela vnitřní řeč. Vnitřní dialog je narušen nebo ochromen. K fixaci poruchy zde dochází strukturálními změnami ego funkcí. K terapii těchto poruch je proto zapotřebí více než rozhovoru, např. také nácvik, učení nových dovedností, léta trvající dialog přinášející zkušenosti, aby byla možná práce na strukturální rovině.

¹⁰ Personální existenciální analýza může proto sloužit jako model pro hladký průběh prožívání, protože v této metodě jde obecně o to, *převést událost na prožitek*, a tak odstranit uvíznutí či blokádu v jeho zpracování.

poté co jsme našli v nitru odpověď a uvedli vjem do vztahu s tím, co je v nás původního? Řekli jsme, že vjem byl skrze tento stupeň procesu prožívání zvnitřněn a upevněn, a tím se ke slovu znovu dostala osoba. Ta nyní investovala určitou energii do zpracování vjemu. Byla oslovena ve svém životě (afekt), z vjemu získala určitý významný obsah a k němu našla vlastní zcela osobitý postoj. Být takto osloven v sobě skrývá dynamiku: prožité chce být propojeno s životní praxí. Na tomto místě přichází otázka: „Co nyní udělám s tím, co jsem prožil a zpracoval?“

Osoba je ze své podstaty příliš dynamická na to, aby takový vjem ponechala jen izolovaně a nevztáhla jej k *perspektivě budoucnosti*. Bylo by příliš velkou ztrátou vzhledem k existenci, kdyby procesy zpracování proběhly bez toho, že by byly vztaženy k dalšímu životu. Bylo by to neekonomické, ale stavělo by se to i proti principu růstu jako integraci něčeho jiného, nového. Prožívání „živící“ růst v psychické a duchovní rovině probíhá analogicky k tělesnému růstu¹¹.

Osoba tak stojí před intuitivní otázkou, jak nově získané a internalizované *integrovat do svého životního rozvrhu*, před otázkou: „Co z toho můžu udělat?“ Vývoj na této úrovni prožívání probíhá většinou nikoli vědomě, nýbrž se děje *intuitivně* na základě emocionální dynamiky. A v tomto bodě lze také v průběhu prožívání stále jasněji vycítit sílu, která člověka na základě toho, co prožil, pudí k jednání. To může v našich případech spočívat v ochotě nechat na sebe krásný zážitek z přírody působit, oddat se mu při další procházce, opakovat ji. Nebo nás to může po otřesném zážitku na silnici nutit k tomu o tom mluvit, nebo se snažit přimět řidiče k větší pozornosti. Pocity, že by se něco mělo udělat, něco zažít, něco vykonat, nebo něco vydržet (geniessen, leisten, leiden) patří k zásadním možnostem volby (formulováno s odkazem na tři Franklovy kategorie hodnot, srov. Frankl např. 1982a, 60násl.).

Tato vnitřní síla, která se otvírá na základě integrace vjemu, je *zárodkem vůle*. Je v něm obsaženo to, co chce osoba přinést do světa jako něco sobě zcela vlastní. S tím vstupuje ze své strany do dialogické výměny se světem a dospívá k sebevyjádření. A v okamžiku, kdy se vynoří tento vnitřní pohyb, osoba zakouší sebe sama na základě prožitého a pociťuje svou tvůrčí sílu.

V osobní existenciální analýze (PEA) představuje tento krok završení procesu internalizace a most ke konkrétnímu jednání. Tímto krokem vystupuje osoba z niternosti a opouští prostor prožívání. Nyní je opět připravena vykročit do světa.

7. Emoce a existenciální analýza

Existenciální analýza zpracovává s pacienty vedle emocionality samozřejmě také další témata jako jsou: motivace, postoje a odpovědnost, rozhodování, intuitivní cit (Gespür) a svědomí, sebeobraz, existenciální a ontologický smysl. Pracuje na vnímání, poznávání, rozpomínání se na prožité a projektování budoucího, na nacvičování, jednání, na sebedistanci a sebepřesahu. Především v Osobní existenciální analýze (PEA) a v konceptu základních motivací získala nyní emocionalita fundamentální roli v praxi existenciální analýzy.

¹¹ Toto může být analogií, případně rozvinutím organismického myšlení Carla Rogerse (srov. Kriz 2000, Rogers 1987), ve kterém má myšlenka růstu jako výrazu živoucího období v bytí osoby.

Pouhé oslovení emocí v terapii, uvolňování afektů a mobilizování pocitů by si samo o sobě nemohlo činit nárok na to být nazýváno psychoterapií. Kdyby se toto jednání dělo bez výběru, a ne indikovaně na základě „kartografie duševní krajiny“ a teoretického porozumění, mohlo by to přinést spíše škodlivý než léčivý efekt. Takové účinky také mohly být skutečně pozorovány v seminářích vlny „psycho-boomu“. Emoce a afekty je potřeba rozpoznat, umět odhadnout jejich intenzitu, přesně je dávkovat a vyvolat je v pravý okamžik, odpovídajícím způsobem je dokázat „containovat“ a vydržet. Zvláště při práci s osobnostními poruchami a psychózami je zapotřebí být v oslovování emocí zdrženlivý. Na druhé straně je ovšem v terapii neuróz rozhýbání emocí právě tím centrálním hybným momentem terapeutického dění. Umění terapie neuróz spočívá zcela obecně v tom, že emoce vyhledáme a naučíme se je vydržet, místo jejich stále opakovaného dovedného zjemňování, které sice zajišťuje přežití, ale existenciálně přináší ustrnutí na místě.

Ve Franklově antropologii stála emocionalita ještě ve stínu viditelnějších a filosoficky více reflektovaných témat jako je smysl, svědomí a odpovědnost. Ačkoliv pro Schelera byla emocionalita velmi významná (srov. např. Wicki 1991, 61 násl.) měla ve Franklově antropologii význam pouze okrajový. Franklův přístup k těmto ústředním existenciálním tématům byl spíše racionalistický. Šlo mu o *poznání* „úkolů“, toho co „situace vyžaduje“ pro pochopení smyslu dané situace. Toto poznání se stává člověku zřejmým (evident) díky „vůli ke smyslu“. Abychom této zřejmosti dosáhli v terapii, je třeba podat pacientovi „argumenty“¹² a příklady. Smysl potom sám ze sebe pacientovi „vysvitne“ (Frankl 1982a, 76).

Existenciální analýza bude v budoucnu usilovat jistě ještě více o uznání významu emocí pro úspěšnou realizaci existence (gelingendes Existieren), než jak tomu dosud sama přistupovala. K prvním počínům v tomto směru patří sborník konference „Setkání s hodnotou“ (Wertbegegnung, 1993) a sborník „Praxe Osobní existenciální analýzy“ (2000). Jestliže nyní představuje prožívání ve své zprostředkující úloze mezi osobou a světem zcela ústřední prvek v existenciálně analytické terapii, pak je nutné kromě jiného nově promyslet ústřední postavení afektivity a emocionality v antropologii, aby teorie zůstala koherentní s praxí. Terapeutický proces by měl korelovat s antropologií a s antropologickým hodnocením jednotlivých prvků.

V Osobní existenciální analýze (PEA) se stává *prožívání hodnot základem* pro možnost zaujetí osobního postoje. Tím získává cítění (Fühlen), a s ním také psyché a sóma, integrativní význam pro existenci a nevytrhává se z duchovního procesu. Existenciální proces se tak staví na celostní antropologickou základnu podle zásady: Utvářet život nejen „vzdor“ tělu a pudovosti, nýbrž spíše „spolu s“ tělem a pudovostí. (Což Frankl teoreticky na jednom místě ve své literatuře sám zdůraznil 1957, 666.) Nechtít existovat mimo tělo a pocity, nýbrž skrze tělo a pocity postupovat ke smyslu a hodnotě, svědomí a odpovědnosti, svobodě a

¹² Jedné ze svých přednášek, která byla později publikována, (Frankl, 1990, 79-100) dal titul: „Argumenty pro tragický optimismus“.

rozhodování a snad v určitém náboženském smyslu nakonec ke spáse (Teilhard de Chardin, 1965)¹³.

Emocionalita jako vycítění toho, co se mne uvnitř i zevně dotklo, představuje v Osobní existenciální analýze přístup k hloubkové práci. Jako byl pro Freuda sen královskou cestou do nevědomí, tak může být *v emoci spatřována královská cesta do hloubky lidské existence* a k nevědomé duchovnosti spočívající v jejím základě (Frankl, 1979, 23 násl.). Prostřednictvím emocionality může být prožité napojeno na hlubinný proud existence osoby a dokonce lidství jako takového. Tímto postupem se stává člověku přístupná a uchopitelná také struktura existenciálního *smyslu*. Ačkoli hledání smyslu již v dnešní existenciální analýze nehraje ústřední roli, měli bychom na tomto místě poukázat na to, že i zde má v našem současném chápání emocionalita důležitou úlohu. Pouze pokud je emocionalita začleněna do procesu hledání smyslu, je možno v životě nalézt naplnění. Možná se to stane jasnějším, když se pokusíme nyní uvědomit, o co nám vlastně v existenciální analýze jde.

8. Nové porozumění existenciální analýze

S postavením prožívání v existenciálně analytické práci a s významem emocí, které jsou s ní spojeny, souvisí také proměna porozumění této práci samotné. Jako nejpodstatnější se mi jeví to, že existenciální analýza chápe sebe samu jako více zaměřenou na proces a méně na antropologický popis (spíše statický). To, co děláme v existenciální analýze, může být podle mě nejlépe definováno jako *práce na souhlasu (Zustimmung) s vlastním jednáním* vůči světu a sobě samému. V existenciální analýze nejde primárně o to učinit nevědomé vědomým, neboť existence není primárně otázkou stupně vědomí. Jejím prvořadým cílem není ani rozšíření repertoáru chování nebo kontroly nad chováním, ujasnění rodinných struktur, mocenských poměrů, nebo odžití zablokovaných emocí. To vše má svůj význam a může být také důležité v určitých etapách existenciální analýzy. Přesto zůstávají tato témata jen určitými úseky v existenciálně analytickém procesu. Existenciální analýza usiluje totiž o něco jiného – o uvolnění cesty k přitakání k životu, jako výrazu existence schopné vztahu a závazku. Tím dochází své dokonalosti svobodná a odpovědná duchovnost člověka (Franklovy „existenciálie“, srov. 1959, 672). Jinými slovy a zjednodušeně řečeno: „*Existovat*“ může být ve smyslu existenciální analýzy chápáno jako „*žít se souhlasem anebo o takové žití zápasit*“.

Tam, kde takový souhlas pro člověka není možný, znamená „existovat“: vynaložit vše pro to, aby se stal souhlas (Zustimmung) v situaci možný, nebo aby bylo možno přitakat alespoň tomu, že je momentální situace taková, a realitu tímto způsobem proměnit. Souhlasnost je důležitá pro všechny tři základní formy aktivního bytí – pro prožívání, jednání a pro zaujetí postoje. Jinak řečeno existenciální člověk pociťuje své vnitřní „ano“ při tom:

¹³ Dosud nikdo nevysvětlil překvapivou věc – proč se Frankl ze Schelerovy antropologie věnoval pouze filosofii hodnot a nikoliv stejným způsobem emocím a afektům. Je to o to překvapivější, že na jednu stranu Scheler představuje základ Franklovy antropologie a vedle toho může být chápán jako proponent nejen filosofie hodnot, ale následně také jako zakladatel filosofie emocí a afektivity v tehdejší fenomenologii (Scheler, 1980, 246-369; Wicki 1991)

- co prožívá,
- jak utváří svůj život a svůj svět
- a k čemu zaujímá postoj, pro co žije.

Tyto základní formy aktivního pobývání odpovídají *třem kategoriím hodnot*, které Frankl (1982a, 59 násl.) založil ve filozofickém diskurzu logoterapie. Když přeneseme tyto tři kategorie hodnot do procesuálního kontextu, pak nalézat smysl neznamena pouze realizovat hodnoty. Dynamicky nahlíženo povstává smysl z toho, že prostřednictvím prožívání, utváření a zaujímání postoje můžeme náš život učinit „souhlasným“ (bejahbar).

9. Pocit a hodnota

Souhlasné bytí, které má být existenciálně nosné, vyžaduje souhlasnost celého člověka, protože „existence“ je schopen pouze člověk jako jednota tělesně-duševně-duchovně-sociální. Celostní souhlas zahrnuje též přítomnost emocionálního zaujetí. Pouze tehdy se jedná o život a ne pouhou logickou *reflexi o životě*, myšlenkovou *abstrakci* z trojdimenzionálního antropologického celku. Emocionalita je *kvalitativní reprezentací obsahu prožívání* a představuje tak právě takové propojení s objektivitou, díky níž se objektivita stává živoucí. Tato kvalita vzniká ze vztažení obsahu prožitku k vlastnímu životu (o „základní hodnotě“ srov. Längle 1993a, 27 násl.), a tím tento obsah prožitku („co“) získává svůj modus („jak“). Souhlas jako vnitřní, svobodné a celostně vnímané „přítakání“ k něčemu má jako podmínku právě tuto emocionalitu: uchopit obsah („co“) včetně svého „jak“, tedy s jeho významem pro můj život. Teprve pak se nějaký objekt může stát dostatečným důvodem, abychom ho upřednostnili¹⁴ a pustili se za ním. Jinými slovy, abychom mohli dosáhnout souhlasnosti, musíme nejprve věci, cíle, jednání objevit a *prožít* jako *hodnotné*. Avšak souhlas předpokládá nalezení hodnoty v rovině prožívání. To nám ještě jednou ukazuje, proč má prožívání v existenciální analýze dnes takový význam. A jelikož nalezení hodnoty je v logoterapii předpokladem pro nalezení smyslu (Frankl 1984, 202) vytváří se tím spojnice k původní teorii, kterou má toto pojetí dále rozvinout.

Na každý pocit je v našem chápání možno pohlížet jako na účinek hodnoty, kterou subjekt vědomě nebo nevědomě jako hodnotu prožil (Längle 1993a, 24 násl.). Tak jako každá myšlenka něco vyjadřuje, obsahuje každý pocit *kvalitativní vjem* z vnějšího nebo vnitřního světa. S tímto pochopením emotionality pracuje existenciální analýza, které jde o to, aby vyzvedla hodnotu obsaženou v pocitu a učinila ji uchopitelnou v její relevanci pro život. Logoterapie přejala ze svého filozofického základu principiální zájem o hodnoty.

¹⁴ Toto je univerzální a nejpragmatičtější definice „hodnot“: hodnota je důvod, pro který nějakou věc, jednání atd. upřednostňujeme před něčím jiným.

Existenciálně významné a tudíž *základní pro psychotherapeutický proces* jsou *ty hodnoty*, které byly osobou také emocionálně uchopeny¹⁵. V některých disciplínách mají význam také jiné, „objektivní“ hodnoty, které nemusejí být prožity, a přesto mohou být směrodatné, jako je tomu např. v etice, morálce, právu, filosofii hodnot. V psychoterapii ale musíme trvat na tom, že každý člověk má originální a obsáhlé prožívání hodnot, které je v něm emočně reprezentováno. Otázkou psychoterapie tedy je, do jaké míry může člověk tímto potenciálem disponovat, případně nakolik je toto depozitum zatuhlé či ztracené. Kvůli nestrukturovaným před-osobním počátkům prožívání, může být jejich hlas snadno přeslechnut, opomenut nebo potlačen. Osobní hodnotový potenciál také bývá pod (normativní) nadstavbou vnitřních schémat a zpracování obtížně přístupný. Prožívání (vědomému), rozhodování a jednání se proto ztrácí základ. Život pozbývá svůj osobní punc, osoba se odcizuje sama sobě a může proto nakonec duševně nebo tělesně onemocnět. Bránit tomu je jedním z hlavních úkolů existenciální analýzy.

Bez přístupu k primární emotivitě („ursprungliches Beruhrtsein“) nemůže povstat ona „pravá duševní činnost“, která vede k „správnému rozhodování“, jak to popsal již Brentano (1921, §31). Když duše nemůže dýchat, Pascalova „logika srdce“ se dusí. Cit a porozumění pro to, co vede k existenciálnímu pohybu ve vlastním životě, se ztrácí, je-li zahrazen přístup k možnosti prožít kontakt. Intenzita prožívání, naplnění života a existenciální komunikace rozhodujícím způsobem závisí na schopnosti zachytit originální emoce (tedy prvotní vjem – ursprungliches Beruhrtsein) a jeho další zpracování. Neboť to, co takto zachycujeme a přijímáme, není nic menšího, než my sami, naše já právě znovu se formulující, nebo jinak řečeno jde o situační setkání se sebou samým.

Literatura:

Brentano F (1921) Vom Ursprung sittlicher Erkenntnis. 2°

Buber M (1973) Das dialogische Prinzip. Heidelberg: Lambert Schneider

¹⁵ Úkolem dalšího základního zkoumání by mohlo být zjistit, *za jakých podmínek* dokáže nějaká událost *pocit* zmobilizovat. Ne každá událost, i když ji vnímáme, s námi také pohne. Emocionální život je příliš energeticky náročný a pro život významný na to, aby se rozbíhal bez výběru. Můžeme předpokládat, že panuje i *emocionální ekonomie*, stejně jako je tomu v ostatních neuronálně-humorálních systémech. Zůstává otázkou, co musí v člověku událost „oslovit“ nebo „zasáhnout“, aby uvolnila emocionální reakci.

Podle našeho pojetí vyvolávají uvažované události pocity, které mají souvislost se čtyřmi základními motivacemi (srov. např. Längle 1999a, b, 2002c). Proto můžeme považovat za schopné nás pohnout to, co se týká:

1. naší opory, půdy (Halt) ve světě
2. našeho života a jeho hodnoty
3. udržení toho co je naše vlastní, autentické
4. smyslu v našem životě

To znamená, že událost nemůže traumatizovat sama o sobě, nýbrž stává se traumatickou až tehdy, jestliže se dotýká jednoho nebo několika uvedených tematických okruhů, a jako takovou jí vnímáme a následně také pocítíme.

- Frankl V (1959) Grundriss der Existenzanalyse und Logotherapie. In: Frankl VE, v Gebattel VE, Schultz JH (Hrsg) Handbuch der Neurosenlehre und Psychotherapie, Bd. III. München und Berlin: Urban & Schwarzenberg, 663-736
- Frankl V (1979) Der unbewusste Gott. München: Koesel, 5°
- Frankl V (1982a) Ärztliche Seelsorge. Wien: Deuticke, 10°
- Frankl V (1982b) Der Wille zum Sinn. Ausgewählte Vorträge über Logotherapie. Bern: Huber
- Frankl V (1984) Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Bern: Huber
- Frankl V (1990) Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München: Piper
- Kriz J (2000) Organismische Erfahrung. In: Stumm G, Pritz A (Hrsg) Wörterbuch der Psychotherapie. Wien: Springer: 478f
- Längle A (1988) Zur methodischen Vorgangsweise in der Existenzanalyse und Logotherapie. In: ebd., 14-16 Längle A (1993a) Wertberührung. In: Längle A (Hrsg) Wertbegegnung. Phänomene und methodische Zugänge. Tagungsbericht der GLE 1+2, 7. Wien: GLE, 22-59
- Längle A (1993b) Personale Existenzanalyse. In: Längle A (Hrsg) Wertbegegnung. Phänomene und methodische Zugänge. Tagungsbericht der GLE 1+2, 7. Wien: GLE, 133-160
- Längle A (1994) Lebenskultur-Kulturerleben. Die Kunst, Bewegendem zu begegnen. In: Bulletin der GLE 11, 1, 3-8 Längle A (1999a) Die existentielle Motivation der Person. Nach dem Vortrag von 1992 in Zug. In: Existenzanalyse 16, 3, 18-29
- Längle A (1999b) Existenzanalyse - Die Zustimmung zum Leben finden. In: Fundamenta Psychiatrica 12, 139-146
- Längle A (1999c) Die anthropologische Dimension der Personalen Existenzanalyse (PEA). In: Existenzanalyse 16, 1, 18-25
- Längle A (2000) (Hrsg) Praxis der Personalen Existenzanalyse. Wien: Facultas.
- Längle A (2001) Gespräch - Kunst oder Technik? Der Stellenwert von Methodik in Beratung und Therapie. In: Existenzanalyse 18, 2/3, 7-18
- Längle A (2002a) Die grandiose Einsamkeit. Narzissmus als anthropologisch-existentielles Phänomen. In: Existenzanalyse 19, 2+3, 12-24
- Längle A (2002b) Die Persönlichkeitsstörungen des Selbst - eine existenzanalytische Theorie der Persönlichkeitsstörungen der hysterischen Gruppe. In: Längle A (Hrsg) Hysterie. Wien: Facultas, 127-156
- Längle A (2002c) Die Grundmotivationen menschlicher Existenz als Wirkstruktur existenzanalytischer Psychotherapie. In: Fundamenta Psychiatrica 16, 1, 1-8
- Längle A (2003) Zur Begrifflichkeit der Emotionslehre in der Existenzanalyse. In: Längle A (Hrsg) Emotion und Existenz. Wien: Facultas, 185-200

- Ofmann WV (1988) Existentielle Psychotherapie. In: Neurosen. Stuttgart: Thieme, 256-270
- Rogers CR (1987 [1959]) Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen. Koln: GwG
- Scheler M (1980) Der Formalismus in der Ethik und die materiale Wertethik. Bern: Francke, 6°
- Schulz von Thun F (1981) Miteinander reden: Störungen und Klärungen. Psychologie der zwischenmenschlichen Kommunikation. Hamburg: rororo
- Straus E (1978 [1930]) Geschehnis und Erlebnis. Berlin: Springer
- Teilhard de Chardin P (1965) Der Mensch im Kosmos. Le phomène humain. Muenchen: Beck
- Wicki B (1991) Die Existenzanalyse von Viktor E. Frankl als Beitrag zu einer anthropologisch fundierten Padagogik. Bern: Haupt

Adresa autora:

Dr. med. Dr. phil. Alfried Längle

Ed. Suess-Gasse 10

A-1150 Wien

e-mail: alfried.laengle@existenzanalyse.org

Přeložil Vít Vad'ura