

Ks. ANTONI BARTOSZEK

XVI Międzynarodowy Kongres IFOTES – „Radość życia” (Lublana 10–14 VII 2003 r.)

IFOTES – International Federation of Telephonic Emergency Services (Międzynarodowa Federacja Pomocy Telefonicznej) jest organizacją koordynującą pracę telefonów zaufania w poszczególnych krajach. Idea telefonów zaufania wywodzi się z Anglii, gdzie w 1953 r. anglikański pastor Chad Varah założył pierwszą placówkę pomocy telefonicznej. Jej podstawowym założeniem było zapobieganie samobójstwom poprzez gotowość do wysłuchania przez telefon osób z myślami samobójczymi. Ten podstawowy cel, przyświecający powstaniu pierwszego telefonu zaufania, został z biegiem lat poszerzony i wzbogacony. Obecnie telefony zaufania poprzez swoją obecność w społeczeństwie proponują psychiczne i duchowe wsparcie osobom doświadczającym różnego rodzaju potrzeb natury psychicznej oraz egzystencjalnej. Misja telefonów polega przede wszystkim na empatycznym słuchaniu, psychiczno-duchowym towarzyszeniu, a także na kompetentnym udzielaniu rad i wskazówek odnośnie do możliwości znalezienia konkretnej pomocy w odpowiednich placówkach.

W Genewie w 1959 r., w celu wzajemnego wsparcia pracy telefonów zaufania, założono Międzynarodowe Centrum Informacyjne, które przekształciło się w IFOTES. IFOTES współpracuje z Międzynarodową Organizacją Profilaktyki Samobójstw, Ogólnosiwiatową Federacją Zdrowia Psychicznego oraz Światową Organizacją Zdrowia (WHO). Jako organizacja międzynarodowa ułatwia wymianę informacji między jej członkami i stwarza możliwości kontaktów, organizując kongresy i seminaria. Od 1960 r. przeprowadzono 16 międzynarodowych kongresów, zwykle w odstępach trzech lat. Ostatni Kongres odbył się w Lublanie, wcześniejszy – w Sewilli w 2000 r., następny jest planowany na rok 2006 w Brukseli.

Kongres w Lublanie zatytułowany był „Radość życia”. Zgromadził około 500 uczestników z 21 krajów, głównie europejskich. Na kongresie spotkania odbywały się w trzech zasadniczych formach: wykładów głównych, wykładów fakultatywnych oraz warsztatów.

Głównymi wykładowcami byli: prof. Boris Cyrulnik z Francji – neuropsychiatra, psychoanalityk, psycholog, Norman Sartorius z Chorwacji, specjalizujący się w neurologii i psychiatrii, a także w psychologii, obecnie przewodniczący Stowarzyszenia Europejskich Psychiatrików, dr Marshall B. Rosenberg z USA, założyciel oraz dyrektor do spraw edukacji międzynarodowego Ośrodka Porozumienia Bez Przemocy (Center for Nonviolent Communication) oraz prof. Onja Grad ze Słowenii, specjalizująca się w psychiatrii, założycielka pierwszej w Słowenii linii pomocy telefonicznej.

Wykład B. Cyrulnika był zatytułowany *Paradygmat ‘sprężystości’ (resilience)*. Na wstępie profesor wyjaśnił etymologiczne znaczenie pojęcia *resilience*. Wskazał na łacińskie słowo *resilio* oznaczające „odskoczyć”, „odbić się”; w języku angielskim *resilience* znaczy „sprężystość”, „prężność”. W psychologii *resilience*

oznacza zdolność do wydobywania się z traumatycznych przeżyć, a nawet zdolność do osobowego wzrostu w kontekście negatywnych przeżyć; chodzi o zbudowanie na negatywnych doświadczeniach nowego stylu życia. Pojęcie *resilience* prof. Cyrulnik omówił w perspektywie etologii – dyscypliny empirycznej analizującej zależność moralnych postaw i obyczajów od warunków społecznych. Zrozumienie na fundamencie etologii uwarunkowań kształtujących postawy i zachowania ludzkie stanowi punkt wyjścia do terapii, ujmowanej jako *resilience*. Cyrulnik zauważył, iż w sytuacji, kiedy dzieci są wewnętrznie zniszczone, pozostawione w samotności, większość ludzi spisuje je straty, a to pogłębia ich zagubienie. W przekonaniu Cyrulnika można i należy odnaleźć wewnętrzne złoże i pokłady ich możliwości rozwojowych, a następnie pomóc im w rozwoju poprzez stworzenie odpowiednich warunków wzrostu i rozwoju osoby. Bardzo ważna jest tutaj koncepcja „stawania się”.

Problematykę uwarunkowań społecznych oraz ich wpływu na zdrowie psychiczne podjął także prof. Norman Sartorius w wykładzie zatytułowanym *Kapitał społeczny a zdrowie psychiczne*. Pojęcie „kapitału społecznego” Sartorius zestawiał z dwoma innymi kategoriami: „kapitałem ekonomicznym” oraz „kapitałem ludzkim”. O ile pierwszy z nich wskazuje na sumę aktywów, na to wszystko, co posiadają ludzie (np. samochody, mieszkania, ubrania), zaś drugi opisuje siłę produkcyjną, czyli całkowitą liczbę ludzi zdolnych do pracy, do wytwarzania dóbr, które mogą być przez innych wykorzystane, o tyle kapitał społeczny oznacza społeczne dobro, wynikające ze wzajemnych, wspomagających się nawzajem relacji pomiędzy członkami danego społeczeństwa. Sartorius stwierdził, iż na kapitał społeczny mają szczególny wpływ zaburzenia psychiczne, pojawiające się w społeczeństwie. Dlatego też potrzebne są programy promujące zdrowie psychiczne, konieczna jest zakrojona na szeroką skalę prewencja. Mówiąc o tym, Sartorius wskazał na konkretne działania promujące zdrowie i wzmagające społeczny kapitał; wskazał na konieczność: po pierwsze – umacniania jedności społecznej na fundamencie prawa, po drugie – uznania tzw. „zarobków moralnych” (tzn. pracy wolontariuszy, polegającej na pomocy innym), po trzecie – właściwej edukacji dzieci, której jednym z istotnych elementów jest uświadamianie obowiązków, po czwarte – tworzenia i realizowania silnego oraz szeroko zakrojonego programu zdrowia psychicznego. Podkreślił, iż przetrwa to społeczeństwo, które kładzie nacisk na rozwój kapitału społecznego.

Tematykę komunikacji podjął na kongresie dr Marshall B. Rosenberg w wykładzie zatytułowanym *Jak zamienić konflikty w pokojowy dialog?* Amerykański psycholog wyróżnił dwa style porozumiewania się ludzi: empatyczny „język żyrafy” i agresywny „język szakala”. „Językiem żyrafy” nazywa wypływającą z serca *komunikację bez przemocy*, żyrafa jest bowiem ssakiem o największym sercu. W „języku żyrafy” zamiast kogoś krytykować, mówi się o własnych uczuciach i potrzebach. Natomiast „językiem szakala” albo „komunikacją oddzieloną od życia” nazywa styl porozumiewania się, jakim większość ludzi posługuje się w życiu codziennym. Jest to język osądów i dominacji, w którym przeważają „wyrażenia pejoratywne” (*tragic expressions*); mają one charakter wydawanych sądów o innych, np. „jesteś leniwy”, „to są terroryści”. Aby mówić językiem serca, trzeba umieć rozpoznawać uczucia. W przekonaniu Rosenberga najpierw trzeba nauczyć się rozpoznawać swoje własne uczucia i potrzeby oraz zdobyć umiejętność ich wyrażania. Dopiero wtedy można zacząć tłumaczyć komunikaty z „języka szakala” na „język żyrafy”, np. zamiast „jesteś leniwy” można powiedzieć „jestem

zmęczona, potrzebuję twojej pomocy”, a zamiast „jesteś bez serca” – „potrzebuję twojej czułości”. Według Rosenberga, stosując „język żyrafy” zamiast „języka szakala”, zyskujemy bardzo wiele – przede wszystkim unikamy nieporozumień i konfliktów, kreujemy sytuacje, w których ludzie łatwiej nas rozumieją i o wiele chętniej dają nam to, czego potrzebujemy. Te drobne na pozór zmiany wymagają jednak opanowania bardzo ważnej umiejętności oddzielenia obserwacji, ocen od emocji.

Ostatnim z głównych referatów było przedłożenie prof. Onji Grad z Lublany zatytułowane *Przeżycie straty – od bezradności przez równowagę do poprawy*. W pierwszej części referatu słoweńska profesor przedstawiła różnego rodzaju straty, jakich doświadczają ludzie; są straty spodziewane (np. po drugiej chorobie) i niespodziewane (np. wskutek wypadku), czasowe (utrata pracy) oraz stałe (śmierć), odwracalne (niepowodzenia na studiach) oraz nieodwracalne (demencja), przewidywalne (śmierć rodziców) oraz nieprzewidywalne (śmierć dziecka), zaakceptowane (rozwód) oraz nieakceptowane (oddzielenie rodziny). Następnie Onja Grad starała się odpowiedzieć na pytanie, czego pragną oraz czego oczekują osoby, które przeżywając doświadczenie straty, dzwonią do telefonu zaufania. W opinii Profesora pragną opowiedzieć o własnym doświadczeniu; chcą po prostu „wygadać się” i dlatego oczekują na osobę gorliwie i aktywnie słuchającą; pragną rzucić najcięższą część emocjonalnego ładunku i dlatego poszukują osoby, która poprzez cierpliwe wysłuchanie uśmierzy ich ból. Osoba przeżywająca stratę potrzebuje towarzyszenia ze strony drugiego człowieka. Onja Grad jest przekonana o tym, iż choć doświadczenie straty może prowadzić do depresji i niekończącego się poczucia bezradności, jednak dzięki wsparciu ze strony drugiego może przeżyć się w stan równowagi, a nawet może zaowocować większą doskonałością oraz życiową mądrością.

Poza głównymi wykładami na kongresie odbywały się wykłady fakultatywne oraz warsztaty. Wykłady fakultatywne podejmowały przede wszystkim zagadnienie promocji zdrowia psychicznego, natomiast warsztaty dzieliły się wyraźnie na dwie grupy: jedna była powiązana z głównym tematem kongresu, z „Radością życia”, zaś druga dotyczyła bezpośrednio posługi w telefonie zaufania i jej poszczególnych aspektów.

Spośród wykładów fakultatywnych oraz warsztatów należy w tym miejscu wskazać na jedyny warsztat prowadzony przez osobę z Polski, przez ks. Antoniego Bartoszkę, z Wydziału Teologicznego Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach. Warsztat zatytułowany *Odkrywanie sensu cierpienia – szansą pogłębienia radości życia* prowadził, opierając się na myśli V. Frankla z książki *Homo patiens* oraz Jana Pawła II z listu apostolskiego *Salvifici doloris* do prawdy o tym, iż odkrycie pozytywnych wartości, które mogą wypływać z samego cierpienia, jest drogą do uzyskiwania wewnętrznego życiowego pokoju, a nawet radości życia. Warsztat ten był podsumowaniem oraz zakończeniem programu badawczego, zatytułowanego *Moralne aspekty posługi telefonicznej*, prowadzonego przez ks. Bartoszkę od roku 2000, od jego obecności na 15. kongresie IFOTES w Sewilii. Na warsztacie w Lublanie ks. Bartoszek zaprezentował swoją książkę *Telefon zaufania w służbie człowiekowi i społeczeństwu*, zawierającą syntezę moralnego wymiaru posługi telefonicznej. Książka ta jest owocem jego naukowych poszukiwań, a także doświadczeń wpływających bezpośrednio z posługi w telefonie, którą pełnił przez dwa lata. Ponadto treść warsztatu w Lublanie, prowadzonego przez ks. Bartoszkę, stanowiła powiązanie poszukiwań dotyczących telefonu zaufania z jego zaintere-

sowaniami naukowymi związanymi z opieką paliatywną, której istotnymi elementami są: otwarcie się na człowieka cierpiącego oraz głębokie przeżywanie sensu ludzkiego cierpienia.

XVI Międzynarodowy Kongres IFOTES w Lublanie poza wymiarem naukowym miał charakter zwykłego międzyosobowego spotkania, podczas którego można było doświadczyć prawdziwej radości życia. Dla uczestników kongresu stał się źródłem inspiracji w wymiarze życia codziennego, zawodowego, a szczególnie w posłudze telefonicznej. Przeszczepienie treści kongresowych w środowiska telefonów zaufania danych krajów, które dokona się za pośrednictwem uczestników kongresu, na pewno zaowocuje dalszą intensyfikacją pomocy telefonicznej oraz pogłębieniem motywacji.

Analizując treść kongresu z punktu widzenia etyki oraz teologii moralnej, dochodzi się do wniosku, iż potrzebne są dalsze badania oraz analizy dotyczące zagadnień antropologicznych; konieczne jest dalsze wypracowywanie całościowej wizji osoby ludzkiej, u podstaw której leży wymiar duchowy, przekraczający nie tylko ludzką cielesność, ale także psychikę. Można było niejednokrotnie spotkać się na kongresie z poglądem sprowadzającym wymiar duchowy do wymiaru psychicznego, czyli ostatecznie redukującym, spłaszczającym pełną prawdę o człowieku. Potrzebne jest także dalsze uzasadnianie obiektywności prawa moralnego. Słuszne skądinąd akcentowanie wymiaru emocjonalnego w człowieku może bowiem prowadzić do przeakcentowania ludzkiej psychiki, czyli uczynienia z niej źródła norm moralnych. Słuszne uwzględnianie czynników psychologicznych w ocenie subiektywnej odpowiedzialności moralnej nigdy nie może prowadzić do zrelatywizowania prawa moralnego, które wypływa z obiektywnej prawdy o tym, kim jest człowiek.