

DVASINIS KONSULTAVIMAS MODERNIOJE VISUOMENĖJE. KAS TAI?

Daiva Raginytė, Remigijus Oželis

Klaipėdos universitetas

Anotacija

Žmonija naudojami modernių technologijų pasiekimais, tačiau žmogus neišvengia nei skausmo, nei ilgalaikės kančios, nei dvasinių problemų. Modernioje visuomenėje, kaip ir visais laikais, žmogus tebekelia pamatinius būties klausimus: kokia gyvenimo prasmė, kas yra dvasingumas, kaip spręsti dvasines problemas? Ir čia dvasinis konsultavimas ar asistavimas sulaukia vis daugiau dėmesio. Neabejotinai pastebimas jo poreikis ir nauda, nes dvasinis asistavimas stengiasi atliepti šiandienio žmogaus dvasinius poreikius, būti orientyru skleidžiant dvasinę gerovę. Nors Lietuvoje dvasinis konsultavimas vis dar ieško aiškių veikimo ir apibrėžties ribų, darosi gana aišku, kad jis nėra tolygus psichologiniam konsultavimui. Žinoma, dvasinis konsultavimas nėra per daug nutolęs nuo psichologinio konsultavimo, apčiuopiama abiem konsultavimams būdingų bendrų aspektų. Tačiau dvasinio konsultanto prioritetas – egzistenciniai klausimai, atsakymų į gyvenimo, kančios, mirties, meilės ir kitus klausimus paieška. Dvasinis konsultavimas pasižymi tuo, kad stengiamasi prie žmogaus artėti per tikėjimo prizmę. Išskirtinis elementas – ne konsultanto taikomi metodai, bet pats konsultanto asmuo – jo pasaulėžiūra, tikėjimas, vertybės, požiūris į kitą žmogų. Tad norint pagrįsti dvasinio konsultavimo savastį ir svarbą, šiame straipsnyje siekiama atskleisti jo esmę ir prasmę.

PAGRINDINIAI ŽODŽIAI: konsultavimas, dvasinis konsultavimas, dvasinis konsultantas, konsultavimo procesas, visuomenė, asmuo.

Abstract

Humanity benefits from the achievements of modern technology, but man cannot avoid pain, long-term suffering, and spiritual problems. In modern society, as in all eras, man still raises fundamental questions of being: What is the meaning of life? What is spirituality? How to solve spiritual problems? Therefore, spiritual counselling or assistance is receiving more and more attention. Its needs and benefits are undoubtedly noticeable, because spiritual assistance tries to respond to the spiritual needs of people today, and to be a landmark in spreading spiritual well-being. Although spiritual counselling in Lithuania is still searching for explicit boundaries of function and definition, it is becoming quite clear that it is not the same as psychological counselling. Of course, spiritual counselling is not so far from psychological counselling, as they both have some features in common. However, the priority of a spiritual counsellor is existential questions and the search for answers to queries about the meaning of life, suffering, death, love, etc. Spiritual counselling

tries to approach a person through the prism of faith. A unique element in spiritual counselling is not the methods used by the counsellors, but their personality, their world-view, faith, values, and attitude towards other people. Therefore, in order to substantiate the identity and importance of spiritual counselling, this article aims to reveal the essence and meaning of spiritual counselling.

KEY WORDS: counselling, spiritual counselling, spiritual counsellor, counselling process, society, person.

DOI: <http://dx.doi.org/10.15181/mtd.v0i8.2477>

Įvadas

Moderni visuomenė kelia klausimus, kas yra dvasingumas ir kaip spręsti dvasines problemas. Žmonija vaisingai naudojami modernių technologijų pasiekimais, tačiau žmogus vis dėlto neišvengia nei skausmo, nei ilgalaičių kančių. Vis dažniau girdime apie katastrofas žemėje ir ore, tebesitęsiančius karus ir prasidedančius naujus. Be to, pačiame žmoguje tebevyksta amžina gėrio ir blogio kova. Jis tebekelia pamatinius būties klausimus: kokia gyvenimo prasmė, kas manęs laukia po mirties? Dvasinis asistavimas stengiasi atsakyti į šiuos klausimus, atliepti šiuolaikinio žmogaus dvasinius poreikius, būti orientyru skleidžiant dvasinę gerovę. Šiuolaikinėje visuomenėje negalima supriešinti pasaulietinių, materialių ir religinių, dvasinių dalykų (Kačerauskienė, 2010). Žmogus kuria santykį su išorine aplinka, bando joje įsitvirtinti, prisitaikyti. Natūralu, kad siekiant išlikti, pritapti reikia ne tik išorinių jėgų, bet ir vidinių išteklių. Kylant iššūkių, vykstant gyvenimo pokyčiams žmogus gali patirti sunkumą, išgyventi nerimą, baimių, patirti netekties jausmą, sielvartą, kančią ir begalę kitų jausmų bei būsenų, kurie paprastai apsunkina sveiką žmogaus funkcionavimą. Be to, identifikuodamas patiriamus išgyvenimus ir emocijas, žmogus sąmonėja, siekia vis geriau save pažinti, pamilti, atliepti savo poreikius.

Vidinės žmogaus galios ne visada būna tokios didelės, kad jis pajėgtų savo psichiką valdyti savarankiškai, be kitų asmenų intervencijų, tad ieškoma būdų, kurie galėtų padėti atstatyti psichinę pusiausvyrą ar ugdyti jo dvasinį pasaulį. Istorškai žvelgiant, galima pradėti nuo burtininkų, raganų, šamanų bei jų taidkomų ritualų, magijos ir pereiti prie XVIII amžiaus pabaigoje austrų psichiatro

Franc'o Mesmer'o (1734–1815) atrastos ir taikytos „dvasinio magnetizmo“ (Pauliukevičius, 2005) praktikos, kuri tapo abejotinus sveikimo rezultatus lemiančios hipnozės pradžia. Tokiais metodais teoriškai siekta pagerinti liguotą sergančio žmogaus savijautą, tačiau abejotini tyrimų rezultatai, stebimas besikreipiančiųjų trumpalaikis sveikatos pagerėjimas vertė nesustoti ir toliau ieškoti naujų pagalbos kenčiančiajam būdų, kol galiausiai prancūzų neurologas Hyppolyte Bernheim'as (1840–1919) bei austrų neurologas ir psichanalizės pradininkas Sigmund'as Freud'as (1856–1939) žengė svarbų žingsnį, pastebėję, kad ir be hipnotinio traso – „psichologinio poveikio sukelta į miegą panaši ypatinga sąmonės būseną“ (Šarov, 2005, 576), dalyvaujant įtaigiam gydytojui ir sąmoningam pacientui, psichiką galima paveikti norima linkme. Taigi galima manyti, kad psichoterapija gimė „iš poreikio suprasti žmogaus psichikos funkcionavimo dėsnius bei jos sutrikimų kilmę ir sukurti tinkamą metodą jiems gydyti. Niekur nedingo ir amžinas žmogaus noras pažinti save ir atverti savo psichikos paslaptis“ (Milašiūnas, 2017, 18).

Modernioje ir sekularioje visuomenėje psichikos sveikatos sutrikimų skaičius auga, tad natūralu, kad susiduriant su vis dažnėjančia ir didėjančia ligų įvairove bei siekiant pagelbėti žmonėms, atliepiant ji jų individualius psichikos sveikatos sutrikimus, psichoterapijos procesas ėmė diferencijuotis į skirtingas kryptis. Taip santykinai neseniai atsirado „nauja sritis psichologijos praktikoje, „išnirusi“ iš psichoterapijos“ (Kočiūnas, 1995, 12) – psichologinis konsultavimas, kuris gali pasitarnauti žmonėms, patiriantiems kasdienių sunkumų. Tuo tarpu XX a. aštuntajame dešimtmetyje išplito dar viena, savo ištakomis su pastoracine teologija siejama konsultavimo praktika – dvasinis konsultavimas, dar vadinamas *dvasiniu palydėjimu*. Nors ši „mokslo sritis vis dar ieško aiškių veikimo ir apibrėžties ribų“ (Žukauskas, Ramonas, 2015, 9), tampa aišku, kad psichologinio konsultavimo nereikėtų painioti su dvasiniu konsultavimu. Norint pagrįsti dvasinio konsultavimo atskirumą bei tapatumą, šiame straipsnyje bus siekiama atskleisti jo esmę ir prasmę.

Pasaulyje vykstantys procesai, ypač pastarųjų metų pandeminiai ir militaristiniai, glaudžiai siejasi bei lemia krizes, kurias patiria asmenys, kurių kasdieniame gyvenime vyksta pokyčiai, jiems kyla iššūkių. Žvelgiant į šią dieną situaciją, panašu, kad stresą sukeltantys veiksniai, tokie kaip pandemi-

ja, karas, migracija, bedarbystė, santykinis skurdo rodiklis, klimato atšilimas, mažina žmonių pasitikėjimą visuomene ir vienas kitu. Tokiose situacijose žmogus gali pajusti nesaugumą, nerimą, bejėgystę, pyktį, abejingumą, tai laipsniškai veikia jo emocinę būseną, jis jaučia nestabilumą, patiria psichinės sveikatos sutrikimų. Matant realią situaciją, galima įsivaizduoti, kad su konsultavimo praktika užsiimančiais specialistais susiduriama vis dažniau. Žmogus vis labiau gręžiasi į save, bando suvokti savo pasaulėjautą, vadovautis vertybėmis, kurti pozityvų ir gilų tarpasmeninį santykį. Domėjimas savo vidumi, atidumas poreikiams leidžia ieškoti būdų, kaip siekti užsibrėžtų tikslų. Reaguodamas į žmonijos poreikius, pasaulis nestovi vietoje. Kasdien gauname begalę įvairių pasiūlymų, mums siūlomos praktikos, gyvenimo mokytojai, skirtingos terapijos ar konsultavimo metodai, kurių įvairovė gali apsunkinti pasirinkimą. Tad ypač svarbu gebėti atsirinkti ir pasinaudoti sau tinkamiausia pagalba priemone, siekiant įveikti užklupusius sunkumus. Tai susiję ne tik su pagalba prašančiaisiais, bet ir su pagalba teikėjais, kurių tikslas – padėti klientui, nes konsultavimas – tai dviejų asmenų vertybinis dalyvavimas. Neatsitiktinai šiame straipsnyje daugiausia dėmesio ir bus skiriama dvasinio konsultavimo svarbai šiandiniame moderniajame pasaulyje. Tad tyrimo tikslas – supažindinti su dvasinio konsultavimo samprata ir tikslais bei atskleisti dvasinio konsultanto savybes, kurios leidžia kurti konsultanto ir kliento santykį. Darbo metodai: mokslinės literatūros ir tyrimų apžvalga, analizė ir sintezė. Pasirinkta tema analizuojama ir nagrinėjama remiantis kuo naujesniais lietuvių ir užsienio autorių moksliniais šaltiniais. Tyrimo uždaviniai: supažindinti su dvasinio konsultavimo samprata; apžvelgiant patį procesą ir jo eigą, aptarti konsultanto ir kliento santykį bei tarpusavio ryšio kūrimo principus.

Pradėti svarstyti apie dvasinio konsultavimo svarbą žmogui būtų galima nuo to, kad žmogus, kaip gyva būtybė, apskritai šiame pasaulyje nepajėgus vienas, be kitų pagalba, surasti atsakymus į visus jam kylančius klausimus, spręsti kasdienes, specifines ar egzistencines problemas, visapusiškai pasirūpinti savimi. Dvasinį asistavimą būtų galima priskirti bendro konsultavimo sričiai, kurios pradininku laikomas amerikiečių psichologas Carl'as Rogers'as (1902–1987). Jo teigimu, konsultavimas – tai konsultanto ir kliento

tarpusavio sąveika, siekiant padėti asmeniui išspręsti jam kilusią problemą. Pasak C. Rogers'o, problema gali būti įvairialypė: tiek darbinė, tiek šeiminių, sprendžiami santykių, meilės, lytiškumo klausimai (Carl Rogers psichologijos indėliai: apžvalga, 2022). Žodžio *konsultavimas* kilmė siejama su lotynišku žodžiu *consulto*, kuris reiškia *tariuosi* (Tarptautinių žodžių žodynas, 1985, 262). Tai tikslus ir gana aiškus įvardijimas, nusakant konsultavimo esmę. Paprastai atsakymų į nežinomus klausimus ieškantis žmogus kreipiasi į tos srities konsultantą, norėdamas pasitarti ir pasitelkęs pagalbą surasti atsakymus, kurių nepajėgia savarankiškai atrasti.

Konsultavimas mokslinėje literatūroje gana dažnai minimas, yra nemažai autorių, kurie bando nusakyti jo reikšmę, tikslus. Kiekvienas jų formuluoja kiek kitokį, tačiau, jų suvokimu, konsultavimo esmę labiausiai atskleidžiantį apibrėžimą. Pavyzdžiui, konsultavimas gali būti apibūdinamas kaip sąmoningas informacijos perdavimas, siekiant susidaryti tvirtą nuomonę ir priimti tikslingus sprendimus, arba, kaip teigia amerikiečių konsultantas Peter'is Block'as, „pokalbis su pagalbos prašančiu žmogumi jau yra konsultavimo veiksmas“ (Block, 2014, 23). Anglų konsultantas Calvert'as Markham'as konsultavimą supranta, kaip specialisto ypatingų žinių, įgūdžių ir patirties perdavimo procesą; tai veikla, susijusi su kiekvieno verslo subjekto konsultavimo paslaugomis (Konsultavimas ir konsultavimo švietimas, 2022). Panašus ir konsultanto Fritz'o Steele'o požiūris į konsultavimą, jis teigia: „Tai pagalbos suteikimas, kai konsultantas pats neatsako už kliento problemos išsprendimą, o tik padeda rasti sprendimą tiems, kas už tai atsakingas“ (Konsultavimas ir konsultavimo švietimas, 2022). Taigi, nors apibrėžimai skirtingi, įsigilinus galima aptikti tapačių dalykų. Konsultavimas bet kuriuo atveju yra dviejų ar daugiau žmonių tarpusavio sąveika, kai išryškėja skirtingi besikalbančiųjų vaidmenys. Atsiranda pagalbos teikėjas ir jos prašytojas, tik čia konsultuojantis asmuo turėtų ne išspręsti besikreipiančiojo problemą, bet savo žiniomis ir įžvalgomis kreipti sprendimo link, nesvarbu, tai būtų socialinis, psichologinis, dvasinis ar galbūt net teisinis konsultavimas. Taigi konsultavimo specialistai rengiami ir teikia įvairių sričių pagalbą, taigi būtų galima daryti prielaidą, kad yra besikreipiančiųjų, kuriems reikia vienokio ar kitokio pobūdžio konsultacijos. Dažnai pažeistam žmogui, kad susigrąžintų

ankstesnę būseną, reikia įvairiapusės pagalbos ir tvirto asmeninio apsisprendimo. Atkūrimo būdai gali remtis krikščioniškuoju tikėjimu, psichoterapija ar savipagalbos grupių veikla (Lanauskienė, Oželis, 2016, 88). Tad toliau apžvelkime būtent dvasinio konsultavimo sampratą, specifiką ir svarbą.

1. Dvasingumo ir dvasinio konsultavimo samprata, apibrėžties ribos

Pradedant kalbėti apie dvasinį konsultavimą ir siekiant apibrėžti jo sampratą, pirmiausia reikėtų aptarti *dvasingumo* sąvoką, nes, tikėtina, šie dalykai glaudžiai susiję. Jau pačioje pradžioje kyla savotiškų sunkumų, siekiant vienareikšmiškai apibrėžti dvasingumą. Iki šiol nėra bendros nuomonės dėl dvasingumo reikšmės, skirtingi autoriai šį reiškinį traktuoja žvelgdami iš skirtingų požiūrio taškų, „dėl savo daugiamatiškumo, dvasingumo reiškinys neišsitenka vienos kurios mokslinės disciplinos ribose, todėl jis turi būti (ir dažnai yra) tiriamas integruojant ne tik teologijos, bet ir filosofijos, psichologijos bei ugdymo mokslų žinias“ (Kontrimienė, 2018, 11). Žodis *dvasingumas* modernioje visuomenėje vartojamas vis dažniau ir įvairiuose kontekstuose. Pastebėtina, „kad tik pastaraisiais metais apie dvasingumą plačiau imta kalbėti tiek Bažnyčios aplinkoje, tiek plačioje visuomenėje“ (Rolheiser, 2017, 18). Kas gi yra dvasingumas? „Dabartiniame lietuvių kalbos žodyne“ aptinkami du žodžių *dvasingumas* ir *dvasingas* aiškinimai. Pirmiausia dvasingu kviečiama laikyti žmogų, „turintį daug psichinių jėgų“ (Dabartinės lietuvių kalbos žodynas, 2012, 141). Šį dvasingo asmens apibrėžimą būtų galima traktuoti kaip gana išsamų, bet nelabai konkretų. Girdint tokį aiškinimą, norisi aiškumo, kas laikoma psichinėmis jėgomis ir kokius žmones tokiu atveju būtų galima priskirti šiai kategorijai. Pasak psichologės Aistės Jonušaitės, psichinėmis jėgomis galima būtų laikyti „sugebėjimą susidoroti su stresinėmis situacijomis, nepalūžti, emocinį stabilumą, aukštą motyvaciją, savi veiksmingumą ir panašius su psichika susijusius dalykus, kurie suteikia žmogui stiprybės“ (Jonušaitė, 2015). Kita minėtos sąvokos reikšmė – „turintis gyvybę, dvasią“ (Dabartinės lietuvių kalbos žodynas, 2012, 141). Šis apibrėžimas gali nuskambėti dar abstrakčiau, kada dvasinga būtybe laikytinas kiekvienas gyvas, kvėpuojantis organizmas, nes žodžio *dvasia* pirminis aiškinimas būtent ir būtų „kvėpiamas oras, kvėpimas, kvėpavimas, kvapas“ (Ten pat, 140). Tačiau, kaip ir

dauguma žodžių, šis turi ne vieną aiškinimą. Minima, kad dvasia laikoma ir „individe sutelkta visuomenės sąmonė“, ir „psichinės žmogaus jėgos kaip veikimo akstinas“ (Ten pat, 141). Žvelgiant giliau, galima pastebėti, kad abu žodžių *dvasingumas*, *dvasingas* aiškinimai turi panašumo. Tiek vienoje, tiek kitoje žodžio anotacijoje atkreipiamas dėmesys į žmogaus psichiką ir su ja susijusius dalykus. Siekiant tiksliau ir įvairiapusiškiau paaiškinti dvasingumo bei su tuo, tikėtina, siejamo dvasinio konsultavimo reiškinį, pažvelkime, ką šia tema kalba užsienio šaltiniai ir autoriai.

Apie dvasingumą savo poziciją šiuo klausimu išsakė Kanados ir JAV teologas Ronald'as Rolheiser'is pirmojoje savo knygoje „Dvasingumo paieškos“. Autoriaus teigimu, „dvasingumas neturi nieko bendra su natūraliai kylančiu ar sąmoningu apsisprendimu imtis kokios nors dvasinės veiklos – eiti į bažnyčią, melstis ar medituoti, skaityti dvasinę literatūrą ar imtis dvasinių pratybų. Tai daug Gilesnis dalykas“ (Rolheiser, 2017, 20). Kalbėdamas apie dvasingumą, kaip reiškinį, R. Rolheiser'is teigia, kad kiekvienas asmuo gali būti ir yra dvasingas, nepaisant jo noro ar religingumo, nors savo knygoje kalba ir apie konkrečią dvasingumo kryptį – krikščioniškąją dvasingumą, kuri įvardija kaip iššūkį kiekvienam Kristaus mokiniui. „Dažniausiai manoma, kad dvasingumas yra kažkas egzotiška, ezoteriška, pakylėta virš kasdienybės ir rutinos. Daugeliui žmonių žodis *dvasingumas* asocijuojasi su tuo, kas neįprasta, mistiška, su nepažintu Bažnyčios gyvenimu, šventumu, nuolankumu, kitoniškumu, su tuo, kas neva skirta tik išrinktiesiems. Daug rečiau dvasingumas suprantamas kaip nediskutuotinas esminės svarbos dalykas mūsų gyvenime“ (Rolheiser, 2017, 19). Visapusiškai svarstydamas *dvasingumo* sąvoką, autorius daro išvadą, kad „dvasingo žmogaus priešingybė yra būtybė, stokojanti gyvenimo jėgos“ (Rolheiser, 2017, 26), tad iš to būtų galima daryti prielaidą, kad tik stiprus, siekiantis tikslų, užsiimantis įkvepiančia veikla ir linkęs kabintis į gyvenimą, vientisas žmogus priskiriamas dvasingiesiems, nors taip gyventi ir to siekti bei pasiekti, tikėtina, gali kiekvienas to siekiantis.

JAV teologė Sandra Marie Schneiders dvasingumą bando nusakyti ne tik krikščioniškąja, bet ir bendrąja prasme, ji siūlo tokį apibrėžimą: „Tai sąmoninga ir apgalvota pastanga siekti ne vien saviintegracijos ir asmenybės tobulėjimo, bet ir maksimalaus savo gebėjimų panaudojimo prieš akis turint

svarbiausią gyvenimo tikslą“ (Schneiders, cit. iš Rolheiser, 2017, 33). Autorė pateikia savo suvokimą, kad dvasingumas apima ne tik religinius išgyvenimus, bet ir kitas žmogui prasmingas patirtis, siejamas su gyvenimo tikslais bei vertybėmis. Šveicarų teologas „Hansas Ursas Von Bathasaras dvasingumu vadina asmens suvokimą, koks turėtų būti etine ar religine prasme įsipareigojusio žmogaus gyvenimas, ir jo pritaikymą gyvenime“ (Rolheiser, 2017, 33). Iš šių keletu autorių, kurie domėjosi dvasingumo tematika, formuluojamų minčių galima daryti išvadą, kad kiekvienas jų dvasingumą mato plačiaja prasme, nors visada šalia – nuo šio reiškinio neatsiejamas tikėjimo ir religijos klausimas, aiškiai nurodant, kad dvasingas žmogus nebūtinai yra ir religingas.

Taigi akivaizdu, kad dvasingumas kalba apie žmogų, kuris rūpinasi savo psichika, gyvenime turi tikslų ir geba sveikai funkcionuoti visuomenėje. Tačiau natūralu, kad ne kiekvienam pavyksta tai sklandžiai įgyvendinti, to siekti ar išlaikyti save kaip visumą, kryptingai siekti užsibrėžtų tikslų ir vadovautis priimtinomis vertybėmis. Nenuostabu, kad dėsningai suklumpant šiuose gyvenimo momentuose, stengiamasi ieškoti tikslinės pagalbos, priemonių, kurios galėtų padėti domėtis dvasingumu ar, R. Rolheiser teigimu, gyvenimo jėgos stokos priežastimis. Turbūt ne veltui atsirado mokslo sritis, kildinama iš pastoracinės psichologijos, – tai dvasinis konsultavimas, kuri, kaip ir dvasingumas, „vis dar ieško aiškių veikimo ir apibrėžties ribų“ (Žukauskas, Ramonas, 2015, 9). Lietuvių literatūroje informacijos, siekiant išsiaiškinti, kas slypi po dvasinio konsultavimo apibrėžimu ir kas vyksta šiame procese, nedaug, tuo tarpu tyrinėjant užsienio šalių literatūrą galima aptikti kur kas daugiau autorių, kurie drąsiau pasisako šia tema. Dvasinis konsultavimas, pasak ispanų psichiatro Angel'o Rivera'os, peržengia tradicinių psichoterapijos formų ribas, nes pabrėžia religijos ar dvasingumo svarbą žmogaus gyvenime. Juo siekiama integruoti standartinius terapijos metodus su religine / dvasine praktika ir išmintimi (Rivera, 2020).

Profesorius kunigas Arvydas Ramonas ir pranciškonas Laimonas Žukauskas straipsnyje „Krikščioniškojo požiūrio į žmogų aspektai dvasiniame-psichologiniame konsultavime“ pateikia nuomonę, kad „dvasinis konsultavimas suprantamas kaip tarpasmeninis dviejų asmenų ar asmens ir grupės santykis, atviras religiniam jausmui (tikėjimui)“ (Žukauskas, Ramonas, 2015, 6). Pasak

straipsnio autorių, dvasinio konsultavimo nereikėtų painioti su psichologiniu konsultavimu, nors konsultavimo metodai iš dalies panašūs. Čia pagrindinis akcentas turėtų būti vertybės, kuriomis vadovaujamosi dvasinio konsultavimo procese, tad svarbu jas pastebėti ir išryškinti. „Krikščioniškomis vertybėmis besivadovaujančio dvasinio konsultanto taikomos psichologinės teorijos“ (Žukauskas, Ramonas 2015, 13) ir galėtų tapti esminiu skiriamuoju dvasinio konsultavimo bruožu. Analizuojant minėtą straipsnį, dedamas lygybės ženklas tarp krikščioniško ir dvasinio konsultavimo, nes natūralu, kad jei „krikščioniškas požiūris į žmogų lieka tik privačiu konsultanto reikalu, o jo atliekamas darbas remiasi griežtai apibrėžta tam tikros psichologinės mokyklos programa, nebegalima kalbėti apie krikščionišką konsultavimą“ (Žukauskas, Ramonas, 2015, 10). Čia vartojamas dar vienas *krikščioniško konsultavimo* terminas, kurio šį kartą neaptarsime, susitelkę tik ties dvasiniu konsultavimu. Būtina pabrėžti, kad dvasinis konsultavimas į žmogų ir problemas, kurių jam kyla, siūlo žvelgti ne kaip į ligą ar išgyvenamą krizę, į ką galbūt ir būtų susitelkiama psichologinėje konsultacijoje, o kviečiama matyti asmenį kaip visą visumą ir konsultuojant pritaikyti bei susieti konsultuojančiojo įsitikinimus ir taikomus konsultavimo metodus.

Jau minėto ispanų psichiatro daktaro A. Rivera'os nuomone, nebūtina būti religingam, kad galėtum tikėtis dvasinės konsultacijos. Ši terapijos forma prieinama visiems, net ir tiems, kurie savęs religingais nelaiko. Be to, specialistas atkreipia dėmesį į tai, kad galima pasikonsultuoti su dvasiniu konsultantu, net jei religiniai įsitikinimai ir skiriasi nuo besikreipiančiojo. A. Rivera'os teigimu, ši konsultavimo forma gali būti taikoma siekiant padėti žmonėms, kurie nėra tikri, ar jie iš tikrųjų yra dvasingi, religingi (Rivera, 2020). Remiantis psichikos sveikatos specialisto nuomone, būtų galima daryti prielaidą, kad dvasinio konsultanto kabinetas galbūt ir galėtų būti ta vieta, kur žmogus turėtų erdvės išsiaiškinti savo įsitikinimus ir atsakyti į klausimą, ar pagalbos besikreipiantis asmuo nori į savo gyvenimą labiau integruoti religiją.

Ilgą konsultavimo ir psichoterapijos patirtį turinti britų specialistė Collette'ė Barnard dvasinį konsultavimą laiko holistiniu procesu, įsivardijus, kad gyvenimas iš prigimties yra asmeniškasis ir unikalus, neįmanoma viena-reikšmiškai šio konsultavimo proceso apibrėžti. Pagrindiniu dvasinio kon-

sultavimo atspirties tašku, jos manymu, laikoma siela, tuo tarpu gyvenimiška patirtis ypač padeda integruojant asmeninius skausmus ir asmeninę kelionę. Dvasinio konsultavimo procese, pasak konsultantės ir psichoterapeutės C. Barnard, siekiama, kad klientai išreikštų save ir savo pasaulį pasitelkdami savo intymią asmeninę išmintį, dvasinį sąmoningumą ir asmeninį autentiškumą, konsultavimo procese sąžiningai ir išmintingai naudotų savo dvasines dovanas, įgūdžius bei žinias (Barnard, 2009).

Dvasinis konsultavimas gali būti traktuojamas kaip viena iš dvasinių praktikų. Pastebima, kad psichikos sveikatos srityje šis konsultavimo pobūdis ir jo specifika sukelia ypač daug neaiškumų, nes yra nemažai skirtumų, nepaisant to, tai yra dar viena terapijos rūšis, siekiant mažinti per pastaruosius metus ypač išaugusį psichikos ligų skaičių. Siekiant įrodyti dvasinio konsultavimo naudą bei veiksmingumą, tiksliau apibrėžti, kas laikoma dvasiniu konsultavimu, Irane atliktas kokybinis tyrimas, atskleidęs, kad dvasinės intervencijos, kitaip dvasinis konsultavimas, patrauklus daugeliui žmonių, įrodytas šio pagalbos būdo veiksmingumas įvairioms fizinių-psichinių pacientų grupėms bei sveikiems asmenims. Tyrimą atlikę specialistai padarė išvadą, kad dvasinis konsultantas, arba dvasinis patarėjas, padeda besikreipiančiajam spręsti jo problemas, dėmesį sutelkdamas į dvasingumą. Tyrimo medžiagoje yra informacijos, kad dvasinio konsultavimo procese taikomi tokie pagalbos teikimo metodai kaip malda, atleidimas, tarnavimas, kasdieniai užrašai, knygų terapija, garbinimas bei dvasinis vaizdavimas, tad ir čia matyti, kad dvasinis konsultavimas neatsiejamas nuo tikėjimo bei su juo siejamų tradicijų (Farshadnia, Memaryan, Farid, Bolhari, 2018).

Apibendrinant galima teigti, kad dvasinis konsultavimas sulaukia vis daugiau dėmesio, akivaizdus jo poreikis ir nauda, tačiau ir toliau išlieka abejonė dėl tikslų veikimo gairių. Susipažinus su cituotų autorių požiūriais, įžvelgiama, kad dvasinis konsultavimas ne per daug nutolęs nuo psichologinio konsultavimo, aptinkama abiem konsultavimo būdams būdingų aspektų, tačiau turbūt ne veltui tai laikoma skirtingais pagalbos teikimo metodais, nors tikslas vienas ir gana aiškus – padėti asmeniui jam kilus sunkumų. „Dvasinio konsultanto prioritetas – egzistenciniai klausimai, ieškojimas atsakymų į gyvenimo, kančios, mirties, meilės ir kitus klausimus“ (Norvilas, 2014). Vien

jau žodis *dvasinis* atskleidžia, kad kiekvienas dvasinio konsultanto ir besikreipiančiojo pagalbos susitikimas „yra vertingas, turi savo vietą, vaidmenį ir paskirtį“ (Calame, 2020, 77). Dvasinė konsultantė Daina Radzevičiūtė-Jašinskienė pateikia dvasinio konsultavimo apibūdinimą, kuris puikiai apibendrina aptartas mintis. Jos teigimu, „dvasinis konsultavimas – tai psichologinė ir dvasinė parama sunkiais gyvenimo tarpsniais. Siekiama padėti įveikti dvasines krizes, egzistencinius sunkumus, asmeninius ir tarpasmeninius sunkumus, taip pat pažinti save ir atrasti dvasinę tikrovę. Ir nebūtina būti tikinčiam, kad kreiptumeisi dvasinių konsultacijų“ (Cit. iš Lanauskienė, 2017). Čia būtų galima patikslinti, kad „dvasinio konsultavimo veikla remiasi krikščioniškosiomis nuostatomis, tačiau konsultantas gali teikti paslaugas visiems, išskirtiesiems dvasinių krizių ar egzistencinių sunkumų žmonėms“ (Norvilas, 2014), nes, kaip teigia Šv. Pranciškaus onkologinio centro vadovė Aldona Kerpytė, „kai į psichologinį gyvenimą reikia žvelgti dvasiniu žvilgsniu, tuomet gali padėti dvasinis konsultantas“ (Cit. iš Lanauskienė, 2017).

2. Dvasinis konsultavimas, kaip procesas

Individuali konsultacija dėl asmeninės pusiausvyros ar gyvenimo kokybės, peržengianti griežtą fizinės sveikatos sritį, šiandien atrodo įprasčiau nei kadaise. Net jeigu tam prireikia šiek tiek daugiau drąsos ir ryžto, dažnas konsultavimasis su patarėju įvairiais gyvenimo klausimais – dėl profesinės veiklos, santuokinio gyvenimo, ieškant psichologo pagalbos – mūsų dienomis neatrodo kažkuo ypatingas (Calame, 2020, 92). Ir pas dvasinį konsultantą žmogus atvyksta pasikonsultuoti, pasidalinti savo sunkumais bei išgyvenimais, galbūt pagilinti ryšį dvasiniuose, tikėjimo dalykuose ar atkurti sielos ryšį su kūnu ir protu.

Psichologės Karin'os Bleecker, turinčios ilgametę klinikinės supervizorės ir vadovavimo konsultavimo programoms patirtį, teigimu, kompetentingi dvasiniai konsultantai turėtų suvokti, kad dvasinis konsultavimas neatsiejamas nuo žmogaus dvasinio augimo, tai, be abejo, jau savaime yra procesas (A guide to spiritual counseling, 2021). Kaip žinia, vieno susitikimo dažnai neužtenka, norint padėti žmogui pasijusti geriau ar surasti atsakymus į jam

rūpimus klausimus, taigi ir šiuo aspektu natūraliai vyksta tęstinis pagalbos teikimo procesas. Verčiant iš lotynų kalbos žodis *procesas* (lot. *processus*) reiškia „žengimą į priekį“ (Tarptautinis žodžių žodynas, 1985, 400). Tai subtiliai atskleidžia viso dvasinio konsultavimo, ir apskritai konsultavimo, kaip proceso, prasmę, nes žmogus, įveikdamas sunkumus, su kuriais susiduria, ieškodamas pagalbos būdų, jau savotiškai eina į priekį sau skirtu keliu. Žengia tuos galbūt ne visada lengvus, bet svarbius žingsnius savo gyvenime sveikimo link. Dvasinis konsultavimas gali būti prilyginamas asmeniniam žmogaus gijimo procesui, net pavadintas „sielos akušerija“ (A guide to spiritual counseling, 2021). Taigi galima teigti, kad dvasinis konsultavimas turėtų būti laikomas tikrą tikriausiu procesu. Galbūt būtų galima diskutuoti, kaip jis atrodo ir kas jį sudaro. Čia vėlgi susiduriama su neapibrėžtimi, nes standartinės dvasinio konsultavimo seanso procedūros nėra: skirtingiems žmonėms jis vyksta skirtingai. Manoma, kad dvasinio konsultavimo seanso vyksmą lemia dvasinio konsultanto konsultavimo gebėjimai ir kompetencijos bei įsitikinimai, vertybės, kuriomis asmuo savo darbe vadovaujasi. Kitaip tariant, dėl religinių įsitikinimų, psichoterapinio metodo pasirinkimo ir asmenybės bruožų subtilumų skirtingi konsultantai gali dirbti skirtingai, savaip moderuoti visą dvasinio konsultavimo procesą. Konsultavimo proceso eiga gali labai priklausyti nuo konkrečių besikreipiančiojo poreikių, kenčiančiojo dvasingumo ir jo religijos, sužeistumo gylio. Atsižvelgiant į tai, kenčiantysis į dvasinį konsultantą kreipiasi siekdamas spręsti abejones ir nerimą, kas yra dvasiškai pagrįstos problemos, ar jam reikia pagalbos susigaudyti tarp dvasinių ir religinių įsitikinimų, tai gali lemti dvasinio konsultavimo proceso eigą.

Konsultanto esminis uždavinys, prieš rengiant veiksmų planą, kuris padėtų spręsti problemą, išsiaiškinti, išklaudyti ir aiškiai suprasti besikreipiančiojo poreikius, atsižvelgus į tai pradėti individualų dvasinio konsultavimo procesą, sutelkus dėmesį ne vien į žmogaus protą, bet ir į pačias giliausias sielos kerteles. Visa tai, tikėtina, lydės atidus klausymasis ir nuoširdus priėmimas, palydėjimas, kas galėtų būti laikoma pagrindinėmis dvasinio konsultavimo proceso dalimis, skatinančiomis „atkurti palydimą gebėjimus ir galimybes“ (Calame, 2020, 98) ir lemiančiomis skirtingas pasirinkimo galimybes sprendžiant problemas. Dvasinio konsultavimo procesas nuo psichologinio

konsultavimo skiriasi tuo, kad prie žmogaus artėjama per tikėjimo prizmę (Krasauskas, 2014). Šis proceso elementas, tikėtina, lankantis psichologo kabinete nebus dažnas, nes iki šiol pastebima gana ryški psichologijos ir religijos mokslų takoskyra. „Žinoma, jokių būdų nenoriu sumenkinti psichoterapeuto pagalbos, dažniausiai reikalingos ir iš principo nesikertančios su dvasiniais susitaikymo ir išgyjimo takais“ (Halik, 2022, 52).

Kalbant apie proceso trukmę, svarbu pastebėti, kad dvasinio konsultavimo procesas paprastai ilgai nesitęsia, dažniausia trunka iki pusės metų. Literatūroje yra informacijos, kad jei šio laiko nepakanka sunkumui išspręsti, emocinei būsenai stabilizuoti ar palengvinti, žmogui būtina ilgalaikė tęstinė psichikos sveikatos specialistų pagalba, nukreipimas į juos, supažindinimas su jų teikiamomis paslaugomis taip pat turėtų būti dvasinio konsultavimo proceso dalis.

3. Dvasinio konsultanto asmeninės savybės pagalbos teikimo procese

Natūralu, kad kiekvienai specialybei ar darbui būtini tam tikri gebėjimai, kompetencijos, asmeninės savybės, kurios leistų dirbti ir tobulėti pasirinktoje profesinėje srityje. Ne išimtis ir dvasinis konsultavimas. Deja, tik nedidelė dalis žmonių siekia įgyti šį išsilavinimą ir imasi dirbti darbą, kuriam būtini dideli emocinių išteklių, be to, jis paveikus psichologiškai. Ne kiekvienas žmogus gali išlaikyti esamą emocinį klimatą ir išverti konsultaciją, tad ne kiekvienas ir dalyvauja pagalbos teikimo procese. Norint suteikti pagalbą, neužtenka vien išgirsti ar išklaudyti, nors ir tai yra labai daug. Yra eilė kitų savybių, kurias rekomenduojama turėti ar ugdytis, siekiant tapti ar esant dvasiniu konsultantu.

Pirmiausia, kuo turėtų pasižymėti ir mokytis pagalbos teikėjas, – tai nežinojimo momento. „Dažniausiai jis nieko nežino apie pas jį atėjusį žmogų. Neturi žinių apie jo vidines problemas. (...) Jis kol kas nenutuokia nei apie šio asmens potencialą, nei apie jo gyvenimo istoriją, nei apie dabartinę situaciją“ (Calame, 2020, 80). Šis nežinojimo momentas galėtų tapti svarbiu pirminiu konsultanto bruožu pasitinkant klientą, kai visus reikiamus seansui momentus atskleis ir sudėlios pats kenčiantysis. Kaip teigia dvasinė konsul-

tantė D. Radzevičiūtė-Jašinskienė, „bene svarbiausios konsultanto užduotys yra išklausti, ištylėti, išbūti, kurti gydantį santykį, nevertinti, nekišti savo nuomonės, viską daryti su ypatingu jautrumu“ (Cit. iš Lanauskienė, 2017). Iš čia galima suprasti, kuo konsultuojantis asmuo turi pasižymėti, siekdamas kokybiškai ir produktyviai dirbti savo darbą. Akivaizdu, kad dvasinis konsultantas turi gebėti išklausti, toleruoti tylą proceso metu, savo turimą patirtį ar nuomonę pasilaikyti sau, kitaip tariant, gerbti klientą ir jo situaciją, priimti žmogaus suvokimą ir nuomonę, būti empatiškas, jautrus. Tik jausdamas šiuos dalykus pagalbos besikreipiantis žmogus, tikėtina, pasijaus saugus ir norės atsiverti.

Konsultavimo psichologijos daktarės Ngozi Elizabeth'os Okpalaenwe iš Kenijos publikacijoje „Psichologijos dvasingumas“ aptikta mintis apie garsaus amerikiečių psichologo ir humanistinės psichologijos krypties pradininko, pasisakančio už dvasingumo svarbą terapijos procese, C. Rogers'o elgseną konsultavimo seanso metu. Minima, kad konsultuodamas C. Rogers'as terapijos metu labiau nei bet kada pasitikėdavo savimi, pasikliaudavo savo intuicija ir gebėdavo visapusiškai susitelkti ties klientu bei jo pasauliu, taip susitapatinęs su kenčiančiuoju išreiškėdavo empatiškumą. Be abejo, specialistas atskirdavo ir sąmoningumo lygį, kuris konsultuojant jam būdavo svarbus (Okpalaenwe, 2016). Kitas svarbus dalykas, kurį konsultuojančiam specialistui derėtų „pasimatuoti“ konsultuojant, tai atvirumas ir sąžiningumas sau. Gebėjimas įsivertinti savo emocinę būseną, tai, kaip konsultantą veikia girdimos istorijos. Natūralu, kad neigiamos patirtys ir jausmai bei emocijos gali neigiamai veikti. Tad atsparumas stresui, gebėjimas nesuasmeninti ir neprisiimti svetimų negandų yra viena savybių, kuria turėtų pasižymėti praktikuojantis dvasinis konsultantas.

J. P. Calame'as knygoje „Atpažinti sandoros Dievą“ skiriama ir kita dvasiniam palydėtoji būtina esminė laikysena – indiferentiškumas. Autorius knygoje analizuoja ir gilinasi į dvasinio palydėjimo procesą, jo ypatumus, galima pastebėti nemažą panašumą tarp šių dviejų pagalbos teikimo būdų, tad neatsitiktinai ir pagalbą teikiančiojo savybės gali būti analogiškos. Grįžtant prie žodžio *indiferencija*, kuris reiškia abejingumą, galima matyti, kad ši laikysena dvasiniam konsultantui pagalbos teikimo procese turėtų būti svar-

bi. Tik abejingumo, arba indiferentiškumo, nereikėtų klaidingai suprasti. Čia kalbama apie tai, kad pagalbos teikėjas, knygoje – palydėtojas, „turi būti indiferentiškas tam, ką palydimasis pasirinks iš dviejų ar daugiau jo egzistencijai ir augimui naudingų galimybių. Tačiau, jeigu palydėtojas mato, kad tai, ką palydimasis ruošiasi rinktis, remiasi iliuzija arba yra bėgimas nuo tikrovės, arba palydimajam tai išeis ne į naudą, o priešingai, pakenks, žinoma, tada jo pareiga bus apie tai įspėti“ (Calame, 2020, 84). Taigi tenka sutikti, kad ši laikysena turėtų būti akcentuojama ir laikoma būtina dvasiniam konsultantui, nes tai gali padėti pagalbos prašančiajam imtis svarbių paveikių veiksmų.

Minimos savybės ir gebėjimas jomis remtis svarbios tiek dvasiniam, tiek psichologiniam konsultantui ar minėtam dvasiniam palydėtojui. Grįžtant prie žmogaus, kuris atlieka dvasinio konsultanto funkciją, būtų galima paminėti dar keletą svarbių dalykų. Straipsnio „Krikščioniško požiūrio į žmogų aspektai dvasiniame-psichologiniame konsultavime“ autoriai pabrėžia, kad „konsultantas visada privalo atsižvelgti į žmogaus religinius įsitikinimus, nes jie gali stipriai paveikti jo požiūrį į susidariusią situaciją, kurią bandoma išspręsti“ (Žukauskas, Ramonas, 2015, 7). Čia kalbama apie konsultanto gebėjimą priimti žmogų su jo įsitikinimais, ypač kalbant apie dvasinius, religinius dalykus, kurie dažnai tampa vidine sunkumų įveikimo paskata. Tai lemia kitą svarbią dvasinio konsultanto savybę – jo religingumą. Tikintis, religingas asmuo, tikėtina, geriau supras tikintį ir religingą pagalbos besikreipiantįjį. „Žmogus, pasikliaujantis Dievu, kad Jis mus priima tokius, kokie esame (su mūsų traumomis, sopuliais, randais ir problemomis), ir į Jį sąmoningai atsiremiantis, kartais gali jau pačiu žinojimu rasti dar tikresnę atramą (ir poilsį nuo savo „streso kovų“), negu tai užtikrintų psichoterapeuto kušetė“ (Halik, 2022, 52). Kaip vieną savybių ir būtų galima laikyti pajautą, kiek savo požiūrį ir tikėjimą galima integruoti į dvasinio konsultavimo procesą, nes dvasinis konsultantas galėtų pasižymėti laisve, kai jam neprivalo vadovautis kuria nors konkrečia psichologijos mokykla ir taikyti jai priimtinus darbo su klientu būdus, o drąsiai, stebėdamas ir aktyviai dalyvaudamas konsultavimo procese, remtis ir savo požiūriu į šį vyksmą. Ypač turint galvoje krikščionis dvasinius konsultantus ir jų gebėjimą vadovautis krikščioniškais nuostatomis, kiekviename žmoguje matyti ne sergantį ar kenčiantį asmenį,

o „stengtis atpažinti žmoguje vertingą Dievo kūrinį“ (Žukauskas, Ramonas, 2015, 11). Ši nuostata bei gebėjimas gali padėti palaikyti ir paties konsultanto dvasinės bei psichinės sveikatos pusiausvyrą, išgyventi tarnystės džiaugsmą, nes bendravimas su „irzliais, psichologinę pusiausvyrą praradusiais žmonėmis ar pažeistos psichikos klientais“ (Ten pat), tikėtina, gali varginti, pamažu galimas rutinos pojūtis. Tad galima manyti, kad „tikintis konsultantas šiuo atveju pranašesnis už vien tik empiriniais metodais besivadovaujantį konsultantą, nes šalia psichoterapijos siūlomų metodų gali pasiremti ir dvasine pagalba“ (Ten pat, 12).

Apibendrinant būtų galima teigti, kad dvasiniam konsultantui svarbios tokios žmogaus savybės, kaip gebėjimas išklaudyti, išgirsti klientą ir jo sunkumą, leisti besikreipiančiajam būti tokiu, koks jis yra, neprimetant savo vertybių bei nuostatų, nesusidarant pirminio įspūdžio apie asmenį, jautriai ir empatiškai reaguoti į patirtus išgyvenimus, gebėti įsijausti į kenčiančiojo situaciją, žvelgiant iš kliento perspektyvos, žinoma, išlaikyti pagarbą bei toleranciją ir leisti pačiam priimti sprendimus, vedančius tikslo link. Be to, svarbi savybė, kuri dažnai yra ir skiriamasis dvasinio bei psichologinio konsultavimo ženklas, – tai konsultanto tikėjimas, padedantis ugdyti atsparumą neigiamiems potyriams bei stresui, suteikiantis galimybę į žmogų pažvelgti kitu žvilgsniu.

4. Konsultanto ir kliento santykio kūrimo ypatumai

Konsultanto įgimtos ar įgytos savybės, asmeniniai besikonsultuojančiojo bruožai paprastai lemia tolesnį jų tarpusavio santykį. Dažnai manoma, kad savo srities išmanymas, profesionalumas yra viskas, ko reikia konsultantui, kad klientas jaustųsi patenkintas, tačiau paprastai vien to nepakanka. „Būdami savo srities profesionalais ir išpildydami kliento lūkesčius jūs padarote svarbų žingsnį partnerystės link. Bet reikia žengti ir sekantį – sistemiskai kurti asmeninius santykius su klientu“ (Lastauskas, 2021). Profesionalumas, ekspertškumas, įsipareigojimų laikymasis – savaime suprantami dalykai, tačiau siekiant pasitikėjimu bei bendradarbiavimu grįstų santykių ypač svarbu su klientu kurti tarpasmeninį santykį. Jis turėtų būti sąmoningai inicijuoja-

mas, sistemingai su tuo dirbant. Kad užsimegztų pasitikėjimu grįstas ryšys, dažnai gali prireikti nemažai kantrybės, atsižvelgiant į konsultavimo procese dalyvaujančių asmenų individualias savybes, suderinamumą, profesionalumą ir kitus dalykus. Šis santykio kūrimo etapas gali vykti greičiau ar lėčiau, sunkiau ar lengviau.

Galima skirti ne vieną ir ne du ypatumus, kurie lemia konsultanto ir kliento santykio kūrimą dvasinio konsultavimo procese. Pažvelkime į kelis svarbius dalykus, kurie veikia santykio kūrimo procesą. Dvasinio konsultavimo kontekste dvasinio konsultanto ir besikreipiančiojo tarpusavio santykis turėtų būti paremtas vertybėmis bei dalykais, kurie išpažįstami ir priimtini abiem pusėms. Kuriant santykį ypač svarbi abipusė pagarba ir pasitikėjimas, nepaisant to, ar konsultuojamas asmuo yra „tvirtas krikščionis, daugybę metų gyvenantis intensyvų dvasinį gyvenimą; taip pat gali būti neseniai atradęs Jėzų Kristų degantis atsivertėlis; besirenkantis tarp krikščionybės ir kitų religijų; gali būti, kad bažnytinė aplinka yra jį nuvylusi; gal jis iš tikrųjų niekada nėra kėlęs sau dvasinio pobūdžio klausimų; jis taip pat gali prisistatyti kaip bedievis ir išsamiai bei detaliam pagrįsti savo ateizmą“ (Calame, 2020, 76). Tai neturėtų paveikti išklauso, įsiklauso, priėmimo.

Kalbant apie dvasinį konsultavimą, konsultanto ir kliento tarpusavio santykį šiame procese, kai susitinka abu tikintys asmenys, kaip pliusą kuriant tarpusavio santykį būtų galima įžvelgti krikščionybei artimas nuostatas, tokias kaip nuoširdus žmogaus priėmimas, žvelgiant į jį tikinčiojo akimis. „Matydami kitame ne ligos ar krizės ištikta žmogų, bet ir savo brolių ar seserį, pašauktą į tokį pat kilnumą ar laimę kaip ir tu, galime puoselėti pagarbų santykį su klientu, kur gali skleisti tarpusavio pagarbą ir meilę, leidžiama gydančiai Dievo Dvasiai veikti per konsultantą“ (Žukauskas, Ramonas, 2015, 12). Pasitelkus šį pavyzdį, galima teigti, kad toks formuojamas požiūris ir juo remiantis kuriamas tarpasmeninis santykis ugdo abipusę pagarbą bei žmogišką meilę. Tęsiant tikėjimo temą tikėtina, kad tų pačių konfesijų atstovai galėtų puoselėti glaudesnę ir tvirtesnę tarpusavio santykį, nes juos sietų gana svarbi tikėjimo tema, būtent tai konfesijai priimtinas požiūris, vertybės, gyvenimo būdas, taikomos praktikos. Manoma, kad malda už kenčiantįjį, vilties liudijimas yra svarbūs stiprinant tarpusavio santykį. Žinoma, tikėjimu grįsti dalykai

nėra esminis santykio kūrimo elementas, be abejo, į dvasinį konsultantą gali kreiptis netikintis ar kitą religiją išpažįstantis asmuo. Dvasinio konsultavimo ir asistavimo programos absolventės Irenos Saldytės nuomone, „surasti sąlyčio taškus ir teikti paramą sudėtinga tik tais atvejais, kai kardinaliai nesutampa dvasinio konsultanto ir asmens vertybinės nuostatos“ (Cit. iš Norvilas, 2014). Tokiu atveju svarbu nukreipti asmenį pas specialistą, kurio pažiūros, vertybės ir taikomi darbo metodai būtų priimtini.

Kitas ne ką mažiau svarbus momentas santykio kūrimo etape – dvasinio konsultanto gebėjimas neprisiimti svetimos ir per didelės atsakomybės už klientą. Suprantama, kad dvasinis konsultantas turėtų išlikti jautrus kliento situacijai, tačiau kartu ugdyti žmogaus pasitikėjimą savimi, seansų metu mokant prisiimti vis didesnę atsakomybę už savo paties veiksmus. „Gali atsitikti taip, kad klientas bandys perkelti atsakomybę ant konsultanto pečių, nes pats jausis nepajėgus priimti sprendimų. Konsultantas turėtų saugotis tokio perkėlimo, nes klientas gali tapti visiškai priklausomas nuo konsultanto sprendimų net paprasčiausiose gyvenimo situacijose“ (Žukauskas, Ramonas, 2015, 13). Panašu, kad čia gali kilti abipusis nepatogumo jausmas, pagalbos besikreipiantis asmuo gali suirzti ar pajusti pyktį konsultantui, nusivylimą teikiama pagalba ir jos kokybe, tačiau dvasinio konsultanto atsparumas bei turimos kompetencijos turėtų leisti visa tai paaiškinti, akcentuojant tokio ėjimo naudą ir prasmę.

Kuriant tarpusavio santykį nereikėtų pamiršti ir aplinkos, kurioje būnama. Dažnai asmuo, susiduriantis su jam svarbiomis ir reikšmingomis situacijomis ar akimirkomis, nujausdamas ar numatydamas jo laukiančius iššūkius, gali patirti stresą. „Išvalgos procesas neįsivaizduojamas kankinant vidiniam blaškymuisi ar išoriniam spaudimui“ (Calame, 2020, 86), tad šioje situacijoje ypač svarbi konsultanto užduotis sukurti visapusiškai ramią aplinką, tinkamą priimti sprendimus ir neutralizuoti momentines emocijas. J. P. Calame'o teigimu, kuo dramatiškesnės aplinkybės, tuo labiau patartina ieškoti ramybės kuriančių detalių, o konsultuojančiojo gebėjimas priimti kliento patiriamus jausmus ir emocijas, baimes ir nuogąstavimus, kuria erdvę, žinoma, ir produktyviam darbui palankų tarpusavio santykį.

Apibendrinant ypatumus, kurie svarbūs kuriant konsultanto ir kliento santykį dvasinio konsultavimo procese, galima teigti, kad minėtini tokie aspektai,

kaip abipusis pagarbos, pasitikėjimo rodymas, konsultanto brėžiamos ribos, kuriama tinkama ir raminanti aplinka, krikščioniškų nuostatų laikymasis, akcentuojami dvasinio konsultanto ir kliento tarpusavio santykiuose. Be abejo, konkrečiam santykiui būdingas ir šių ypatumų reiškimosi dažnis bei intensyvumas. „Svarbiausias elementas konsultacijoje yra ne konsultanto taikoma technika ar psichologijos mokykla, bet pats konsultanto asmuo: jo pasaulėžiūra, vertybės, požiūris į kitą žmogų“ (Žukauskas, Ramonas, 2015, 22), kas, tikėtina, ir lemia sėkmingo ar mažiau sėkmingo konsultanto bei kliento santykį.

Išvados

Nors dvasinis konsultavimas, arba asistavimas, Lietuvoje vis dar ieško aiškių veikimo ir apibrėžties ribų, galima matyti jo tapatumą bei atskirumą nuo psichologinio konsultavimo. *Dvasinio ir psichologinio konsultavimo* sampratos persipina, kai kalbama apie konsultantų teikiamą pagalbą krizes išgyvenantiems žmonėms, patyrusiems traumuojančių emocinių išgyvenimų. Dvasinis konsultavimas gali būti suprantamas kaip dvasinė ir psichologinė parama žmogui sunkiais jo gyvenimo momentais, kai siekiama bei orientuojamasi į egzistencinius klausimus, padedama spręsti dvasines krizes. Konsultuojant laikomasi krikščioniškų nuostatų.

Dvasinis konsultavimas sulaukia vis daugiau dėmesio, pastebima neabejotina jo nauda, poreikis ir susidomėjimas. Dvasinis konsultavimas nuo psichologinio per daug nenutolęs, yra abiem būdingų aspektų ir tikslų, pavyzdžiui, padėti sunkumų patiriančiam asmeniui. Tačiau dvasinio konsultanto prioritetas – egzistenciniai klausimai, atsakymų į gyvenimo, kančios, mirties, meilės ir kitus klausimus paieška. Dvasinės konsultacijos metu siekiama padėti įveikti dvasines krizes, susidoroti su egzistenciniais, asmeniniais bei tarpasmeniniais sunkumais, be to, pažinti save ir atrasti dvasinę tikrovę. Nors dvasinio konsultavimo veikla remiasi krikščioniškomis nuostatomis, konsultantas gali teikti paslaugas visiems dvasinių krizių ar egzistencinių sunkumų turintiems žmonėms.

Dvasinio konsultavimo procesas nuo psichologinio konsultavimo skiriasi tuo, kad stengiamasi prie žmogaus artėti per tikėjimo prizmę. Dvasiniam konsultantui svarbios tokios savybės, kaip gebėjimas išklaudyti, išgirsti klientą ir jo sunkumą, leisti besikreipiančiajam būti tokiam, koks jis yra, neprimetant savo vertybių bei nuostatų, nesusidarant pirminio išpūdžio apie asmenį, jautriai ir empatiškai reaguoti į jo patirtus išgyvenimus, gebėti įsijausti į kenčiančiojo situaciją, žvelgiant iš kliento perspektyvos, žinoma, išlaikyti pagarbą bei toleranciją ir leisti pačiam priimti sprendimus, kurie ves į tikslą. Svarbi savybė, kuri dažnai yra ir skiriamasis dvasinio bei psichologinio konsultavimo ženklas, – konsultanto tikėjimas, leidžiantis ugdytis atsparumą neigiamiems potyriams ir stresui, suteikiantis galimybę į žmogų pažvelgti kitu žvilgsniu. Išskirtinis dvasinės konsultacijos elementas – ne konsultanto taikoma technika ar metodai, bet pats konsultanto asmuo: jo pasaulėžiūra, vertybės, požiūris į kitą žmogų.

Literatūra

- A guide to spiritual counseling.* (2021). Prieiga internete: <https://newlifeportugal.com/a-guide-to-spiritual-counselling/> [žiūrėta 2022-08-01].
- Barnard, C. (2009). *What is spiritual counselling?* Prieiga internete: <https://www.counselling-directory.org.uk/memberarticles/what-is-spiritual-counselling> [žiūrėta 2022-04-12].
- Block, P. (2013). *Nepriekaištingas konsultavimas.* Vilnius: Eugrimas.
- Calame, J. P. (2020). *Atpažinti sandoros Dievą. Sutikti su prisikėlusiu Kristumi: dvasinis palydėjimas, vidinis gijimas, žmogaus augimas.* Vilnius: „Magnificat“ leidiniai.
- Carl Rogers psichologijos indėliai: apžvalga.* (2022). Prieiga internete: <https://lt.graphistik.com/carl-rogers-psychology-contributions> [žiūrėta 2022-07-12].
- Dabartinės lietuvių kalbos žodynas.* (2012). Vilnius: Lietuvių kalbos institutas.
- Farshadnia, E., Memaryan, N., Farid, A. A. A., Bolhari, J. (2018). Who can provide spiritual counseling? A qualitative study from Iran. *Indian Journal of Palliative Care*, Nr. 24 (4), p. 517–525. Prieiga internete: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6199847/> [žiūrėta 2022-07-23].
- Halik, T. (2022). Sutvarstytos žaizdos. *Artuma*, Nr. 7/8, p. 50–52.
- Jonušaitė, A. (2015). *Dvasingumas.* Prieiga internete: <http://psicho-logija.blogspot.com/2015/05/dvasingumas.html> [žiūrėta 2022-04-12].

- Kačerauskienė, A. (2010). Kitaip apie sekularizaciją. *XXI amžius*, Nr. 41 (1826). Prieiga internete: https://www.xxiamzius.lt/numeriai/2010/05/28/ora_06.html [žiūrėta 2022-08-02].
- Kočiūnas, R. (1995). *Psichologinis konsultavimas*. Vilnius: LUMEN.
- Konsultavimas ir konsultavimo švietimas*. (2022). Prieiga internete: <https://mokslai.lietuviuzodynas.lt/zemes-ukis/konsultavimas-ir-konsultavimo-svietimas> [žiūrėta 2022-07-12].
- Kontrimienė, S. (2018). Kad ugdymas nebūtų vienakojis: dvasingumas kaip svarbi dedamoji. *Acta Paedagogica Vilnensia*, Nr. 41, p. 11–26.
- Krasauskas, M. (2014). *Dvasinis konsultantas – žmogaus palydovas į sėkmę*. Prieiga internete: <https://www.delfi.lt/news/daily/lithuania/dvasinis-konsultantas-zmogaus-palydovas-i-sekme.d?id=64672543> [žiūrėta 2022-08-01].
- Lanauskienė, S. (2017). Dvasinis konsultavimas – naujas būdas teikti dvasinę pagalbą. *Magnificat*, Nr. 7, Prieiga internete: <https://www.magnificat.lt/dvasinis-konsultavimas-naujas-budas-teikti-dvasine-pagalba/> [žiūrėta 2022-07-28].
- Lanauskienė, S., Oželis, R. (2016). Pažeisto asmens santykiškumo, lytiškumo ir gimties tapatumo atkūrimas „Gyvojo vandens“ programose. *Mokslo ir tikėjimo dialogai. Tiltai*. Priedas: Mokslo darbai, Nr. 2 (47), p. 77–106.
- Lastauskas, M. (2021). *Asmeninio santykio kūrimas*. Prieiga internete: <https://pamo.lt/naujienos/asmeninio-santykio-kurimas/> [žiūrėta 2022-07-13].
- Milašiūnas, R. (2017). *Psichoterapija, kas ir kodėl?* Vilnius: Tyto alba.
- Norvilas, G. (2014). *Dvasinis konsultantas: lėtas kelias į pripažinimą*. Prieiga internete: <https://psichika.eu/blog/dvasinis-konsultantas-l%C4%97tas-kelias-%C4%AF-pripazinim%C4%85/> [žiūrėta 2022-07-23].
- Okpalaenwe, E. N. (2016). *Spirituality of Psychology*. Prieiga internete: <https://www.researchgate.net/publication/305984817> [žiūrėta 2022-08-01].
- Pauliukevičius, Ž. (2005). Žmogaus magnetizmas tebestebina pasaulį. Prieiga internete: <https://kauno.diena.lt/naujienos/pasaulis/ekonomika-ir-politika/zmogaus-magnetizmas-tebestebina-pasauli-596370> [žiūrėta 2022-04-12].
- Rivera, A. (2020). *Group Therapy*. Prieiga internete: <https://www.thrivetalk.com/group-therapy/> [žiūrėta 2022-07-23].
- Rolheiser, R. (2017). *Dvasingumo paieškos*. Vilnius: Katalikų pasaulio leidiniai.
- Šarov, J. (2005). Hipnozė. *Visuotinė lietuvių enciklopedija*, T. 7. Vilnius: Mokslo ir enciklopedijų leidybos institutas, p. 576.
- Tarptautinis žodžių žodynas*. (1985). Vilnius: Vyriausioji enciklopedijų redakcija.
- Žukauskas, L., Ramonas, A. (2015). Krikščioniško požiūrio į žmogų aspektai dvasiniame-psichologiniame konsultavime. *Mokslo ir tikėjimo dialogai. Tiltai*. Priedas: Mokslo darbai, Nr. 1, p. 6–39.

SPIRITUAL COUNSELLING IN MODERN SOCIETY. WHAT IS IT?

Daiva Raginytė, Remigijus Oželis

Summary

The number of mental health disorders in modern secular society is rising, so naturally, in the face of the ever-increasing and expanding variety of ailments, and in order to help people and to respond to their individual mental health needs, the process of psychotherapy has begun to differentiate between separate branches. In the second half of the 20th century, the practice of counselling associated with pastoral theology spread and evolved into spiritual counselling. Although spiritual counselling or assistance in Lithuania is still searching for explicit boundaries of function and definition, it is possible to discern its identity and separateness from psychological counselling. The concept of spiritual counselling intertwines with the concept of psychological counselling when it comes to the help provided by counsellors to people who are going through crises after surviving traumatic emotional experiences. Spiritual counselling can be understood as spiritual and psychological support for a person in difficult stages of life, when the aim and the focus are more on existential issues in order to help solve spiritual crises. The counselling is guided by Christian principles.

Spiritual counselling is receiving more and more attention, while its benefits, demand and interest are undoubtedly noticeable. Spiritual counselling is not too far from psychological counselling, and there are aspects and goals common to both; for example, they share the aim to help a person solve difficulties. However, the priority of a spiritual counsellor is existential questions, and the search for answers to queries about the meaning of life, suffering, death, love, etc. Spiritual counselling aims to help overcome spiritual crises, existential difficulties, and personal and interpersonal challenges, as well as to get to know oneself and to discover the spiritual reality. The practice of spiritual counselling is based on Christian principles, but the counsellor can provide services to all people who have experienced spiritual crises or existential difficulties.

The process of spiritual counselling differs from psychological counselling in that it tries to approach the person through the prism of faith. It is important for spiritual counsellors to have human qualities, such as the ability to listen and hear clients and their problems, to accept clients the way they are without imposing values and attitudes, to avoid forming an initial impression of the person, to respond sensitively and empathetically to their experiences, to be able to empathise with the situation of the sufferer by adopting their point of view, to observe respect and tolerance, and to allow clients to make their own decisions leading towards a goal. In addition to all this, there is another very important human quality, which often serves as a distinctive sign of spiritual and psychological counselling, the counsellor's faith, which helps to develop resistance to negative experiences and stress, and provides an opportunity to look at another person from a wider point of view. A unique element in spiritual counselling is not the technique or methods used by counsellors, but their personality: their world-view, faith, values, and attitude towards the other person.