

Fenomenološko raziskovanje v psihoterapiji

Ključne besede: fenomenološko raziskovanje, izkustvo, doživljanje, metodologija

Povzetek: Predstavljeno je fenomenološko raziskovanje: kvalitativni raziskovalni pristop, ki se posveča raziskovanju doživljanja, ki ga namesto (objektivnih) tretjeosebni opisov in teorij („od zunaj“) zanima človekovo živo izkustvo oziroma doživljanje („od znotraj“). Fenomenološko raziskovanje je skupno ime širokega spektra raziskovalnih smeri, ki poskušajo ujeti doživljanje – svoje doživljanje, doživljanje drugih, doživljanje posebnih stanj in bivanjskih pozicij ... Predstavljene so nekatere metode, najbolj aktualne za psihoterapevtsko raziskovanje.

Fenomenological Research in Psychotherapy

Key words: phenomenological research, experience, methodology

Abstract: The paper presents phenomenological research—a qualitative idiographic research approach dedicated to research of experience. Instead of (objective) third-person descriptions and theories (“from outside”) phenomenological approach is interested in lived human experience (“from within”). The term phenomenological research represents a wide spectrum of research fields that try to capture experience: my (researcher’s) experience, other’s experience, experience of particular states of mind, and/or existential positions, etc. The paper emphasizes those relevant for psychotherapeutic research.

* * *

Eden od glavnih korakov, ki ga mora mlada disciplina opraviti, da postane znanstveno relevantna (torej da postane del skupnosti, ki jo združuje odprto, nedogmatsko in sistematično raziskovanje), je vzpostavitev svojega, sebi lastnega načina raziskovanja. Medicina na primer je postala „prava“, torej znanstvena disciplina, ko je dobila svojo metodo (dvojno slepi preizkus). Prej je bila bolj ali manj sistematična praksa oziroma veččina. Podobno tudi etnologija, ki je bila pred vzpostavitvijo etnometodologije bolj podobna klubu potopisnih navdušencev. Znanost nasploh (in z njo tudi naša sodobna „zahodna“ civilizacija) je postala, kar je s tem, da je izoblikovala svoj način opazovanja sveta.

Psihoterapija še nima svoje značilne metodologije. Dolgo časa se je morala boriti za priznanje, da sploh učinkuje. Potem ko je presegla fazo dokazovanja lastnega obstoja, je psihoterapija vstopila v obdobje primerjav pristopov in dokazovanja, „kaj deluje“ in „kaj deluje bolje“. Tvrstne študije, kjer so smeri med sabo primerjale pristope in (mnogokrat) poskušale potrjevati svoje poglede, delno še trajajo, počasi pa se odpira prostor za prava znanstvena raziskovanja.—Počasi se torej lahko vprašamo, kaj naj bi psihoterapija kot znanost sploh raziskovala? In kako?

V pričujočem tekstu ne bom poskusil iskati celovitega odgovora na zgornji vprašanji, morda se tega lotim v naslednjem članku. Zaenkrat se bom zadovoljil z delnim odgovorom. Predstavil bi rad smer raziskovanja, ki v zadnjih desetletjih postaja vse bolj uporabljena v psihoterapevtskih raziskavah pa tudi pri drugih vedah, povezanih s poklici pomoči, na področju izobraževanja in v kognitivni znanosti. Pričujoč članek je prirejena verzija teksta, ki bo izšel kot del kvalitativno-metodološke monografije v okviru Univerze v Zagrebu. Originalna verzija je bila zamišljena kot splošni metodološki uvod v fenomenološko raziskovanje, zaradi tega ni toliko posvečen njenim implikacijam in aplikacijam na psihoterapevtskem področju, kot bi lahko bil.¹

Gre za fenomenološko raziskovanje – kvalitativni raziskovalni pristop, ki se posveča raziskovanju doživljanja. Fenomenološkega raziskovalca namesto (objektivnih) tretjeosebni opisov in teorij („od zunaj“) zanima človekovo živo izkustvo oziroma doživljanje („od znotraj“). Kaj bi bilo lahko bolj pisano na kožo psihoterapiji? Z nevrofiziološkimi procesi se ukvarjata medicina

*URBANKORDEŠ@DR.SCI-UNIVERZAVLJUBLJANI-PEDAGOŠKAFAKULTETA-KARDELJEVA PLOŠČAD 16, 1000 LJUBLJANA; URBANKORDEŠ@GUEST-ARNESSI

in biologija, vedenje pokriva psihologija. Skoraj povsem neraziskano pa ostaja polje, ki nam je bivanjsko najbližje—delikatno in izmuzljivo polje človekovega doživljanja.

Epistemološke osnove in kako se fenomenološko raziskovanje razlikuje od drugih kvalitativnih pristopov

Vse do začetka šestnajstega stoletja je bilo povsem očitno, da Sonce kroži okrog Zemlje (oziroma še prej, da preleti dnevno nebo nad ploščato Zemljo). Potem pa je Nikolaj Kopernik predlagal nezaslišano idejo: Zemlja ni center, Zemlja je tista, ki kroži. Kljub temu da so grški, indijski in perzijski modreci že stoletja nazaj predstavili heliocentrične hipoteze, je prav Kopernikov model, ki je opisoval, kako lahko gibanje tedaj znanih nebesnih teles pojasnimo s tem, da Zemljo vzamemo iz centra, sprožil znanstveno revolucijo. Kot kaže, je Kopernik živel ravno v pravem času, ko je bila metoda (astronomskega) opazovanja že ravno dovolj razvita, da je nudila zanesljive, nekonfliktne podatke, hkrati pa je bil na voljo že dovolj napreden matematični instrumentarij. (Morda pa je imel samo boljši PR?)

Kakorkoli že, t. i. *kopernikanski obrat* označuje prelomnico v zgodovini znanosti, prelomnico od vere v očitno k skriti resnici, od subjektivnega k objektivnemu. Kopernikanski obrat simbolizira premik pogleda „od znotraj“ k pogledu na svet „od zunaj“, s perspektive, ki presega moje trenutno izkustvo. Pred tem je lahko edino bog gledal na svet od zunaj, po obratu pa je to vlogo počasi začela prevzemati znanstvena pojasnitev. Kopernikanski obrat je pokazal, da je naše neposredno doživljanje (lahko) iluzorno, hkrati pa nakazal univerzalno pot do „pravega“ spoznanja. Potrebna je znanstvena pojasnitev, da nas odreši iluzij, da pove, kaj je res.

Razmislimo, kaj sploh pomeni pojem (naravoslovno-matematične) znanstvene pojasnitve. Primer: ko opazujem kamen, kako pada na tla, si rečem: „Gravitacija.“ Subjektivnemu opažanju (izkustvu) poiščem vzvišeno ozadje: proces, ki je skupen kamnu in Jupitru in perescu in galaksiji in ... Z razlago povem, kaj je zadaj, kaj je skupni vzorec, ki je neodvisen od tega kamna (Jupitra, galaksije ...) in predvsem ki je neodvisen od mojega zaznavanja. Če se moje zaznavanje moti, toliko slabše zanj (zame). Če se mi na primer zdi, da Sonce kroži po nebu, je to napaka. *V resnici* krožim jaz, moje zaznavanje je iluzija. Znanstvena razlaga opisuje stanje stvari objektivno, neodvisno od mojega doživljanja. Pojave razvrsti v splošne kategorije (masni objekti: jaz, Zemlja, Sonce ...) in pove, kakšne so relacije med temi kategorijami (gravitacijska sila privlaka). To so relacije oziroma zakoni (v naravoslovju: naravni zakoni). Najlepše od vsega je, da lahko takšne relacije včasih izrazim z matematičnimi algoritmi, ki omogočijo napovedovanje in s tem popolno obvladovanje opazovanega pojava.

Naravoslovno-matematična pojasnitev vključuje redukcijo celote izkustva na določen del (tj. „pojav“), analizo pojava (ugotavljanje udeleženih spremenljivk) in tvorbo modela (teorije), ki naj opiše čim več pojavov s čim manj spremenljivkami. Moči takšnega pristopa mi verjetno ni treba posebej poudarjati, znanosti je priboril posebno mesto med človekovimi aktivnostmi. Vse, čemur pravimo zahodna „civilizacija“, je tako ali drugače povezano z njim. Naravoslovni pristop je tako uspešen, da se mu ne morejo upreti niti raziskovanja v družboslovju.

Na družboslovnem področju večinoma ne moremo upati na možnost napovedovanja, kljub temu pa raziskave mnogokrat poskušamo ukrojit po naravoslovni podobi. Ko raziskujemo socialne strukture, lahko podobno, kot naravoslovci raziskujejo naravne zakone, iščemo splošna pravila delovanja, odnose med spremenljivkami ipd. Na tem mestu se ne bom spuščal v ustreznost naravoslovno-matematičnega postopka za družboslovne raziskovalne probleme (to področje sem na široko obdelal v Kordeš, 2004), vsekakor pa je jasno, da so ne ravno blesteči rezultati sledenja naravoslovnemu vzorcu v družboslovje počasi pripeljali nove epistemološke in metodološke poglede. Slednji večinoma spadajo v kategorijo kvalitativnega raziskovanja. Teorije omejenega dosega, etnometodološki pristopi, akcijsko raziskovanje ipd., vsa ta metodološka orodja so odgovor na spoznanje, da so živi pojavi ireduktibilni, ne- (ali pa vsaj slabo-) ponovljivi

in da je opazovalec (raziskovalec) mnogokrat sestavni del sistema, ki ga opazuje ter kot takšni ne morejo biti obravnavani na enak način kot pojavi iz nežive narave.

Pri družboslovnih (in kognitivnih) raziskavah se kaže še en jasen trend: bolj, kot se približamo individuumu (torej manj kot nas zanima statistično povprečje), bolj se briše meja med subjektivnim in objektivnim. Zelo težko je gledati na socialne sisteme na podoben način, kot gledamo na fizikalne entitete, torej kot na nekakšno deterministično kolesje, ki se giblje v skladu z določenimi zakoni. Bolj, kot se približamo živi socialni situaciji, bolj pomembno postane, kako akterji *osmišljajo* svojo vlogo v socialni mreži, odnose, dinamiko, cilje itd. Akterjeva osebna izkušnja pa tudi doživljanje raziskovalca je vse pomembnejši del raziskovalnega procesa.

Če se zdaj ozremo nazaj: subjektivno, doživljanje, živo izkustvo so ravno sestavine, ki jih je kopernikanski obrat eliminiral iz znanstvene metode. Bolje povedano: eliminiral je vse dele doživljanja, ki so enkratni in specifični za *tu-in-zdaj* konkretnega posameznika. Kar je skupno (različnim izkustvom in/ali različnim ljudem), tisto pride skozi filter naravoslovne znanstvene metode. Kar je enkratno, neponovljivo, *privatno* pa ostane zunaj. S te perspektive lahko gledamo na redukcionistično znanost kot na sito, ki prizna status resničnosti samo pojavom oziroma doživetjem, ki so skupna vsem opazovalcem (ali pa vsaj znanstveni skupnosti).

Poleg tega, da eliminira neponovljive dele privatnega izkustva, redukcionistična metoda ne zna rokovati z zanj karakteristično celovitostjo. Odreči se občudovanju kompleksnosti in celovitosti živega privatnega izkustva, je bila za Kopernika in Newtona seveda majhna cena v primerjavi z množico pridobitev, ki jih je prinesel znanstveni postopek. Na področjih, kjer smo soočeni z neposrednim stikom z živimi, s konkretnimi, z enkratnimi ljudmi, pa nepoznavanje njihove (naše) izkustvene pokrajine pomeni izgubo zelo pomembnega, morda celo bistvenega elementa.

Poskus sistematičnega opazovanja izkustva oziroma doživljanja je osnovna naloga *fenomenološkega raziskovanja*. Kratka predstavitev te metode pa je edina naloga preostanka pričujočega teksta.

Fenomenologija – osnovne predpostavke

Temelj, na katerem gradimo, je fenomenološko spoznanje, da je izkustvo oziroma moje prvoosebno doživljanje primarno. Ne le, da je primarno, to je vse, kar imam na voljo, ničesar ne morem spoznati izven polja svojega doživljanja. Misli, pomeni, opisi, vizije, slike, občutki, čustva ... nič od tega ni izven zavestnega doživljanja (oziroma mojega živega izkustva). Doživljajski svet seveda lahko urejam (npr. z razdelitvijo na čustva, misli itd. ali pa z znanstveno razlago opaženega), ne morem pa spoznati ničesar, kar bi bilo izven mojega izkustva.

Fenomenološko raziskovanje se torej osredotoča na opazovanje živega, neposrednega izkustva.

Pojem „fenomenološko“ je povzeto po filozofski smeri, ki se je začela okrog leta 1900 in si je zgornjo ugotovitev postavila za svoj osnovni epistemološki kredito. Že davno pred uradnim nastankom fenomenologije pa je pesnik Johan Wolfgang Goethe predlagal svoj raziskovalni program, ki bi ga, če bi preživel, danes uvrstili med fenomenološke. Ukvarjal se je z doživljajskimi lastnostmi svetlobe, s tem, kako izkusimo barve, predlagal načine, kako usmeriti pozornost v opazovanje določenega svetlobnega pojava, tako da bi ga lahko čim bolj celovito izkusili itd. Goetheja ni zanimala pojasnitev, ampak doživetje. Ukvarjal se je s povezavami med različnimi izkustvi, prav po pesniško je predlagal postopke, kako se »vreči« v doživljanje barve. Opisal je tudi načine, kako s postopnim raziskovanjem celotne palete izkustvenih možnosti pridemo do doživetja t. i. prapojava (*Urphänomen*).

Goethejeva »pesniška« optika je doživela nemalo posmehovanja in je hitro potonila v pozabo. Na noben način se ni mogla meriti z Newtonovim pristopom, ki je bil sicer tudi utemeljen na opazovanju, vendar na opazovanju ponovljivega eksperimenta pri kontroliranih pogojih. Globi-

na in kakovost opazovalčevega izkustva nista bila več pomembna, važno je bilo, da eksperimentator določi in izmeri posamezne količine. Bistvo Newtonove optike je bilo namreč »odkritje« skritih elementov, ki so skupni *vsem* pojavom, pri katerih nastopa svetloba. »Spoznal« je na primer, da je bela svetloba sestavljena iz celega spektra barv. Newtonovo sporočilo se je glasilo: bela svetloba je iluzija, resnica je, da gledamo množico različnih valovnih dolžin.

Približno 200 let kasneje se je matematik in filozof Edmund Husserl zavedel preproste resnice, da je kljub vsemu izkustvo primarno in konec koncev vse, kar imamo, ter da na noben način ne moremo pobegniti iz njegovega polja. Pozval je: „Nazaj k stvarem samim!“ Poziv simbolično zaznamuje začetek enega najmočnejših filozofskih gibanj dvajsetega stoletja: fenomenologije. Husserl je bil dobro izurjen v postopkih naravoslovne znanosti, vendar se mu je zdelo nedopustno, da na račun zamaknjenosti v teoretske razlage zanemarjamo živo, neposredno izkustvo. Fenomenologijo si je zamislil kot rigorozno vedo, ki naj sistematično preiskuje izkustvo: stvari (oz. fenomene) kot se nam kažejo (namesto skritih resnic in zakonitosti, s katerimi se ukvarja ostala znanost).

Nekaj osnovnih metodoloških smernic Husserlovega raziskovalnega načrta.²

- Osredotočenje na fenomene (stvari, kot se kažejo v našem izkustvu) in *epoche* – postavljanje v oklepaje. Husserl predlaga „puščanje običajnih privzetkov o stvareh ob strani“ (oz. dajanje teh v „oklepaje“) in *fenomenološko redukcijo* – redukcijo opazovanega na fenomene „kot tisto edino, kar je dano v izkustvu in gotovo“. Kot piše Kotnik (2003: 102) je poudarek na „raziskovanju danega izključno v izkustvu, toda vključeno mora biti celotno izkustvo in prvi korak je spoznavanje o kompleksnosti in neskončnosti tega polja“.

- Pravilo: „Ne razlagaj, ampak opisuj!“ To je najpomembnejša metodološka smernica za fenomenološko raziskovanje. Morda zgleda navodilo na prvi pogled preprosto, vendar je njeno izvedba zelo kompleksna in zahteva dobršno mero refleksije in spretnosti. Šele ko v praksi poskusimo *samo opisovati* doživljanje, ne da bi ga kakorkoli klasificirali, umeščali v teoretske okvire, pojasnjevali ipd., se zavemo, kako globoka je naša potreba po razlagi in kako težko se ji izognemo. Kotnik (prav tam) citira Ihdeja (1977), ki govori o „težavnosti razlikovanja med dejansko opisljivim izkustvom, kot se kaže samo kot neposrednost, in neizkustvenimi elementi, kot so domneve ali predpostavke. Razlaga je namreč kakršnakoli teorija, ideja, pojem ali konstrukcija, ki teži v ozadje fenomenov“.

- Vzdržimo se prepričanj oziroma ocenjevanj „realnosti“ opaženih fenomenov. Brez intersubjektivnega preverjanja (ki je značilno za znanstveno metodo) ne moremo razločiti med „iluzijo“ in „resničnostjo“. Z vidika primarnosti neposrednega izkustva je takšno razlikovanje le en način urejanja doživljajskega sveta (in torej nima višje vrednosti od drugih možnih razlikovanj), zaradi tega Husserl priporoča, da se celo to na videz tako primarno sodbo postavimo v oklepaj in opazujemo polje izkustva, kot se kaže, brez presojanja.

Ker se je Husserlu zdelo, da bi samo z zgornjimi navodili ostali „izgubljeni med fenomeni“ (prav tam), je dodal še četrto smernico, ki priporoča iskanje strukture in konstantnih značilnosti opazovanih fenomenov. Husserl je verjel, da je tako mogoče ustvariti „*transcendentalno*“ znanost, torej sistem, ki presega samo enkratno minljivo konkretno izkustvo, ampak iz njega izloči bistvene (transcendentalne) elemente.

Fenomenološko raziskovanje

Na kratko povedano: fenomenologija se zavzema za raziskovanje izkustva, ne da bi se spuščali v metafizično ali teoretsko spekulacijo.

Naj mi filozofsko izobražen bralec odpusti poenostavljanje, seveda je fenomenologija še mnogo več od tega, še posebej če upoštevamo njene variacije in izpeljanke (Sartre, Merleau-Ponty, Heidegger, Pfänder, Schütz in drugi). Opisana epistemološka drža je tisto, kar fenomenološko raziskovanje (kot kvalitativno-metodološka smer) povzema po fenomenologiji kot filozof-

ski disciplini. Fenomenološko raziskovanje lahko torej v splošnem definiramo kot metodološko kategorijo, ki zajema vse empirične raziskovalne metode, pristope, načine zbiranja in/ali analize gradiva, ki temeljijo na zgoraj opisanih (fenomenoloških) epistemoloških temeljih ter smernicah.

V nadaljevanju se bom posvetil orisu te dokaj nove raziskovalne smeri. Še prej pa naj omenim, da obstaja ena psihoterapevtska smer, ki je še posebej blizu fenomenološkemu raziskovanju, saj tvorijo fenomenološke ideje njeno jedro. Gre seveda za gestalt. Psihoterapevti, ki so blizu tej smeri, so prav gotovo prispevali največ (večinoma res odličnih) tekstov na področju fenomenološkega raziskovanja v psihoterapiji.³ Ob tem pa je treba opozoriti na nevarnost mešanja prakse psihoterapevtskega dela (ki bi jo pogojno lahko tudi imenovali „metoda“) in metode raziskovanja (torej načina pridobivanja novih spoznanj o svetu v najširšem pomenu te besede). Na primer: terapevt se lahko pri svojem delu naslanja na fenomenološke principe (torej je njegova „metoda“ dela bolj ali manj fenomenološka), ne ukvarja pa se z raziskovanjem ali pa pri raziskovanju uporablja kakšno drugo metodo (npr. kvantitativno analizo vprašalnikov, kvalitativno analizo teksta ali kaj drugega). Članki, ki na primer opisujejo terapevtovo spraševanje klienta po njegovem doživljanju določene situacije, še ne spadajo (nujno) na področje fenomenološkega raziskovanja. Vsekakor pa imajo terapevti, ki se že med procesom terapije orientirajo na opazovanje izkustva (svojega ali klientovega), gotovo najboljšo startno osnovo za raziskovalno delo na tem področju.

Zemljevid

Fenomenološko raziskovanje je zelo širok pojem in ker je še v povojih, je dodobra nedefiniran. Van der Mescht (2004: 2) piše:

„Pojem ‚fenomenološko raziskovanje‘ nima samo enega pomena. Različni avtorji ga pojmujejo različno. Zaradi njegove subjektivne in kvalitativne narave nekateri pripisujejo pridevnik ‚fenomenološko‘ k vsakemu intrinzično interpretativnemu kvalitativnemu raziskovanju: pravzaprav nekateri poskušajo povzdigniti fenomenološko raziskovanje kar v novo raziskovalno paradigmo. (Zmedo še povečuje zelo ohlapna uporaba pridevnika ‚fenomenološko‘ v pedagogiki in menedžmentu.)”

Schweitzer (2002: 1) deli fenomenološko raziskovanje na dve skupini: na t. i. Husserliansko in na raziskave tipa „Kako doživljajo ...?“—V prvo skupino spadajo zelo na grobo raziskave, ki sledijo Husserlovemu modelu fenomenološke redukcije. Raziskovalec se usede v fotelj in se introspekcijsko poglubi v svoje doživljanje oziroma na določen segment tega (npr. doživljanje časa). Potem poskuša čim bolj čisto opisati splošne značilnosti opazovanega fenomena.—Druga skupina zajema vse metode, ki poskušajo ujeti doživljanje drugih: posameznikov ali bolj pogosto določenih skupin (npr. doživljanje ločitve staršev najstnika ali izkustvo kompetentnosti pri delu z ljudmi). Ta kategorija je najbolj razširjena, zato ji bom v nadaljevanju posvetil največ pozornosti.

Kakorkoli že, opisana delitev je groba in ne zajema vseh nians fenomenološkega raziskovanja, še posebej najnovejših, radikalnejših poskusov. Da bi bil bolj širok, pa tudi epistemološko korektnější, bom poskusil narediti zemljevid različnih fenomenoloških raziskovalnih pristopov. Narisal ga bom v treh dimenzijah, od katerih vsaka predstavlja eno pomembno lastnost, po kateri se posamezne smeri med sabo razlikujejo:

1. *Raziskovalna perspektiva.* Ta os razporeja raziskovalne pristope po tem, kdo je tisti, katerega doživljanje opazujemo. *Prvoosebna* perspektiva pomeni, da opazujemo svoje doživljanje, *tretjeosebna*, da nas zanima doživljanje drugih ali druge(ga). Možni pa so tudi *drugoosebni* pristopi, ki temeljijo na dialogu.

2. *Intersubjektivnost oziroma „doseg“ teorije.* Ta os razporeja pristope glede na to, kako splošne teoretske rezultate obljublajo. Na enem koncu spektra so pristopi, katerih ugotovitve

veljajo splošno, za doživljanje vsakega človeka, na drugem koncu pa so opazovanja, katerih rezultati veljajo samo *tu-in-zdaj, zame* (in pristopi, kjer propozicionalna spoznanja niso cilj raziskovalnega procesa).

Obravnaval bom predvsem smeri, kjer upamo vsaj na določeno mero splošnosti naših spoznanj. Znanstveni status ostalih je vprašljiv, zato jih omenjam bolj kot zanimivost. Je pa treba povedati, da to, da pri nekaterih smereh fenomenološkega raziskovanja ne stavimo na možnost intersubjektivne preverljivosti dobljenih spoznanj, ne pomeni, da splošne ugotovitve niso možne, samo ne pričakujemo jih, ker dopustimo enkratnost privatnega doživljanja oziroma dialoškega procesa.

3. *Poudarek na ...* Kaj opazujemo? Strukturo doživljanja, vsebine, s katerimi interpretiramo (interpretirajo) oziroma osmišljamo (-jo) dano situacijo? Med obema ekstremoma je seveda celotna paleta možnosti. Osredotočeni smo lahko na določene dele doživljajske pokrajine, na celoto, določeno aktivnost, življenjsko situacijo ipd.

Zdi se mi, da lahko vse danes znane oblike fenomenološkega raziskovanja karakteriziramo s položajem v tridimenzionalnem prostoru, ki ga določajo opisane tri osi. Kot vsaka je tudi opisana klasifikacija nepopolna in ne more v celoti ujeti živosti novonastajajočega področja.

Oboroženi s tem klasifikacijskim orodjem, si lahko ogledamo nekatere najbolj zanimive pokrajine tako nastalega prostora.

HUSSERLIANSKO RAZISKOVANJE

1. RAZISKOVALNA PERSPEKTIVA	2. INTERSUBJEKTIVNOST OZIROMA „DOSEG“ TEORIJE	3. POUDAREK NA ...
PRVOOSEBNO	INTERSUBJEKTIVNO- SPLOŠNO (ŠIROK DOSEG)	STRUKTURA POSAMEZNIH (SKUPNIH) VZORCEV DOŽIVLJANJA

Ta pristop sem omenil že zgoraj. Gre za raziskovanje, ki je najbližje izvirmi ideji fenomenološke redukcije, kot si jo je zamislil Husserl. Raziskovanje je prvoosebno, to pomeni, da raziskovalec skozi sistematično introspekcijo opazuje svoje izkustvo.

Raziskovalec se v fenomenološki maniri posveti določenemu doživetju. To je lahko npr. zaznavanje senc in svetlobe (Goethejeva priljubljena tema), lahko je npr. opazovanje kakšnega objekta, poslušanje glasbe itd. Opazovanje se hermenevtično zaokroži v doživljanje. V skladu z idejo fenomenološkega postavljanja oklepajev poskuša opazovalec izolirati „čisto“ izkustvo, torej tisto, kar je *pred* interpretacijo in kar je skupno celotni kategoriji doživljanj. Husserl je na primer tako opazoval doživljanje časa, časovnosti. Verjel je, da mu je uspelo določiti strukturo in konstantne značilnosti opazovanih fenomenov (tretja koordinatna os našega prostora). Goethe pa je imel občutek, da je na področju opazovanja svetlobe našel pot do t. i. prapojava (*Urphänomen*), do nekakšnega doživljajskega bistva in skupnega imenovalca. Verjel je, da lahko pot do te doživljajske esence opiše tako, da jo bo vsakdo lahko ponovil.

Vidimo torej, da gre za poskus intersubjektivne, splošne teorije, ki ne velja le za raziskovalca, temveč za vse (druga os). Ravno slednje je za marsikoga sporno (kljub temu da je Husserl posvetil precej energije dokazovanju, da je fenomenološka redukcija intersubjektivna veda), vprašanje je, če lahko samo na podlagi svojih doživljanj sklepamo na značilnosti izkustva vseh ostalih.

Husserliansko metodo omenjam predvsem iz zgodovinskih razlogov. V nadaljevanju pa se bom posvetil tistim oblikam fenomenološkega raziskovanja, ki so bolj pisana na kožo psiho-terapevtskim profilom.

Fenomenološke raziskovalne smeri, ki so aktualne za psihoterapijo

DESKRIPTIVNO VZORČENJE IZKUSTVA

1. RAZISKOVALNA PERSPEKTIVA	2. INTERSUBJEKTIVNOST OZIROMA „DOSEG“ TEORIJE	3. POUDAREK NA ...
TRETJEOSEBNO IN DRUGOSEBNO	SPLOŠNO ALI VELJAVNO ZADOLOČENO SKUPINO (DELEN DO ŠIROK DOSEG)	STRUKTURA / SKUPNIH / BAZIČNIH VZORCEV DOŽIVLJANJA

Deskriptivno vzorčenje izkustva (*descriptive experience sampling*) je najbolj metodološko dodelana vrsta fenomenološkega raziskovanja. Osredotoča se na raziskovanje „čiste“ strukture doživljanja, na osnovne gradnike oziroma vzorce, ki sestavljajo posameznikovo izkustvo. Metodo je zasnoval psiholog Russel Hulburt že pred letom 1980, vendar se je res široko uveljavila šele na prelomu tisočletja. Njene izpeljanke so privzeli predvsem psihoterapevti in raziskovalci t. i. „pozitivne psihologije“ (Csikszentmihályi, 1990). Večina raziskovalcev, ki se ukvarjajo s to vrsto raziskovanja, zanj sicer ne uporabljajo oznake „fenomenološko“, verjetno iz zgodovinskih razlogov (to raziskovanje nima korenin v filozofski fenomenologiji, ampak je do podobnih zaključkov prišlo samostojno).

Osnovna ideja deskriptivnega vzorčenja izkustva (DVI) je čim natančnejši opis strukture doživljanja, ne glede na vsebino in pomen, ki mu ga doživljajoči pripisuje. Cilj DVI je sestaviti nekakšno enciklopedijo osnovnih doživljajskih elementov in povezav med njimi. DVI lahko primerjamo z geološkim sondiranjem tal: na naključnih mestih vzamemo vzorce, ki jih potem v laboratoriju prečistimo in analiziramo. Analogno, pri DVI v naključno izbranih trenutkih sondiramo (vzorčimo) izkustvo.

Sondiranje je v praksi izvedeno tako, da raziskovalni subjekt med obdobjem raziskovanja s sabo nosi napravo, ki nežno zazvoni 7- do 10-krat na dan ob naključno izbranih trenutkih. Subjekt poskuša „zamrzniti“ doživljanje tik pred piskom. To stori tako, da ga čim bolj natančno opiše v priročno beležko. (Obstajajo seveda tudi bolj moderne različice te metode, ki vključujejo dlančnike in/ali mobilne telefone.) Ko subjekt tako zbere 6 do 8 uspešnih „vzorcev“ (tipično en dan vzorčenja), se sreča z raziskovalcem in skupaj izvedeta obširno „čiščenje“ in analizo zapiskov. Raziskovalci posebej poudarjajo, da jih ne zanimajo preveč razlage misli ali drugih doživetij, subjekt vzpodbujajo, naj se osredotoča na strukturo (vprašanje „kako?“ in ne „kaj?“). Takšen proces se ponovi nekajkrat, dokler raziskovalci (navadno skupaj s subjektom) ne ocenijo, da nabrani „vzorci“ dajejo dovolj jasno sliko strukture celotne doživljajske pokrajine. Raziskovalci potem v skladu z zgoraj omenjenimi načeli fenomenološke redukcije izluščijo izstopajoče značilnosti osnovnih doživljajskih struktur⁴.

Rezultat analize je seznam osnovnih doživljajskih elementov subjekta („fenomenov“) in opis povezav med njimi (strukture doživljanja). Vsaka element je poimenovan in opredeljen s petimi kategorijami. Vzemimo za primer *ubesedeno razmišljanje (worded thinking)* (Hulburt in Heavey, 2006).

Čisti fenomen. Ubesedeno razmišljanje je izkustvo misli, izražene z določenimi, jasno zaznanimi besedami, ki pa niso (ne zunanje, ne notranje) na noben način izgovorjene, slišane, videne.

Primer. „Mislil sem si: ‚Moral bi mu dati pismo.‘ Natančno te besede so bile nekako prisotne v moji zavesti, ampak ne morem povedati kako. Niso bile izgovorjene niti jih nisem videl. Ampak bile so tam, ena za drugo.”

Variante. Včasih, a ne vedno fenomen delno vključuje še vizualno izkustvo.

Razlikovanje. (Ta kategorija opisuje razlike tega fenomena in drugih, sorodnih. V primeru *ubesedenega razmišljanja* so sorodne kategorije: *notranji govor*; *podobe*, *nesimbolno razmišljanje* ipd.)

Opažanja in razmislek. (Ta kategorija vključuje vse dodatne informacije, povezave, ugotovitve ..., ki so jih raziskovalci zaznali v povezavi z obravnavano kategorijo.)

Raziskovalci DVI se zavedajo, da je metoda v osnovi ideografska, torej ne pričakujejo splošne veljavnosti spoznanj. Zelo zanimivo je, kako različno doživljamo nekatere fenomene, za katere predpostavljamo, da se odvijajo pri vseh enako. Po drugi strani pa raziskovalci vseeno težijo k iskanju skupnih kategorij, ki si jih delijo širše skupine raziskovanih subjektov.

Doživljajske strukture, ki jih opisujejo kot zelo razširjene, so na primer: *notranji govor*; *delno izoblikovan notranji govor*; *notranji govor brez besed*, *podoba*, *videnje brez podobe*, *notranje poslušanje*, „samo delam“, „samo govorim“, „samo opazujem“, *mnogotera pozornost* in tako naprej. Vsak posamezni subjekt ima seveda sebi lastne fenomene, Russel Hulburt pa se največkrat posveča raziskovanju določenih skupin ljudi in poskuša iskati skupne značilnosti njihovega doživljajskega sveta. Najbolj znana primera sta študija motenj hranjenja in shizofrenije (Hulburt, 1990).

Naj še omenim, da raziskovalci, ki se ukvarjajo z DVI, poudarjajo pomen raziskovalnega razgovora (skozi katerega „zajamejo“ in „prečistijo“ vzorce). Slednjega vidijo kot bistveni del metode, del, ki loči „naivno“, neformalno opazovanje svojega doživljanja od znanstvenega, sistematičnega (in po njihovih besedah mnogo uspešnejšega) raziskovanja.

Morda metoda DVI v svoji originalni obliki ni tako aktualna za psihoterapevtska raziskovanja, vsekakor pa so za stroko izjemno pomembne njene izpeljanke:

- metodo se da izpeljati tako, da vzorčimo samo trenutke med potekom psihoterapevtskega pogovora;
- še bolj pomembno pa je vedeti, da so metode realno-časovnega spremljanja psihoterapevtskega procesa (real-time monitoring), ene vodilnih in najbolj perspektivnih smeri na področju raziskovanj v psihoterapiji, v svojem bistvu izpeljanke DVI.

RAZISKAVE TIPA „KAKO JE BITI ...?“

1. RAZISKOVALNAPERSPEKTIVA	2. INTERSUBJEKTIVNOST OZIROMA „DOSEG“ TEORIJE	3. POUDAREK NA --
TRETJEOSEBNO	ŠIROK ALI OMEJEN DOSEG	VSEBINADOŽIVLJANJAOSMIŠLJANJE ŽIVLJENJSKIH SITUACIJ ITD.

Raziskave tipa „Kako je biti ...?“ so najbolj razširjen in najbolj raznolik tip fenomenološkega raziskovanja. Fraza „Kako je biti ...?“ („What it is like to be ...?“) prihaja iz članka kognitivnega filozofa Nagela „What it is like to be a bat?“, kjer avtor opozarja na to, da nikoli ne moremo resnično vedeti, kako svet doživljajo drugi ljudje (kaj šele druga bitja). Na to lahko samo sklepamo.

Seveda pa to ne pomeni, da tega ne moremo raziskovati. Spoznanje, da nikoli ne bomo zagotovo poznali doživljanja drugih, daje fenomenološkim tretjeosebim raziskovanjem skromnost in opozarja na stalno vztrajanje pri stališču „ne vem“. Največja težava je tako hkrati vir največje vitalnosti in lepote tega raziskovalnega žanra.

Namen „Kako je biti ...?“ raziskav je osvetliti fenomen skozi to, kako ga doživljajo akterji. Zanima nas, kako akterji osmišljajo življenjsko (doživljajsko) situacijo, kakšna so z njo povezana izkustva itd., sestaviti poskušamo, kar se da podrobno, poglobljeno in živo sliko s fenomenom

povezanega doživljajskega prostora. Lahko bi rekli, da gre za neke vrste radikalno kvalitativno raziskovanje, ki rezultatov ne poskuša na silo povprečiti.

Raziskave, ki sodijo v to kategorijo, so izjemno raznolike. Od raziskav doživljanja travmatičnega dogodka pri otrocih do opisov občutka profesionalne kompetentnosti pri pomagajočih poklicih. Področja, kjer ta fenomenološki pristop najbolj cveti, so raziskave v psihoterapiji, vse vrste pedagoških ved in druge stroke povezane s pomagajočimi poklici.

Fenomenološko raziskovanje tipa „Kako je biti ...?“ (nekateri ga imenujejo tudi „empirična fenomenologija“) ima korenine v sedemdesetih letih prejšnjega stoletja, ko je eksperimentalni psiholog Amedeo Giorgi (1970) v *Journal of Phenomenological Psychology* podal začetne interpretativne smernice tega pristopa. Isti avtor je v mnogih člankih in monografijah, ki so sledile, podal tudi zelo natančne in praktične metodološke smernice. Zelo pomembna je tudi serija štirih študij *Duquesne studies in phenomenological psychology*, izdanih v okviru Duquesne University Press (še danes lahko beremo o „Duquesnovski šoli fenomenologije“), ki je razdelala ontološko in epistemološko podlago pristopa. Nekaj desetletij je bila ena od vodilnih referenc na področju fenomenološkega raziskovanja (še posebej na področju pedagogike) revija *Phenomenology + Pedagogy*, ki pa na žalost ne izhaja več. Njeno mesto je delno prevzel *Indo-Pacific Journal of Phenomenology* – elektronska publikacija, ki poskuša predstaviti kar se da široko paleto fenomenoloških raziskav.

V nadaljevanju bom (sledječ Van der Meschtu, 2004: 2–3) poskusil naštetih nekaj glavnih značilnosti pristopa „Kako je biti ...?“. Preden se lotim naštevanja, bi rad poudaril, da nobena od opisanih značilnosti ni v izključni „lasti“ obravnavanega pristopa. Nanizane so bolj za to, da bi bralec pridobil občutek za duh tovrstnega raziskovanja.

- Raziskovalce vodi spoznanje in stalno zavedanje dejstva, da doživljanje udeležencev v raziskavi raziskovalcu ni direktno dosegljivo in da se raziskovalec ne osredotoča niti na fenomen niti na udeležence same, ampak na „dialog“ posameznikov znotraj njihovih kontekstov, na osmišljanja, kot so jih skonstruirali akterji in povezavo med doživljanjem in vedenjem.

- Osredotočenje na doživeto, živo izkustvo in osredotočenost na konkretno. Zbiramo pričevanja, ki ubesedijo udeleženčovo fizično, čustveno in intelektualno doživljanje. Osnovni način pridobivanja podatkov je torej delno strukturiran ali nestrukturiran intervju oziroma boljše rečeno dialog. Drugi podatki kot podatki pridobljeni z opazovanjem ali snemanjem se redko uporabljajo.

- Poudarjanje opisovanja in ne interpretacije. Kot sem že omenil, je meja med obema tanka in mnogokrat povsem nejasna, kljub temu je osnovno vodilo raziskovalca vztrajati pri opisovanju ... vsaj dokler se ne pridobi celostne slike predmeta raziskave. V maniri Husserlianskega dajanja v oklepaje se raziskovalec poskuša upreti tendenci po zgodnjih sodbah, ki slonijo na nereflimiranih predstavah.

- Udeleženci raziskave so namensko izbrani. Prvo merilo je seveda izkustvo fenomena, ki ga raziskujemo. Zelo pomemben faktor pa so tudi njihove verbalne oziroma izražalne sposobnosti. Omejenost na elokventne in izrazno močne poročevalce je ena šibkih točk fenomenološkega raziskovanja. Glede na to, da je udeleženčovo poročilo (skoraj) edini dostop do njegovega doživljanja, je bistveno, da so udeleženci sposobni govoriti tekoče in sporočilno.

- Raziskovalec zavzame (sprejme) pozicijo „konceptualne (pojmovne) tišine“ (Stones v Van der Mescht, 2004: 3) ali zaupanja (Kordeš, 2004), v oklepaj postavi (poskuša postaviti) teorije, slutnje in domneve. To stanje dobro opisuje Freudov izraz „plavajoča pozornost“. Raziskovalec poskuša spoštovati vse podatke enako (in se ne pusti zmamiti v analizo „pomembnega“ in zapostavljanje tistega, kar se zdi nepomembno). Raziskovalec razdeli zapis intervjuja na zaključene pomenske enote. Za razliko od klasične analize tekstovnega gradiva pa teh enot ne poskuša abstrahirati v višje pojmovne kategorije, ampak jih poskuša razjasniti, s svojimi opisi še bolj jasno predstaviti doživljajski svet intervjuvanca. Ko tak opis omogoča celostno občutenje

udeležencevega živega (živetega) sveta, ga (včasih) lahko uporabimo za povzemanje tematik, klasifikacijo in za primerjavo ugotovitev z drugimi viri ter teorijami.

- Udeležencevo (do)živeto izkustvo fenomena se (praviloma) postavi v kontekst, tako lokalno (običajno znotraj organizacije) in širše (morda v terminih nacionalnih ali internacionalnih okoliščin, kot je politika).

Primeri raziskav tipa „Kako je biti ...?“ (nekaj tem raziskav objavljenih v reviji *Phenomenology + Pedagogy*):⁵

- Izkustvo motoričnega hendikepa (Bleeker in Mulderij)
- Čakajoč na diagnozo (Ferguson)
- Kako otrok doživlja svet stvari? (Langeveld)
- Prizadevanja žensk, da bi imele atraktivno telesno podobo (Szekely)

Za psihoterapijo je zelo pomembno delo Daniela Sterna (2004), ki ga lahko uvrstimo v to kategorijo fenomenoloških raziskav. Stern je zaslovel s svojimi mikrofenomenološkimi (oziroma „mikroanalitičnimi“, kot jih sam imenuje) raziskavami doživljanja trenutka. Njegovo delo kaže, kako izjemen vpliv ima lahko razumevanje fenomenološkega dogajanja za delo psihoterapevta.

Sternovo delo na področju raziskovanja doživljanja presega okvir pričujočega teksta in je gotovo eno od osnovnih branj, ki jih priporočam psihoterapevtom, ki jih boljše zanima izkustveni svet klienta, še posebej pa dinamika doživljanja med terapevtskim procesom. Sternovi intervjuji so posvečeni analizi „trenutka“ (zelo kratkega časovnega intervala doživljanja), še posebej pa ga zanima interpersonalni aspekt, tisti trenutki, kjer se zgodi stik med dvema človekoma (npr. med klientom in terapevtom).

VŽIVLJANJE V STANJA ALI VLOGE

1. RAZISKOVALNA PERSPEKTIVA	2. INTERSUBJEKTIVNOST OZIROMA „DOSEG“TEORIJE	3. POUDAREK NA ...
PRVOOSEBNO	SPLOŠNO ALI VELJAVNO ZA DOLOČENO SKUPINO (DELEN DO ŠIROK DOSEG)	IZKUSTVU (VSEBINA IN STRUKTURA) DOLOČENIH BIVANJSKIH POLOŽAJEV ALI VLOG

Primer. Raziskovalka si namerno (seveda začasno) onemogoči vid, da bi spoznala (nekatero) lastnosti doživljajskega sveta slepih. Poskuša torej spoznati, *kako je biti* slep. Seveda se zaveda, da tega nikoli ne bo mogla izkusiti v celoti. Lahko pa upa na mnoga spoznanja, ki jih slepi ne morejo propozicionalno (besedno) prenesti, ker videči preprosto nimamo izkustvene kategorije, ki bi ustrezala njihovem doživljanju.

Vživljanje v bivanjske položaje (stanja) ali vloge so, kot vidimo, najbolj eksistenčno vključen oziroma *udeležen* tip fenomenološkega raziskovanja. Razlika med prejšnjo kategorijo je v tem, da raziskovalec tukaj opisuje svoje osebno doživljanje, raziskovanje je torej prvoosebno.

Cilj raziskovanja ni nujno spoznavanje ekstremnih doživljajskih situacij (kot je to opisano v zgoraj navedenem primeru). Vživljanje zajema širok spekter področij od raziskovanja doživljanja posebnih okoliščin ali stanj v življenju raziskovalca do namernega poskusa spremembe svojega doživljajskega sveta, da bi lahko bolje razumeli svet drugih. Ta spekter se zvezno razteza med raziskavami, ki so zelo blizu prej tretjeosebni skupini („Kako je biti ...?“) in med skrajnimi poskusi spreminjana svojega izkustvenega sveta. Skupno je, da raziskovalci na svoji koži poskusijo doživeti izbran (večinoma nenavaden) izkustveni „položaj“.

Primeri konkretnih raziskav in raziskovalnih tem

- „Radost poučevanja“ („The Joy of Teaching“), raziskava Petra Muellerja,⁶ kjer sistematič-

no opisuje trenutke izkustva radosti in pretočnosti („flow”) pri poučevanju.

- Izkustvo pedagoške odprtosti („The Experience of Pedagogical Openness”) je raziskava na podobno temo Sandre Wilde.⁷

- V literaturi lahko najdemo še fenomenološke študije na teme, kot so: doživljanje pripravištva, izkustvo poklicne kompetence ipd.

- Zelo zanimive (in zelo redke) so raziskave, kjer se raziskovalec poskuša vživeti v izkustveni svet drugih. Sem spada prej omenjena „samooslepitev”, poleg tega pa še raziskovanje doživljanja hendikepiranih, brezdomcev, zapornikov ipd.

- V to skupino (delno) sodijo tudi raziskave spremenjenih ali posebnih stanj zavesti. Skrajni primer so prvoosebni preiskovalci učinkov drog (pogosti v sedemdesetih in osemdesetih letih prejšnjega stoletja: Leary, Lilly, Huxley (2003), itd.).

Udeleženo fenomenološko raziskovanje bi lahko bilo zanimivo za psihoterapevtsko raziskovanje, kljub temu pa je zelo redko uporabljeno. To je razumljivo, saj raziskava zahteva visoko stopnjo raziskovalčeve udeležnosti, rezultati pa niso nujno splošni. Kljub temu pa se velja vprašati, ali lahko govorimo o določeni bivanjski poziciji, če je vsaj v omejeni obliki ne poskusimo izkusiti na lastni koži.

Ta vrsta fenomenološkega raziskovanja se lahko izvaja izključno s sistematično in z načrtovano introspekcijo, ki (bolj ali manj) sledi pravilom fenomenološke redukcije. Mnogokrat je ugodno, da ima raziskovalec pomočnika, ki pomaga z vprašanji in ki beleži raziskovalčeva opazanja (primer so nekateri raziskovalci delovanja psihoaktivnih substanc, ki so svoje eksperimente izvajali v družbi kolegov – zapisnikarjev).

Omenjeni raziskovalni pristop, še posebej pa raziskave tipa „Kako je biti ...?” lahko razume mo na dva načina.

- Kot celovito raziskovalno metodo, ki vključuje nabiranje empiričnih „grobih” podatkov in njihovo znanstveno destilacijo. Pri fenomenološkem raziskovanju je dovoljeno zaključiti raziskavo brez analize, dovolj je že, če izbrani fenomen jasno predstavimo z vidika doživljanja akterjev. Nekateri avtorji poskušajo dobljene podatke umestiti v fenomenološke kategorije, nekateri pa se zadovoljijo samo z urejenim opisom, ki še polno zrcali akterjevo besedišče.

- Kot metodo pridobivanja empiričnih podatkov. Poročilo o doživljajskem svetu akterjev lahko uporabimo kot vhodni empirični podatek za katerokoli drugo kvalitativno raziskovalno tehniko (kvalitativna analiza besedila, del gradiva za etnografsko raziskavo, za študijo primera ipd.).

Podobno velja tudi za ostale fenomenološke metode.

FENOMENOLOŠKA ŠTUDIJA PRIMERA IN FENOMENOLOŠKI DIALOG

1. RAZISKOVALNA PERSPEKTIVA	2. INTERSUBJEKTIVNOSTIROMA, DOSEG” TEORIJE	3. POUDAREK NA ...
DRUGOŠEBNO	OMEJEN DOSEG	RAZISKOVALECPUSTIINTERVJUJUVANCU DA IZBERE: NA KAJ SE BO OSREDOTOČIL

Pregled fenomenoloških raziskovalnih pristopov, aktualnih za psihoterapevtsko področje je že skoraj popoln. Dotaknil se bom še fenomenološke študije primera, dokaj redko uporabljene metode, ki pa poseeblja bistvo fenomenološke ideje: dialog. Hkrati pa je zelo obetavna metoda za raziskave psihoterapevtskega procesa.

Fenomenološko študijo primera bi lahko imenovali „fenomenološki prosti stil”. Njena osnova je dialoška metoda, kjer raziskovalec poskuša s svojimi vprašanji odpirati prostor sogovornu.

Raziskovalec ne sledi svojemu konceptu tem, ki bi jih želel obdelati, ampak poskuša usmerjati dialog v teme, ki so najbolj žive za sogovornika. Raziskovalec omogoča širjenje zavedanja sogovornikovega doživljanja, s svojimi vprašanji mu pomaga „odkriti“ področja doživljajskega sveta, ki se jih morda prej ni zavedal. Vprašanja so samo opora, z njimi pokažemo, da smo prisotni, da nas zanima. Zelo pomembno je vzdrževanje spraševalčeve odprtosti in vztrajanja v položaju „ne vem“, bolj, kot se uspemo „očistiti“ vnaprejšnjih sodb, idej in prepričanj, več prostora smo s tem ustvarili za nova spoznanja. Spraševani mora čutiti, da njegove besede nekam „sedejo“, da je slišan in viden. Vprašanja „zakaj“ pri fenomenološkem dialogu odpadejo, saj ne želimo vzpodbujati razlag in interpretacij. Zanima nas predvsem „kako“.

Seveda je koristno, da imamo pred dialogom idejo, katere spoznavne kategorije bomo raziskovali, vendar je to le plan B, ki nam pomaga iz zatišja, če sogovornik izgubi nit. Če se le da, pa ima sogovornik glavno besedo pri določanju smeri dialoga.

Fenomenološki dialog se lahko uporablja kot raziskovalna metoda, ki nam pomaga do opisa doživljajskega sveta sogovornika. Takšnemu opisu, ki je rezultat daljše serije dialogov, pravim fenomenološka študija primera. Rezultat takšne študije je čim bolj nazoren, jasen in sistematičen opis doživljajske pokrajine raziskovanca brez poskusov teoretskih primerjav, klasifikacij ipd.

Še pomembnejši pa je fenomenološki dialog kot nepogrešljiv pripomoček najbolj ekstremne fenomenološke tehnike—*samoraziskovanja*. Z vidika samoraziskovanja sta vlogi pri dialogu obrnjeni: resnični raziskovalec je tisti, ki odgovarja. Spraševalec mu je le v oporo pri raziskovanju *svojega* doživljajskega prostora. Ker je samega sebe oziroma svoje izkustvo zelo težavno sistematično in rigorozno preiskovati, (samo)raziskovalec zaprosi kolego raziskovalca za pomoč pri opazovanju polja svojega doživljanja.

Cilj takšnega fenomenološkega dialoga ni pridobitev propozicionalnih spoznanj o svojem izkustvenem svetu (kot pri Husserlianski metodi), ampak je spremeniti (razširiti) doživljanje. Jack Petranker (2003) piše, da vsako raziskovanje (lastnega) doživljanja to doživljanje spremeni. Rezultat je na novo oblikovan doživljajski svet, predvsem pa izpiljena *veščina* samoopazovanja.

Na tej točki, ko govorim o raziskovanju, ki ima smisel izključno za raziskovalca samega, sem prekoračil meje znanstvenega, vsaj v sedanjem smislu te besede. To seveda ne pomeni, da sem s tem prekoračil meje možnosti za raziskovanje. V nekaterih svojih tekstih pišem o možni razširitvi pojma znanost (npr. Kordeš, 2004), v istem kontekstu tudi Černigoj (2007) govori o t. i. „bivanjski znanosti“: ali bi lahko štel za znanstveno raziskovanje, ki ne prinese spoznanj, ki bi bila intersubjektivno preverljiva, kjer bi bilo glavno področje raziskovanja svoje doživljajsko polje in kjer bi bila povezovalna vez skupnosti raziskovalcev njihova smer, namesto rezultatov? Odgovor na to vprašanje bo prinesla prihodnost. Prav gotovo pa večšina fenomenološkega dialoga—dialoga, kjer se oba partnerja urita v umetnosti postavljanja svojih pričakovanj (idej, diagnoz itd.) v oklepaj ne glede na njeno „znanstvenost“, ponuja psihoterapevtom možnost sistematičnega urjenja ene najpomembnejših veščin: poslušanja.

Kot sem že omenil, ne bi rad mešal načina psihoterapevtovega dela in načina raziskovanja le-tega, zato bom tu poročilo končal (fenomenološkemu dialogu pa bom morda nekoč namenil samostojen tekst) z željo, da bi nam fenomenološko raziskovanje v takšni ali drugačni obliki pomagalo začutiti neskončno in vznemirljivo pokrajino lastnega izkustva, pokrajino, ki jo je sodobni način dožemanja sveta odrinil povsem na rob, in tudi z željo, da bi večšina fenomenološkega dialoga zaživela v psihoterapevtskih vrstah. □

Literatura

- Bradfield, B. (2007). Examining the Lived World: The Place of Phenomenology in Psychiatry and Clinical Psychology. *Indo-Pacific Journal of Phenomenology*, 7 (1), 1–8.
- Csikszentmihályi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper and Row.
- Černigoj, M. (2007). *Jaz in mi – raziskovanje temeljev socialne psihologije*. Ljubljana: Ipsa.

- Giorgi, A. (1970). Toward Phenomenologically Based Research in Psychology. *Journal of Phenomenological Psychology, 1* (1), 75–98.
- Hulburt, R. (1990). *Sampling Normal and Schizophrenic Inner Experience*. New York: Plenum Press.
- Hulburt, R. T. in Heavey, C. L. (2006). *Descriptive Experience Sampling Codebook Manual of Terminology*. Las Vegas: University of Nevada. [Http://www.nevada.edu/~russ/codebook.html#target4](http://www.nevada.edu/~russ/codebook.html#target4) (10.5.2006).
- Huxley, A. (1993). *Vrata zaznavanja: nebesa in pekel []*. Ljubljana: Minora, Studia Humanitatis.
- Ihde, D. (1977). *Experimental Phenomenology*. New York: GP Putnam's Sons.
- Kordeš, U. (2004). *Od resnice k zaupanju*. Ljubljana: Varia, Studia Humanitatis.
- Kotnik, R. (2003). *Pouk filozofije kot osebno doživljanje: izkustveno poučevanje filozofije kot aplikacija načel Gestalt terapije*. Maribor: Pedagoška fakulteta.
- Petranker, J. (2003). Inhabiting Conscious Experience: Engaged Objectivity in the First-Person Study of Consciousness. *Journal of Consciousness Studies, 10* (12), 3–23.
- Schweitzer, R. (2002). Editorial. *Indo-Pacific Journal of Phenomenology, 2*(2), 1–2.
- Stern, D. (2004). *The Present Moment in Psychotherapy and Everyday Life*. New York: W. W. Norton & Company.
- Van der Mescht, H. (2004). Phenomenology in Education: A Case Study in Educational Leadership. *Indo-Pacific Journal of Phenomenology, 4*(1), 1–16.

OPOMBE

¹ V DODATNOBRANJE PRIPOROČAM ČLANEK BRUCABRADFIELDA *EXAMINING THE LIVED WORLD: THE PLACE OF PHENOMENOLOGY IN PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY* (2007).

² SMERNICE POVZEMAMO ENOSTAVLJENEM AODLIČNEM PREGLEDU FENOMENOLOGIJE V KOTNIK (2003:102) – ODTOD SO VSE DOBESEDNENAVEDBE KI DELNO SLEDI IHDEJU (1977: 32-45).

³ TUKAJ JETREBAPREDVSEMOMENITIŠTEVILNETEKSTERAZISKOVALCAINPSIHOTERAPEVTAGARYJAYONTEFA ([HTTP://WWW.GESTALT-ORG/YONTEF-HTML](http://www.gestalt.org/yontef.html)).

⁴ METODADIVJENATANČNOOPISANAVVEČHULBURTOVIHKNJIGAHNAJBOLJPREGLEDNOVSAMPLINGNORMALANDSCHIZOPHRENICINNEREXPERIENCE (HULBURT, 1990).

⁵ NAŠTETE RAZISKAVE SO DOSTOPNE NA SPLETU: [HTTP://WWW.PHENOMENOLOGYONLINE.COM/ARTICLES/ARTICLES-HTML](http://www.phenomenologyonline.com/articles/articles.html)

⁶ [HTTP://WWW.PHENOMENOLOGYONLINE.COM/ARTICLES/MUELLER-HTML](http://www.phenomenologyonline.com/articles/mueller.html)

⁷ [HTTP://WWW.PHENOMENOLOGYONLINE.COM/ARTICLES/WILDE-HTML](http://www.phenomenologyonline.com/articles/wilde.html)