

## PSIHOLOGI, PSIHIATRI IN DRUGI NORCI



Foto: Sandra Požun

Naslov sem si sposodil od Rodriga Mūnoza Avie, ki je tako naslovil svojo zabavno knjigo o iskanju pomoči v duševnih težavah. Na tej poti lahko zlahka naletiš na takšne in drugačne šarlatane. Tiste z diplomami in tiste brez njih. Dobro je popisal to kalvarijo in ker velja nekaj podobnega tudi za našo deželo, sem si dovolil ukrasti naslov. Verjamem, da Rodrigo s tem nima težav.

Izhajam iz treh trditev. Prvič, ljudje v težavah so nagnjeni k temu, da iščejo hitre in enostavne rešitve. In to točno zato, ker so v težavah. Drugič, v Sloveniji so razmere na področju osebne pomoči tako neurejene, da dovoljujejo vsakomur z nekaj časa, da uspeva kot svetovalec ali pa si celo nadene naziv terapevt. Tretjič, do formalne diplome na faksu lahko pride še tak psihopat, če le ima dovolj učne kondicije in naredi vse izpite. V takšni sceni živimo in to je tisto, kar imamo. Poglejmo vse skupaj po vrsti.

Do duševnih težav imamo še vedno močno stereotipsko gledanje, seveda polno predsodkov. Po eni strani je del populacije, ki vse skupaj dojema zgolj kot skupino »normalnih«, kamor se seveda prištevajo oni sami, in na drugi strani »norci«, kamor pripadajo vsi, ki jim v psihi nekaj ne štima najbolje. Takšna črno-bela slika seveda zbuja tako sram kot tudi izločevanje. Del depresivnih, anksioznih in fobičnih se tako skriva pred javnostjo in ne želi pomoči. Hkrati s tem zgrešenim gledanjem se, paradoksalno, krepi gledanje, da so duševne težave nekaj enostavnega, kjer je dobro malo pomahati z rokami, misliti pozitivno in popiti kozarec vode, pa bo vse v redu. To polje »pomoči« zato uspešno zasedajo takšni in drugačni laiki, ki jim zlahka rečemo šarlatani. Mogoče so sami doživeli nekaj težkega in iz svoje zgodbe tkejo preprogo svojega gurujstva. Dobijo veliko sledilcev, saj ljudje pogosto želijo enostavno rešitev – obisk enega predavanja in nakup ene knjige bo ravno dovolj, da težave čudežno izginejo. Človek v iskanju pomoči se izgubi v poplavi ponudbe, kjer je zelo težko ločiti zrnje od plev, odločijo se mogoče glede na rezultate iskanja na spletu ali pa verjamejo napotilu sosede, brata, sodelavke ... Vsi našteti so bili na predavanju novodobnega guruja in so bili navdušeni. Kakšna dolgoročna škoda se lahko naredi zaradi takšnih odločitev? Velika. Mogoče

nepopravljiva.

Rad povem anekdoto s prvega dne predavanj na oddelku za psihologijo. Pred nas, sveže bruce, je stopil takratni predstojnik oddelka in zanosno oznanil, da bosta zelo kmalu sprejeta zakon o psihološki dejavnosti in tudi zakon o psihoterapevtski dejavnosti. To je bilo leta 1991. Nobenega od zakonov še danes nimamo. Zakaj? Predvsem zaradi neskončnih sporov med cehovskimi združenji. Po eni strani psihiatri in klinični psihologi ne želijo prepustiti svojega privilegirane položaja vsem drugim, ki se ukvarjajo s psihoterapijo, vendar v osnovi nimajo medicinske ali psihološke izobrazbe. Na drugi strani so torej vsi tisti, ki imajo lahko precej zavidljive certifikate, do katerih so prišli stežka, z veliko osebnega dela in tudi veliko finančnih obremenitev. Vendar niso posvečeni, na fakulteto niso šli na psihologijo ali medicino. In tukaj so še tretji, tisti, ki iščejo bližnjice. Popularnost psihoterapije raste (še ne paradoks kajne, glede na črno-belo gledanje iz prvega odstavka) in ni čudno, da je v tem zmešanem sistemu Slovenije postalo precej običajno, da različne »šole psihoterapije« rastejo kot jurčki po dežju. Mladi diplomanti, stari le 25 let, mahajo s svojimi dvomljivimi diplomami, in želijo delati z najtežjimi primeri. V ta kaos država ne zmore ali noče poseči že 25 let. In ... škoda je narejena. Tudi če bi danes sprejeli vse potrebne zakonske omejitve, to ne bi pomenilo, da bi se vse pravne osebe, kjer že delajo slabo izobraženi in s pomanjkljivimi izkušnjami opremljeni »terapevti«, kar zaprle. Ne bi se. Nikoli se ne bi. Kar odprite svoj iskalnik na spletu in vtipkajte »psihoterapija«. Kam boste šli? Koga boste priporočili? V istem bazenu so odlično izobraženi in izkušeni ter sveži mladički, ki tudi lahko naredijo veliko škodo. Ponovno.

Tretja vrsta naših problemov je v rigidni zastarelosti naših študijskih programov, na katere se lahko vpisujejo sicer šolsko uspešni, recimo kar odličnjaki, ne glede na svojo osebnostno strukturo. Trdo študirajo, opravljajo izpite, na pamet se učijo zastarele teorije osebnosti, vse brez osebnega dela. Zgolj mentalni trening. In tako končajo magisterij. Imajo certifikat, torej so usposobljeni. S tem veljavnim papirjem pomahajo v kakšni kadrovski službi in dobijo službo. V tej službi delajo z najtežjimi primeri brez enega dneva praktičnih izkušenj in brez lastnega osebnega dela, ki bi jim pomagalo razrešiti lastne dileme, lastne travme. Mladi diler mi je pred meseci rekel, da rad hodi k takemu psihologu, ker je načeloma prijazen, vendar je očitno, da o sceni drog nima pojma in se lahko tako izogibata temu področju. Psiholog brez znanja in izkušenj si ne upa na to področje, mladenič pa seveda ne bo govoril o tem, ker noče. Starši so pa navdušeni, ker mali delinkvent tako rad hodi k gospodu psihologu. In vse se bo enkrat uredilo, kajne? Dvoličnost v svoji pravi luči. Kakšno škodo lahko naredimo vzvišeni psihologi, zaverovani v svojo diplomu ali magisterij? Veliko. Nepopravljivo.

Da, obstaja nevarnost, da boste mojo malo kolumno brali kot neroden poskus posploševanja. Upam, da ni tako. Res ne želim, da je slišati vse skupaj kot umetno predalčkanje, vendar nekje je potrebno začeti. Človek je človek, unikat. Ne glede na to, kakšno karierno pot je šel nekdo pred vami, bo v največji meri štel, ali gre za etičnega človeka, ki ima svoje izkušnje umeščene v svoj čustveni svet – ne toliko kakšno potrdilo mu visi v pisarni. Zato vas prosim, da tudi vi ne predalčkate. Sam se skušam tej napaki izogibati v največji možni meri. Želel sem vam zgolj prikazati položaj v Sloveniji, prelet

nekaterih težav, ki jih imamo v polju psihoterapije in tudi psihosocialnega svetovanja.

Rešitev? Nimam je. Trdno verjamem, da lahko dobro dela z ljudmi človek, ki poseduje osebno integriteto in etična načela. Tega ne učijo na nobeni fakulteti ter v nobeni edukaciji. To niso papirnati kodeksi, ki jih lahko prebere vsak in se nihče ne drži. To je notranja naravnost poštenega človeka. Prav tako verjamem, da je znanje izjemno pomembno. Šele zdaj, četrto stoletje kasneje, znam ceniti nekatere teoretične postavke, ki so nam jih ubijali profesorji. Kaj šele vse tisto, kar preberem skozi eno leto. Nova dognanja, nove raziskave, novi primeri ... Samo zelo prevzeten človek se preneha izobraževati ali pa se celo nikoli ni. Ker nekaj ve, samo zato, ker je. Nekaj skromnosti ne bi bilo odveč. Zelo malo vemo o človeku, vsi se učimo. In za konec ... Ljudje, ki gredo skozi svoje življenje z zlato žličko v roki, brez ene težje izkušnje, postanejo povsem odtujeni od težav ljudi. Ne poznajo jih. O njih so brali v knjigah. Anksioznost je za njih samo poglavje v učbeniku. Še nikoli niso začutili več tonskega slona tesnobe, ki se uleže na prsi, zapre dih in povzroči paniko v glavi in telesu.

Kdo bo tisti, ki bo na državni ravni arbiter tega, da posameznica ali posameznik izkazuje nekaj od teh lastnosti? Je to sploh možno? Ne vem. To ni zakon, čeprav zakon nujno potrebujemo. Je tudi družbeno zavedanje tega, da se s človekom v težavah pač ne more ukvarjati čisto vsak, ki ima 5 minut časa. Da je to visoko odgovorno delo. Ta družbena sprememba se lahko zgodi le na vseh nivojih, tako pri ljudeh v težavah samih, ki bi spoznali, da se z njimi ne smejo ukvarjati šarlatani, ker jim bo to škodilo. In seveda na ravni strokovnjakov, kjer bi si morali iskreno priznati vsi mi, da nismo enako usposobljeni za vse težave in pošteno preusmerili stranke k tistemu, ki zna bolje. Tudi za ceno manjšega zaslužka, vendar višje stopnje moralnega presojanja, kaj je prav in kaj je narobe. In vse to je zelo intimna zgodba vsakogar od nas. Pogled vase. Si res lahko privoščimo to, da smo egoistični, pohlepni, vsevedni ... in to na področju osebnega dela z ljudmi v težavah? Dokler bo večina v naši državi pristajala na takšno etično degradacijo nas kot ljudi, toliko časa ne bo premikov. Sam imam zelo majhno upanje, da se bo to ugodilo za časa mojega življenja. Predolgo gledam vse to, in premikov ni. Žalostno, kajne?

Matic Munc, zgolj navadni hišni psiholog z diplomo in nekaj izkušnjami

Foto: Sandra Požun