

Tomaž FLAJS

Politične dimenzije psihoterapije

Political aspects of psychotherapy

(premišljevanje)

Verjetno je marsikoga zbudel že sam naslov mojega prispevka, ki ga objavljam v upanju, da z njim spodbudim k razmišljanju tudi svoje kolege. Beseda politika je namreč dandanes precej na slabem glas. Večina ljudi se ob njej namrdne in takoj pomisli na »tiste pokvarjence tam zgoraj, ki nam s svojo omejenostjo in pritlehnimi interesi grenijo življenje ter s pomočjo spletkarjenj živijo na naš račun« (kot bi verjetno lahko strnil značilno mnenje o politiki in politikih, ki danes prevladuje v vsakdanjih pogovorih). Zato želim najprej spregovoriti o pojmih politika in politično. Že na tej izhodiščni točki (tj. razumevanje politike in političnega) se namreč lahko zgosti toliko megle, da »vožnja« proti osrčju tematike (politične dimenzije psihoterapije) postane tako rekoč nemogoča.

Politiko običajno razumemo kot akumulacijo moči, kot boj za prevlado med posameznimi družbenimi skupinami z namenom uveljavljanja lastnih partikularnih interesov pri upravljanju skupnih zadev. To je predvsem politika v smislu Hobbesove maksime »človek človeku volk« in Macchiavelijeve »cilj opravičuje sredstva«. In je prav gotovo eno od mogočih razumevanj. A kar zadeva mene, se mu ne pridružujem. Ko so nekateri moji kolegi slišali, da za Študijske dneve SKZP 2012 na Rogli pripravljam okroglo mizo na temo Socialne dimenzije psihoterapije, kjer želim izpostaviti predvsem politično dimenzijo psihoterapije, so bili nejevoljni, saj so moje namere razumeli, kot da želim, da se psihoterapevti opredelimo do trenutnih političnih razmer v smislu navijanja za določeno politično opcijo. To je nekaj svetlobnih let daleč od tega, kar sem v resnici nameraval, so pa takšni odzivi zanimivi kot simptomatski pokazatelj takšnega razumevanja politike.

Žal smo v času, v katerem živimo, priče nadaljnji stopnjevani degradaciji pojma političnega: politika je namreč vse bolj razumljena kot specializirana dejavnost upravljanja države, ki je zgoj v domeni njenih profesionalnih nosilcev in političnih strank. Politiki so postali nekakšni menedžerji, ki naj bi jim bilo zaupano upravljanje države kot velikega podjetja, t. i. »navadni državljani« pa naj se kot laiki ne bi vtikali v zadeve, ki naj jih niti ne bi bili sposobni razumeti. Vzporedno s tem se vršita dva procesa, za katera menim, da sta zelo nevarna. Politika postaja vse bolj podrejena ekonomiji, ki se vzpostavlja kot temeljno gibalno družbe. Na ta način politika in politiki kot njeni profesionalni nosilci v praksi vse bolj postajajo le izvrševalci interesov finančnega kapitala in transnacionalnih korporacij. Vzporedno s tem med ljudmi raste odpor do

politike, ki jo vse bolj dojemajo kot grdo, umazano, podkupljivo dejavnost, s katero nočejo imeti opravka in se zato umikajo v svet svoje zasebnosti. Pri tem pa se ne zavedajo, da tudi njihovo zasebnost vse bolj obvladuje prej omenjena naveza ozko, specialistično pojmovane politike in ekonomije. Ali pa zaradi občutkov nemoči in iz njih porajajočih se frustracij zapadajo pod vpliv različnih fundamentalizmov, od religijskih do rasistično-nacionalističnih.

Rehabilitacija pojma političnega se mi zato zdi nujno potrebna. Pojem političnega je namreč mogoče in vse bolj nujno razumeti tudi drugače. Politični misleci, kot npr. Hannah Arendt, Paul Goodman (med drugim tudi eden od začetnikov gestalt terapije), Vlasta Jalušič (njeno knjigo *Zlo nemišljenja*¹, ki predstavlja eno od pomembnih spodbud za moje razmišljanje o politiki, toplo priporočam v branje) in drugi, so mi pri tem v nedvomno oporo. Ob tem želim najprej poudariti Aristotelovo razumevanje človeka kot »zoon politikon« – kot politične živali. Ta sintagma seveda ne more zajeti celotnega človeka, mi je pa blizu, saj opozarja na to, da je dimenzija političnega ena od temeljnih dimenzij človeka – človeka, ki ne biva, doživlja in deluje v izolaciji, temveč ga temeljno določa prav njegova vpetost v neke izoblikovane socialne, ekonomske in kulturno-civilizacijske okvire. Človek kot posameznik je vedno tudi del polisa. Na tej osnovi politiko razumem v smislu, ki sem ga izluščil s pomočjo knjige *Zlo nemišljenja* Vlaste Jalušič: kot delovanje, ki je usmerjeno v ohranjanje pluralnosti neke družbe in ki temelji na odgovornosti ter sposobnosti mišljenja in delovanja posameznikov, ki jo sestavljajo.

Ko postavim pojem politike in političnega v ta okvir razumevanja in ga vzamem resno, se mi kot psihoterapevtu odprejo mnoga vprašanja. Na primer: ali človeško psiho in težave, s katerimi se ljudje obračajo k meni po pomoč, lahko razumem in obravnavam neodvisno od širšega družbenega konteksta, v katerem bivamo in znotraj katerega se gibljemo tako jaz kot moji klienti? Je zgolj naključje, da so v zadnjem času vse bolj v porastu depresivne in anksiozne motnje? In če to ni zgolj naključje, kateri širši družbeni dejavniki in pojavi vplivajo na to? Menim, da je temeljna politična odgovornost mene kot psihoterapevta v tem, da si v okviru svoje stroke zastavljam takšna in podobna vprašanja ter si prizadevam za iskanje odgovorov nanje. Pa tudi, da svojega mnenja ne zadržim samo zase, temveč z njimi vstopam v družbeno življenje kot dejaven član civilne družbe. Da iščem načine, kako dovolj jasno in glasno opozarjati na tiste družbene stranpoti, katerih odsev lahko prepoznavam v skrbno varovani intimi zasebnih srečevanj s svojimi klienti. S tega zornega kota se mi vprašanje duševnega zdravja kaže kot politično vprašanje par excellence. Pri tem se pridružujem Paulu Goodmanu, ki se sprašuje, ali je sploh mogoče biti psihično zdrav v bolni družbi.

Kaj pravzaprav je psihično zdravje? Je to funkcionalna prilagojenost na okolje ne glede na posebnosti okolja? Ali pa je del psihičnega zdravja tudi zdravo nezadovoljstvo, ki ne pristaja na izpraznjenost in odtujenost kot ceno prilagoditve na (širše ali ožje) družbeno okolje, ki npr. spodbuja in nagrajuje predvsem poslušnost, pretvarjanje in nesamostojnost? In tudi sicer: ali sem jaz kot terapevt tisti, ki svojemu klientu postavlja merila, kaj zanj je in kaj ni zdravo, ali pa ga predvsem spodbujam, da to, v okvirih svoje neponovljive in enkratne eksistence, odkrije on sam?

Namen teh vrstic je v prvi vrsti postavljati vprašanja, saj želim z njimi, kot sem že uvodoma poudaril, bralca predvsem spodbuditi k razmisleku. Menim namreč, da so tista, ki sem jih doslej izpostavil, pomembna in za umestitev sebe kot psihoterapevta v družbo bistvena. Kako na načelni ravni in v praksi odgovarjam nanje, je po mojem mnenju ključno za to, ali sem, če si izposo

¹ Jalušič, V. (2009). *Zlo nemišljenja: arendtvske vaje v razumevanju posttotalitarne dobe in kolektivnih zločinov*. Ljubljana: Mirovni inštitut, Inštitut za sodobne družbene in politične študije.

dim besede enega od udeležencev na prej omenjeni okrogli mizi, Johna Heatha, del problema ali del rešitve. Upam, da je iz samega načina, na katerega sem zastavil svoja premišljevanja, jasno, kam se sam nagibam v svojih iskanjih odgovorov, ob tem da bolj argumentirane in razdelane odgovore šele iščem.

Menim, da smo psihoterapevti, če se v svojem delu omejujemo zgolj na »ozemlje« svojih pisarn in ordinacij, kot da nas »zunanje« življenje in politika kot njegov sestavni del ne zadevata, del problema. Iz takšnega zornega kota bomo namreč neizogibno prezrli širši kontekst ter s tem pomemben del ozadja in razumevanja težav, zaradi katerih se naši klienti zatekajo k nam po pomoč. Kot primer prizadevanja, da bi psihične težave razumeli in obravnavali v povezavi s širšim družbenim ozadjem, lahko omenim knjigo *Panic Attacks and Postmodernity: Gestalt therapy between clinical and social perspectives*². Avtorji v njej rastoči pojav paničnih napadov obravnavajo kot simptom vse bolj razdrobljene družbe, ki jo opredeljuje kompleksnost, rastoča negotovost in razkrajanje družbenih omrežij podpore. Panični napadi so torej v enaki meri odraz posameznikove stiske in odsev širšega družbenega konteksta. In pri tem niso izjema. Če na človekove psihične težave pogledamo iz zgodovinskega zornega kota, bomo verjetno opazili, da vsako obdobje zaznamuje tudi zanj bolj značilna psihopatologija. (Pred kratkim smo dobili slovenski prevod znamenite knjige Christopherja Lascha *The Culture of Narcissism*, ki narcisistično motnjo jasno povezuje z širšim družbenim kontekstom.)

Prav tako menim, da smo del problema, če zavzamemo držo tistega, ki ve, kaj je zdravo in kaj ne, ter v skladu s tem usmerjamo svoje kliente, namesto da bi jim pomagali, da to odkrijejo sami, saj s tem delujemo kot podaljšana roka bolj ali manj transparentne institucionalne represije nad posamezniki in njihovo avtonomijo.

Nazadnje menim, da smo del problema, če smo družbeno pasivni, neodzivni. Nikakor edini, a zelo pomemben vidik družbene angažiranosti je prav gotovo prizadevanje za enakopravno sodelovanje z drugimi interesnimi skupinami pri sprejemanju zakona, ki bi urejal našo dejavnost. Ali zmoremo posamezniki in združenja znotraj Slovenske krovne zveze za psihoterapijo povezati svoje moči in strokovne zmožnosti na način bolj dejavnega vstopanja v družbeni prostor, ki bi našemu skupnemu prizadevanju za uveljavitev takšnih strokovnih standardov, ki bi ohranjali avtonomijo posameznih modalitet in povečali kredibilnost našega poklica, dal večjo moč in prebojnost?

V tem prizadevanju seveda vstopamo na področje političnega v ožjem pomenu besede. In prav zato se mi za razjasnitev in ohranjanje trdnosti naših stališč zdi pomembno, da si ob tem zastavljamo tudi načelna vprašanja. Poleg že omenjenih, ki so povezani s prizadevanjem za zakon, tudi vprašanja, kot so: ali to počnemo predvsem zato, da si pridobimo neki status, ki poleg večje moči in prestiža prinaša tudi materialne ugodnosti? Ali pa poleg skrbi za naš materialni obstoj to počnemo zato, da zavarujemo svoj poklic pred šarlatanstvom in zlorabami ter da omogočimo dostopnost naših storitev tudi vsem tistim, ki si jih zaradi prenizkih prihodkov ne morejo privoščiti?

Še bi lahko nizal vprašanja. Na okrogli mizi na Rogli se je med drugim razvila zanimiva razprava o tem, ali ni naše mesto glede na naravo našega početja pravzaprav bolj na obrobju družbe. Vendar naj bo za zdaj dovolj. V tem trenutku se mi zdi pomembno predvsem to, da si ta vprašanja sploh zastavljamo ter premagamo odpor pred prepoznavanjem in priznavanjem političnih razsežnosti psihoterapije. Zato se na tem mestu zahvaljujem vsem udeležencem okrogle mize, ki so se prijazno odzvali vabilu in bili pripravljeni skupaj z mano glasno razmišljati in soočati svoja mnenja o tej temi: Johnu Heathu, Robertu Mastenu, Miranu Možini, Miji Mariji Klemen-

čič Rozman in Hermanu Verniku. Njihovi prispevki in odzivi občinstva so mi bili v spodbudo, da raziskujem še naprej in upam, da ne bo ostalo le pri tem. Vesel bom odzivov na svoje razmišljanje, podobno ali drugače mislečih. Ni me strah kresanja mnenj, skrbi pa me sprenevedavo tiščanje glave v pesek.
