Miha RUPARČIČ*

Nevroznanost potrjuje »čudež odnosa«

Poročilo s prvega mednarodnega znanstvenega psihoterapevtskega kongresa Slovenske krovne zveze za psihoterapijo Psihoterapija v luči nevroznanosti, junija 2007 na Rogli.

Prvič sem se udeležil kakšnega od strokovnih srečanj Slovenske krovne zveze za psihoterapijo na Rogli. Z nekaj zadržanosti sem prebiral nevroznanstveni program. Z naravoslovjem se namreč malce sramežljivo spogledujem, saj se bolje znajdem v kaosu vsakdanje prakse kot v znanstveni empirični urejenosti.

Pa me je fasciniralo, kaj vse so nevroznanstveniki odkrili: nevron, akson, dendrit, sinapse, mreže, nevrotransmiterji, ti prenosi, oni impulzi in še in še ... Ure in ure opazovanja pod dovršenimi mikroskopi in zadnja leta ogledovanje fascinantnih slik delovanja možganov s pomočjo funkcionalne magnetne resonance. Na predstavitvah smo bili deležni prave nove umetnosti, pogled na še bolj mikrosvet, tokrat na velikem platnu. Malo me je ves čas »zanašalo«, saj sem sam pod vplivom psihoanalitične paradigme in nisem mogel mimo tega, da mi je vel iz nevroznanosti poleg njene, na trenutke skoraj samozadostne logike, tudi občutek osamljenosti, občutek, kako je nevroznanstvenik osamljen, ko ure in ure gleda v mikroskope in razne računalniško obdelane slike, primerja, ureja najrazličnejše strukture in povezave. V svoji osami dokazuje, da nam je v odnosih lepše.

Nevroznanost me nagovarja predvsem v razumevanju našega, psihoterapevtskega dela. Da ne bomo venomer rekli le, da odnosi zdravijo, ampak da bomo lahko samozavestno povedali, da že vsaj malo vemo, kako zdravljenje poteka v nevrobiološkem smislu. Ne bo nam več treba prepričevati, da psihoterapija deluje, ampak se bomo lahko tako kot v drugih znanostih verodostojno sklicevali na raziskave, ki pričajo same zase. Psihoterapevtska znanost se je dovolj razjezila, da je dovolj poniževanja in stalnega spraševanja, ali je to, kar delamo, pravzaprav zmes rešiteljstva in čarovništva. Končno je prišla in še prihaja neovrgljiva resnica, da je psihoterapija resno delo v službi človeških stisk, ki se je ne da zanikati ali povzdigovati zgolj med posvečeno psihiatrično elito.

Se pa seveda ob evforiji novih spoznanj sprašujem o mejah nevroznanosti. Pomembno se mi zdi zavedanje, da je v službi potrjevanja in razumevanja našega, psihoterapevtskega dela. S tem mislim, da še vedno obstaja »čudež odnosa«, ki zdravi. Tisti čudež, ki ga je letošnji dobitnik zlatega priznanja SKZP, Leon Lojk, opisal nekako takole: »… naj ne pozabimo, da je glavno pri psihoterapiji toplina in ljubezen ...« Ljudje se vedno radi na kaj opremo, a verjamem, da je edina prava, dokončna opora le v odnosih, ki so sami po sebi presežni in skrivnostni. Vse ostalo, vključno z znanostjo, pa je naš sopotnik, svetilka, ko se poti stemnijo.

Na simpoziju sem se udeležil delavnic Bogdana Žorža *Psihoterapija in duhovnost*, Tomaža Erzarja in Mateja Torkarja *Neprepoznavni strah in dinamika stresa* ter delavnic Dr. Katarine Kompan Erzar *Nevropsihološka podlaga odnosov* in *Pomen afekta v relacijski družinski terapiji.*

Problematika prve delavnice, ki jo je vodil Bogdan Žorž, je bila v vlogi terapevta pri vprašanjih duhovnosti pri klientu. Delavnica je bila zasnovana kot odprt trg različnih mnenj brez prav in narobe. Sam sem jo razumel predvsem v postavljanju meje med religioznostjo in religiozno zasvojenostjo oziroma med religioznostjo in zlorabo religije za doseganje nesprejemljivih ciljev ali pristopov. Ne uporabljam pojma duhovnost, ker se je govorilo predvsem o religioznosti.

Izpostavljeno je bilo vprašanje, ali naj se terapevt pred klientom izreka o svoji verski pripadnosti ali ne. Nekateri so bili mnenja, da je iz naslova spoštovanja do klienta to potrebno in korektno. Večina pa je zavzela stališče, da se pri takšnem odgovarjanju rušijo meje terapevtskega procesa, saj to klienta pravzaprav ne zanima in s tem vprašanjem zgolj preverja kaj drugega (na

*MIHA RUPARČIČ, ŠTUDENT 2. LETNIKA FAKULTETNEGA ŠTUDIJA PSIHOTERAPIJE, TERAPEVT, ✉ RESLJEVA 44, LJUBLJANA; MRUPARCIC@GMAIL.COM

primer preverja, če je ob terapevtu varno ipd.). Temu mnenju se pridružujem.

Korist delavnice vidim predvsem v tem, da se je detabuiziralo to vprašanje, da se o tem govori in da je zanimanje terapevta tudi za vprašanja religioznosti in duhovnosti na mestu. Je pa treba, kot že omenjeno, posvetiti pozornost najrazličnejšim zlorabam, katerih storilci mnogokrat opravičujejo svoja dejanja z religiozno prakso.

Tomaž Erzar in Matej Torkar sta svojevrstno spregovorila o strahu in naučeni nemoči. In to ne o tistem strahu, ki ga doživljamo na površini, ampak o globinskem strahu, kot se je izrazil predavatelj: strahu, ki gre v kosti. Te delavnice se najmanj spominjam, kar potrjuje spoznanja o strahu, da ta preprečuje delovanje kognitivnih procesov. Sicer pa me pri strahu najbolj nagovarja razmejevanje med strahom, ki varuje, in strahom, ki hromi.

Delavnici dr. Katarine Kompan Erzar sta bili povezani v celoto. V prvi nam je bilo v prijaznem strokovnem jeziku predstavljeno delovanje možganov – »abeceda« nevroznanosti in v tem kontekstu, kakšni so travmatični odzivi na telesni ravni.

Zanimivo je bilo, da je bil velike del prve delavnice posvečen temi tepeža otrok. Sam sem še vedno zgrožen, da celo »psihoterapevtska« publika ni enotna ob tem vprašanju. Še zmeraj se vsaj do neke mere zagovarja ali opravičuje tepež z vzgojnimi potrebami otroka. Upam, da bo nevroznanost posegla tudi na to področje in dokazala, da je vsak udarec otroka zloraba. Zakaj? Ker vsak udarec nosi s seboj ponižanje in neželen poseg v telo druge osebe. Upam, da se bližajo časi, ko bodo debate o vzgojnem tepežu ali celo o »odgovornem tepežu brez jeze« zvodenele v moralni praznini. To področje je izvrstno in z vso globino in s spoštovanjem dostojanstva otrok opisala Alice Miller v svoji knjigi Upor telesa. Tudi sama ugotavlja, da mnogo psihoterapevtov ohranja idealizirano podobo lastnih staršev in jih ščitijo tako, da svojim klientom vsiljujejo najrazličnejše relaksacijske in druge tehnike, s katerimi želijo predrugačiti resnico. A telo pozna resnico in bo vedno hlepelo po njej, naj bo še tako boleča.

Delavnici sta bili v nadaljevanju zasnovani na podlagi primera para (videoposnetek). Na terapiji sta bila mož in žena zaradi moževe nezvestobe. V terapevtskem procesu je bilo središče vpogled v ranjeno navezanost para in brutalnost prevare, ki to otroško ranjenost z vso brutalnostjo prinese v sedanjost. Brutalnost prevare se lahko glede na svojo rušilno moč v odnosu primerja z fizičnim nasiljem.

Če vse skupaj povežem v celoto, sem od kongresa prejel nevroznanstveno potrditev za psihoterapevtsko delo in vero v dobre čase za psihoterapijo. Verjetno sicer ne bom postal nevroznanstvenik, a bom z vsem spoštovanjem uporabljal spoznanja nevroznanosti. Moja smer pa se mi vedno bolj utrjuje – senzibilnost za človeško stisko. Vedno znova in znova me prizadenejo krivični odnosi, predvsem med odraslimi osebami in otroci. Pa naj gre za brutalne zlorabe ali za besedičenje zelo urejene babice svojemu vnučku. Ena zadnjih je iz Tivolija. Babica in dedek peljeta v vozičku približno dve leti starega vnučka in mu govorita: »Poglej kužka, kako je priden, ti pa takole jokaš …« Komentar ni potreben.



Za svojo terapevtsko pot mi ostajajo besede Bogdana Žorža, ko pravi, da se terapije ne da naučiti. Terapevtsko delo so odnosi in še enkrat odnosi. Vse ostalo so le sopotniki. □

Slika: Prof. dr. Zvezdan Pirtošek je s svojim bogatim znanjem in komunikativnostjo znal razgibati debato na okrogli mizi.