

v zasedo in jih ropajo? Res bi bilo pametnejše priznati, da za človeško, zlasti abnormno vedenje zelo pogosto ni *nikakršnih* razlag ali pa so zelo ohlapne, in da nikomur ne koristi, če mirno prenašamo deloma nesmiselne spekulacije.

Sicer pa sem prepričana, da ravno za kriminalna dejanja ni tako značilno »preveč« (čustev, občutij, kompleksov), ampak prej »premalo« značajske sestave teh prestopnikov, in sicer premalo sočutja, občutka odgovornosti, samodiscipline in socialnega razumevanja. Res se lahko vprašamo, ali sta moč sovraštva ali uničevalni bes dejansko odločilna pri takih napadih, ali pa tisto odločilno merilo, ki navsezadnje pripelje do grozljivega dejanja, ni morda *ravnodušnost* do življenja.

Vsekakor pa človeškega ravnanja ni mogoče povsem razložiti in bo tako tudi ostalo, dokler se ne bodo naši možgani razvili še za bistveno stopnjo naprej. Vendar te razlage ne smejo ostati odprte samo »za nazaj«, ampak velja tudi obrnjeno: vsak »duševni vzrok« nima pričakovanih posledic. Obstajajo tudi obremenilne okoliščine, ki *ne* pripeljejo do abnormnih čezmernih reakcij. Če v stroki ne bi dajali toliko spornih »psiholoških razlag«, potem tudi laiki ne bi po sili pričakovali toliko spornih »psiholoških nasledkov« in bi se bilo mogoče izogniti marsikateremu trpljenju.

Pred kratkim me je neka ženska vprašala: »Že nekaj mesecev sem ločena, ampak zdaj se čisto dobro počutim. Povejte mi, zakaj sploh ne občutim ločitvenega šoka. O tem se toliko bere.« Neki moški, ki se je zelo vneto ukvarjal s svojim poklicem, me je zaskrbljeno vprašal, zakaj še praznovatv ni dobil menedžerske bolezni, ko pa je vendar vsak dan izpostavljen duševnemu stresu, zaradi česar bi moral zboleti. Obema je mogoče svetovati le eno: naj se kar dovolj dolgo opazujeta, pa bosta že še odkrila šok in bolezen ... Enako velja za »krizo srednjih let«, najnovejši umetni izdelek na psihotrgu, ki je že začel mešati misli sicer prav trdnih in zdravih ljudi srednjih let.

Kako nesrečen in predvsem neodgovoren je ta vpliv psihologije na naivne, zaupljive ljudi, ki jim ne bi nikdar in nikoli prišlo na misel, da morajo biti duševno bolni, če jim tega ne bi vbijali v glavo po občilih! V tem je pač največja krivda naše vede, da že od nekdaj na vso moč hiti, ko hoče duševno bolnim ljudem razčleniti in razložiti njihove bolezni do zadnje podrobnosti, pri tem pa zdravim lju-

dem povsem pozablja potrditi, da so zdravi. Tako imamo v naši družbi blaginje in presežnikov tudi najvišje število nenormalnih, prizadetih, spolno iztirjenih, depresivnih, k samomoru nagnjenih, zasvojenih, zločinskih in na vse mogoče načine motenih ljudi, ne da bi slutiti, kako rodovitna tla je za vse to pripravila dolgoletna človeška podoba, ki sta jo ustvarili psihologija in psihoterapija.

Če svetovno slavni profesor, kot je Hans Jürgen Eysenck z londonske univerze, zatrdi mednarodnemu tisku: »Obstajajo genetski vzroki, ki spodbujajo človeka, da kadil, pije ali ima razmerja z ženskami. Za genetsko teorijo je največ dokazov. Kadilec se tako rekoč rodiš,« potem ta trditev v glavnih potezah sicer lahko drži, ker dedne dispozicije čisto gotovo vplivajo na vedenje, hkrati pa je kar neodgovorno tveganje, če se takole širijo znanstvene domneve o takih povezavah. Preprost človek z ulice vendar ne more presojati, kako relativna je omenjena domneva, kakšna je »domnevnost« statističnih sorazmerij, ampak si to lahko razlaga samo na en način, in sicer tako, da nima nobenega smisla, če si kakor koli prizadevaš, da bi se odvadil kajenja, pitja ali spolne razuzdanosti. Če je za to rojen in če tako pravi celo »brihtni profesor«, zakaj bi se potem kakor koli silil, čeprav zdravnik svari pred rakom na pljučih, čeprav pijača napada jetra in čeprav skok čez plot kali domači mir? Saj vendar ne more drugače, krivi so njegovi geni, tako pravi profesor, torej le dajmo!

Znanstveniki v iskanju povezav že tisočletja žonglirajo s teorijami in hipotezami, to je očarljiva miselna igra, vendar njena dognanja ne prinašajo končno veljavnih resnic, ampak samo *približne vrednote*. Toda preprost človek iz ljudstva ne ve o tem ničesar, v tej igri ne sodeluje, zanj so približne vrednote dokončne resnice, v katere mora verjeti in po katerih prihaja do preprostih sklepov. Če kakšen profesor zatrdi, da se kajenja lahko odvadimo, če le poskušamo, potem bo to preprost človek tudi poskusil, čeprav bo po petih letih spet začel kaditi, vendar medtem v njegovo pljuča dragoceni pet let ne bo prišlo nič nikotina. Če pa profesor pod pretvezo znanstvenosti govori, da se kajenja kratko malo ni mogoče rešiti, potem bo človek iz ljudstva v prepričanju, da je že od rojstva zapisan nikotinu, kadil še naprej škatlo za škatlo.

Ko Bertolt Brecht svojemu »Galileiu« položi v usta te besede o znanostih: »Njihov cilj ni ta, da bi odprle vrata neskončne modro-

sti, ampak da bi postavile mejo neskončni zmoti,« lahko te besede uporabimo tudi za sodobno psihologijo, saj vse prerada razširja »neskončne modrosti«, namesto da bi premišljevala o lastnih zmotah.

V logoterapiji je nastalo nasprotno gibanje; hvaležno ga sprejemajo povsod tam, kjer se zdravniki in terapevti spet zavedajo, kako zelo odgovarjajo za osebe, ki so jim zaupane, in kako močno vplivajo tudi na vse ljudstvo. Že večkrat sem doživela, da se je pri čustveno motenih ljudeh v logoterapevsko usmerjenem pogovoru močno obudil občutek za lastno odgovornost, tako da so se mogli takoj spremeniti, kar se jim prej v dolgotrajnih analizah ni posrečilo. V njih so namreč vselej upirali oči v tisto, kar je bilo *nespremenljivo*, medtem ko jim je pogovor o iskanju smisla odprl pogled na življenjska področja, ki jih je pacient lahko obvladal *tukaj in zdaj* in so bila podložna njegovi volji. Kaj na primer pomaga nevroitiku, če pozna korenine svoje nevroze? Še nobenega nisem srečala, ki bi ozdravel že samo zaradi tega, saj se pa tudi domneva o »zdravljenju z razkritjem« v resnici ne da več ubraniti. Toda videla sem 16-letnega mladeniča, ki je bil vesel tabornik in dober dijak, dokler ni nekoga dne izvedel, da je kot majhen otrok našel svojega očeta obežnega na okenski križ. Od tistega hipa, ko so mu to povedali, je bil mrk, zamišljen, vase zazrt in je zmozel le malo, medtem ko prej, ko je bilo tisto strašno otroško doživetje pozabljeno in »zakopano«, ni kazal niti najmanjših motenj. Tragično je to, da mu je ta doživljaj čisto po nepotrebnem priključil v spomin njegov katehet, ki je mislil dobro in se je čutil prisiljenega, »da mora nekaj potlačenegega priključiti v zavest«. Poznam še veliko takih primerov in človek bi lahko prelivsol solze zaradi vseh »žrtv domneve o potlačitvi«, saj potem, ko jim kaj »priključijo v zavest«, živijo težje kakor dotlej.

Psihoterapija in odgovornost morata biti neločljivo povezani; tam, kjer psihoterapija povzroča bolezen, namesto da bi zdravila, in škoduje, namesto da bi pomagala, pa je treba odločno nastopiti proti njej: tam namreč že prestopa prag strpnosti, zapušča etiko našega poklicnega položaja in se čedalje bolj spreminja v igro, v kateri nevarno manipulira z ljudmi, ki zaupajo stroki.

V zaupanje stroki spada tudi slepilo, ki ga »strokovnjaki« sicer radi vidijo, vendar ni zato nič bolj zakonito: gre za slepilo, češ da je s psihoterapevtskimi sredstvi mogoče »znova vključiti« v človeško

družbo obstrance vseh vrst. Ko se oziram po obsežnem ozadju izkušeni s tako imenovano klientelo iz spodnjih plasti, sem danes pričana, da terapija s *pogovorom* lahko razkrije le omejen del motenjskih podob v naši družbi, in sicer ne glede na to, po kateri šoli se ta pogovor zgleduje. Drugi del bi se dal zdraviti z *delom*, in sicer z delom, ki ga dolgo časa ni mogoče pretrgati, torej, če hočete, s »terapevtskim prisilnim delom«. Kjer to ni uresničljivo, bo vnovična vključitev v družbo zmeraj spodletela, tako pri mestnih potepuhih kakor pri narkomanih, pri prestopnikih in delomrznih someščanih. To se morda sliši trdo, vendar je trda tudi resnica o teh problemskih krogih, in bilo bi neodgovorno in nepošteno, če ne bi priznali mej psihoterapevtskega pogovora. Psihoterapija še ni postavila jetniškega obzidja, ni ogradila ustanov za zdravljenje zasvojenec, nima še zaprtih oddelkov psihiatričnih bolnišnic, zakaj psihoterapija je in ostaja pogovor med osebami, ki pomagajo in ki so deležne pomoči; kjer pa ničesar več ne dajejo ali ničesar več ne sprejemajo, je pomoč na tak način nemogoča.

#### Primer št. 26:

*Kako zelo je psihoterapija pogovor in taka tudi najde svoj pravi smisel, naj nazorno pokaže naslednja predstavitev »dopisne logoterapije«; gre za mlajšega molkega, ki je iskal nasveta, vendar je stanoval daleč in je zato le redkokdaj mogel priti k meni na pogovor.*

*O njegovih življenjski zgodbi in njegovih problemih sploh ne bom veliko govorila, saj je iz njegovih pisem, za katera se mi zahvaljujem, da mi jih je dal na voljo za tole objavo, mogoče izvedeti vse, kar je vredno vedeti: po eni strani se bo pokazalo, da lahko razna izhodišča v današnji psihoterapiji zelo begajo in zbujujajo negotovost, po drugi strani pa bo postalo razumljivo, da mora psihoterapevt skrbno izbirati besede in iskati pozitivne poudarke, tako da spodbuja pacientovo samostojnost, namesto da bi ga nezdravo razburjal s tem, ko bi ga silil, naj se opazuje v ogledalu.*

#### 5. 6. 1979 Iz pisma gospoda X na moj naslov:

Kot sem vam 31. 5. povedal po telefonu, sem svojo tesnobno nevrozo lahko odpravil z nasprotno namero, po kateri sem segel kot samouk. Da ste mi za to čestitali, me je posebno razveselilo! ...

V psihoterapiji so smeri, ki lahko celo naredijo več škode, kakor pa prinesejo koristi. Pred desetimi leti sem se zaradi tesnobne nevroze odločil za psihoanalitično obravnavo. Končala se je tako, da je psihoanaliza tesnobno nevrozo le še okrepila. Za »obravnavo« sem moral plačati kup denarja. To me je izučilo, da nekatere terapevtske oblike za marsikaterega pacienta niso samo škodljive, ampak so povrh tega dostopne samo pacientom, ki jih lahko plačajo. Kdor je reven, lahko kar obupa nad svojo nevrozo. To je resnica.

Po pogovoru z vami vidim, da ste za načelo dosežka. Osebno menim, da otrokom v šoli pripisujejo preveč. Samo najbolj inteligentni obvladajo učno snov ... Meni sorodniki vse življenje dopovedujejo, kako pomembni so v življenju dosežki. Silili so me v poklice, ki sploh ne ustrezajo mojim resničnim talentom. Da so bili ti sorodniki zadovoljni, sem kor obseiden garal na področjih, ki so mi zoprna. Izid: živčni zlomi, srčni kolapsi, motnje srčnega utripa in nazadnje namestitev na oddelku za intenzivno nego ...

Nekaj mi še ni čisto jasno. Gre za vprašanje: je bivanjska praznота nevroza v kliničnem smislu? ... Veselilo bi me, če bi mi lahko odgovorili s kratkim pismom, prilagam denar za poštnino.

#### 11. 6. 1979 Iz mojega pisma gospodu X:

Lepo, da bi mi radi plačali poštnino, vendar prosim, da tega ne delate več – upam, da z nami, psihologi, še ni prišlo tako daleč, da bi zahtevali honorar že za nekaj vrstic.

Seveda bom rada odgovorila na vaša vprašanja in mi je tudi zelo žal, da imate že tako slabe izkušnje s psihoterapijo. Da ste svoji tesnobni nevrozi do neke mere »ušli« z lastno močjo, je resnično sijajen dosežek. V tem pomenu sem tudi uporabila izraz »dosežek«, torej kot to, da »prerastete sami sebes, kor dejanje ali tudi kot notranje stališče, na katero ste lahko ponosni. Saj je vendar razlika, če je človek izpostavljen pritisku od zunaj oziroma če od njega »preveč zahtevajo« ali pa če se z lastno »kljubovalnostjo duha« upre lastnim slabostim ...

Pravite, da ste svojim sorodnikom na ljubo opravljali osvojevalne dejavnosti; no, mogoče je bila ta faza v vašem življenju potrebna, da ste ugotovili, kaj bi zares radi delali, mogoče je v vas šele po tem trpljenju dozorelo spoznanje, v čem bi bila vaša prava izpolni-

tev. Pri iskanju lastne poti tako zelo malo pomaga, če hočemo prevalidati krivdo na druge ...

Bivanjska praznота ni nevroza, ampak gojišče, na katerem se nevroza lahko razvije. Vendar bi vam svetovala, da se ne bi preveč »ozirali« po bivanjski praznoti in nevrozah, ampak bi si prav dejavno prizadevali življenje oblikovati na novo po svojih možnostih in željah. Mogoče bi vam pomagal načrt majhnih korakov, da bi torej zbrali vsa tista dejanja, s katerimi bi se lahko približali ciljem, ki ste si jih sami postavili. Ne odločajte se za preveč stvari hkrati in veselite se vsakega majhnega uspeha! Pridobite si spet zaupanje v življenje, vse drugo pride samo od sebe.

#### 20. 6. 1979 Iz pisma gospoda X:

Zahvaljujem se vam, ker mi priznavate »dosežek«. Ta je bil v tem, da sem zbral dovolj moči in sem se rešil hude, sedemnajst let dolge tesnobne nevroze, med katero sem moral toliko mozgati, da sem bil nesposoben za delo. Veliko sem prebral o psihologiji, psihiatriji in filozofiji – že od svojega petnajstega leta. Potem sem začel pošiljati vprašanja avtorjem in univerzam, bilo je približno tristo pismen. Iskal sem resnico, smisel in vrednote. Z odgovori znanstvenikov nisem bil zadovoljen, v trditvah profesorjev so bile razlike. Potem me je prisilno mozganje povsem prevzelo, razvili so se konflikti ... Pred dvema letoma sem odkril logoterapijo in to me je rešilo. Vsekakor pa je neki psihiater, ki sem ga vprašal za nasvet, ker sem med okrevanjem po miokarditisu pogosto kolabiral, menil, da je moje stanje posledica zdravljenja z nasprotno namero. Nasprotna namera kot povzročiteljica bolezni? Nisem mogel verjeti. Interntist je mislil drugače, moje težave (mrzle, potne roke in noge, zastoj krvi v glavi) je imel za poznejši učinek miokarditisa. Sam sem prebolel v otroških in mladostniških letih zelo veliko bolezni ...

Kar zadeva psihiatrijo, menim, da se psihiatru zdi potreben terapije vsak posameznik, ki zavzame stališče proti psihiatriji. Ravno tako lahko vsakršno človekovo ravnanje diagnosticira kot abnormno ali bolezensko. Neki docent za psihiatrijo mi je s prstom sunil proti očem. Ko sem se zdrznil, je rekel: »Vi ste pa nevrotični!« Ta pripetljaj je resničen, lahko bi vam povedal še več primerov. Ampak s tem bi rad rekel: nič čudnega, da človeka privlači logoterapija!