

komunikacije, še posebno v učno-vzgojnem procesu. Tega se je mogoče naučiti iz Brajševe knjige Pedagoška komunikologija. In ne samo tega. Knjiga učinkuje tudi samo-terapevtsko in vaša komunikacija z drugimi ljudmi se bo zagotovo izboljšala.

Andrej Lukšič

Tanja Lamovec

KO REŠITEV POSTANE PROBLEM IN ZDRAVILO POSTANE STRUP

Lumi, d. o. o., Ljubljana
360 str., cena: 2.940,00 SIT

Knjiga založbe Lumi in avtorice Tanje Lamovec je zelo zanimivo branje iz kar nekaj zornih kotov. Najprej je to knjiga o duševnem življenju človeka, je pa tudi knjiga o tem, zakaj in kdaj postane duševno življenje za človeka problem in kako ga lahko pomoč, ki mu jo družba nudi, dokončno zlomi.

Avtorica opisuje različne modele pristopa k duševni bolezni, tako tiste, ki spadajo pod okrilje uradne doktrine, kot t. i. alternativne programe. Najpomembnejše sporočilo knjige pa je nedvomno njen antipsihiatrični diskurz, ki pa nikakor ni omejen le na ozke kroge uradne psihiatrije in duševnih bolnišnic, ampak je umeščen v celotno družbeno dogajanje in izhaja iz potreb, ki jih ima družba, da sploh lahko funkcionira.

Ljudje imamo kot posamezniki izrazito težnjo po tem, da bi bili "v redu". To, ali smo ali nismo, nam lahko kdo pove, ni pa nujno, da mu verjamemo. Svojo primernost lahko vidimo tudi preko povratnih informacij, ki nam jih dajejo drugi ljudje, letih pa pogosto sploh ne zaznavamo, sploh če nam niso všeč.



Torej moramo najti koga, ki ni "v redu", saj če on ni, potem smo mi. Da pa ne bi bilo dvomov, ki lahko porušijo to hišico iz kart, mu moramo obesiti takšno opredelitev, da se je ne bo mogoče rešiti do konca življenja. Duševna bolezen to nedvomno je. Ljudje, označeni s to diagnozo, imajo glede na diskurz Tanje Lamovec prav toliko možnosti, da kadarkoli še živijo preprosto življenje navadnih ljudi, kot tista srednjeveška ženska, ki so jo proglasili za čarovnico. Pomembna razlika, ki pa ni nujno v korist psihiatričnemu bolniku, je ta, da človek z oznako čarovništva pravzaprav ni imel nobene možnosti nadaljnega življenja, ker ga je bilo treba sežgati na grmadi in si tako rešiti dušo, ki jo je zapeljal hudič. Psihiatričnim bolnikom pa samega življenja sicer nihče ne brani, vendar jih oropa vsakega vpliva nanj.

Duševni bolniki naj bi bili nevarni, lahko celo zelo nevarni. Vsi, ki se strokovno ne gibljemo v krogih, ki se ukvarjajo z duševnim zdravjem in ljudmi, ki naj bi bili bolni, prav dobro poznamo ta kliše. Tisti moški, ki te lahko posili ali pa do smrti muči tvojega otroka, nedvomno ni normalen in je duševno bolan, saj ne spoštuje določenih norm družbe, ki pravijo, da se posiljevati in ubija-

ti ne sme. Prav to nespoštovanje in nesprejemanje norm pa hitro naredi tudi iz sosedove Francke, ki je že celo življenje malo nenavadna, osebo, ki je lahko drugim potencialno nevarna in je tako zanjo in druge boljše, da preživi življenje v bolnišnici za duševno bolne, kjer bodo primerno poskrbeli zanjo.

Tanja Lamovec govori prav o tej funkciji psihiatrije. Psihiatriji kot aparatu socialnega nadzora določenih ljudi nad drugimi. Če je psihiatrija najprej v funkciji nadzora in je bivanje v njenih ustanovah največkrat prisilno, potem je zelo težko v njej videti pomoč ali pa celo znanost.

Avtorica v knjigi tudi razmeji in razloži pojem duševne bolezni. Pravi, da bolezen pomeni spremembo v telesu, ki otežuje njegovo delovanje, in jo določimo z uporabo medicinske tehnike. Pri diagnozi duševne bolezni pa, če smo pošteni, naletimo na problem. Ni jasno vidnih, preverljivih znakov, sploh pa ne organskih sprememb, ki bi jih lahko povezali z načinom obnašanja, zaznavanja, mišljenja domnevno bolnih ljudi. Tako da je konec koncev diagnoza postavljena glede na zunanje, vidne znake posameznika, vzrok pa naj bi bili notranji in s tem nespremenljivi. Tako je oseba brez kakšnega jasnega dokaza postavljena v položaj neozdravljivo bolnega in potencialno nevarnega.

Z branjem knjige nekako dobiš vtis, ki je ne le neprijeten, ampak celo izrazito zoprn, in sicer, da se to lahko zgodi tudi tebi. To pa spet pripelje do analogije s preganjanjem čarovnic, saj je bilo včasih za gorenje na grmadi dovolj, da si se zamerila sosedu, da oznako duševne bolezni pa je pogosto dovolj, da kloniš pod pritiski vsakdana ali pa da si drugačen od svojega okolja in s tem nezaželen.

Avtorica v nadaljevanju piše o tem, kako naj bi bile psihoze

videti, kaj je to, kar je za nas psihoza, za misticizem, do kakšnih sprememb pride v psihotični krizi, kako si lahko oseba, ki je v krizi, sama pomaga in kako ji lahko pomagajo drugi. Ta del nudi tako laiku kot človeku, ki o tem že nekaj ve, zelo koristen vpogled v to, kaj se s človekom v akutni krizi dogaja, in tako prežene del mita in strahu, spletenega okoli spremenjenih stanj zavesti.

Knjiga "Ko rešitev postane problem in zdravilo postane strup" se duševnega zdravlja loteva iz veliko zornih kotov. Zelo natančno je predstavljen fenomenološki pristop, ki se vedno bolj uveljavlja in pomeni spremembo položaja psihotične osebe tako do drugih kot do sebe, saj je po njem vsaka oseba in s tem tudi duševni bolnik subjekt in tako aktiven soustvarjalec svojega mesta v družbi.

Predstavljene so tudi druge metode dela s psihotičnimi bolniki, tako tiste uradne pod okriljem medicine kot alternativne. Te zadnje se tako v svetu kot pri nas vedno bolj razvijajo in postajajo resna grožnja psihotičnemu modelu, saj so prijaznejše do uporabnikov in njihovih svojcev, omogočajo nadaljnje vključevanje psihotične osebe v družbo, zmanjšujejo stigmatizacijo in so tudi veliko cenejše. Razvoj alternativnih organizacij daje, kljub občasnim nihanjem v njihovi glasnosti in funkcionalnosti občutek optimizma in tako knjiga ne pušča vtisa brezizhodnosti.

Tema duševne bolezni je pri nas omejena na razmeroma ozke kroge ljudi, ki so ali strokovno ali pa osebno vezani nanjo. Za širšo družbo, ki ustvarja javno mnenje in s tem stigmatizacijo, pa je to črna polje, o katerem se ve približno toliko, kot pokaže o duševni bolezni npr. film *Single white female* ali pa *Silence of the lambs*. Takšen prikaz pa razumevanju sosedove Francke, ki je že celo življenje malo čudna, lahko predvsem škodi. Ne morem sicer reči, da je knjiga Tanje Lamovec primerno

branje za povprečnega Slovenca, ki bi se na ta način zvečer pred spanjem še malo izobraževal o duševnem zdravju in bolezni, je pa nedvomno knjiga, ki jo lahko razume vsak, ki ga duševne bolezni zanimajo.

Knjiga je pisana v zelo močnem antipsihiatričnem duhu. Nedvomno je tudi znanstvena in sad obsežnega znanja s področja duševnega zdravlja. Njena posebnost v primerjavi s siceršnjim načinom pisanja v tovrstni literaturi pa je čustveni naboj, ki tematiko spremlja preko cele knjige in ji na trenutke odvzema znanstvenost. V zameno pa daje bolj človeški in osebni pogled, ki nam temo približa in nam nikakor na dovoli, da bi ostali neprizadeti.

Darja Vesel

Louise L. Hay

ŽIVLJENJE JE TVOJE

Iskanja, 1994

205 str., cena: 1.984,50 SIT

Po zaslugi zasebne založbe Iskanja smo končno tudi v slovensčini dobili prevod enega temeljnih del Američanke Louise L. Hay, ene izmed vodilnih osebnosti nove dobe, ki ogromno svojega dela posveča obolelim za rakom in aidsom.

Pogojno ali v narekovajih lahko rečemo, da gre za nekakšen učbenik. Knjiga (v izvorniku *You Can Heal Your Life*, prevajalec se je pri prevodu naslova torej malo oddaljil – v knjigi gre namreč dobesedno za to, kar pove angleški naslov) je razdeljena na štiri poglavja, in kot pravi avtorica, v njej vodi bralca natanko tako, kot če bi prišel osebno k njej po navsvet oz. pomoč.

Izhodiščne točke njene filozofije lahko povzamemo v nekaj stavkih:

- vsakdo je stoddstotno odgovoren za vse (dobro in slabo oz. najboljše in najslabše) v svojem življenju;
- vse je posledica misli, zato lahko vse spremenimo;
- moč je vedno v sedanjem trenutku.

Avtoričin namen je pomagati vsakomur, da zaživi polno in svobodno, da svojo življenje obrne v pozitivno smer. Za tovrstne spremembe pa je najpomembnejše, da sebe sprejemamo takšne kot smo, da se imamo radi takšne, kakršni smo v tem trenutku, in ne takšnih, kakršni želimo ali "nameravamo" biti. Spremenimo lahko samo tisto, kar poznamo, to pa pomeni, da se moramo najprej soočiti sami s sabo, sprejeti vse svoje predsodke, strahove, zame-re, omejitve (ki so samo v naših mislih), skratka vse svoje slabosti. Sprejeti se pomeni vzljubiti se brezpogojno; vsakdo je namreč v vsakem trenutku najboljši, kot more biti, zato je vsako kreganje in obsojanje (tudi samega sebe!) nesmiselno in napačno. S tem, ko se sprejmemo, sprejmemo tudi vso svojo preteklost, kajti naše sedanje stanje je posledica našega preteklega načina življenja, našega preteklega odnosa do sebe in do življenja. Zdaj, ko smo spoznali, kakšni smo, in smo se odločili, da se imamo radi vsem svojim slabostim navkljub, lahko mirno in povsem varno pogledamo, kakšne miselne vzorce smo vse do sedaj gojili v sebi. Korenine teh miselnih vzorcev segajo v naše otroštvo, in če so nam kot otrokom neprestano razlagali, da smo slabi, da smo neumni in leni, porredni, nesposobni ipd., potem se je v nas razraslo prepričanje, da smo slabi... Vendar Hayeva opozarja, da za vse to ne smemo obtoževati svojih staršev, sorodnikov, učiteljev v šoli in vseh, ki so kakorkoli negativno vplivali na naš osebnostni razvoj, kajti vsi smo žrtve žrtev, dokler se tega ne zavemo in ne prevzamemo odgo-