
David KOS, Matjaž LUNAČEK

Intervju z Matjažem Lunačkom: Največje zlo v naši družbi sta nekrivdnost in brezsramnost

Interview with Matjaž Lunaček: The biggest evils in our society are a lack of guilt and an absence of shame

Intervju je bil objavljen na spletni strani Siolovih novic. 2. 1. 2015
http://www.siol.net/novice/rubrikon/siolov_intervju/2014/12/matjaz_lunacek.aspx

Psihiater in psihoanalitik dr. Matjaž Lunaček je eden vodilnih psihoanalitikov pri nas. Izobraževal se je v okviru italijanskega psihoanalitičnega združenja v Italiji. Ukvarja se z aplikacijo psihoanalize na literaturo in pedagogiko. Dolgo časa je posvetil razvoju koncepta vrtca, vodenega po psihoanalitičnih načelih. Leta 2011 je izdal psihoanalitično tezo o Krstu pri Savici z naslovom *Za drugačno usodo*, lani pa še knjigo *Telovadci nad prepadom*. V njej se prepletajo kritični razmisleki o Slovencih, identitetni, socialni, kulturni in politični vidik.

V: Kakšna je psihoanalitična slika Slovenije?

O: V psihoanalizi poznamo več smeri. Sigmund Freud se je pretežno ukvarjal z nevrotiki, poznejši psihoanalitiki, predvsem Melanie Klein, pa z zelo zgodnjimi mehanizmi otrokovega delovanja skozi njihovo igro. V današnjih družbenih razmerah tako Freudov pristop ni več prvenstven. Kleinova je raziskovala zelo elementarna čustvovanja, kot sta pohlep in zavist, ki so že skoraj na ravni primarnih afektov, torej popolno nereflektiranih in nerazmislenih afektov. Takšni zgodnji mehanizmi so za kohezijo družbenega tkiva zelo negativni, saj so preveč usmerjeni v to, kaj posameznik hoče. Posameznika danes zanima predvsem osebna korist.

To si lahko predstavljamo z vedenjem majhnega otroka, ki ga zanima le, da bo sit. Če se to ne zgodi nemudoma, sprva postaja jokav in jezen, njegov končni učinek pa je bes. Ko se torej pred neposredno zadovoljitev potreb postavi določena ovira, se sprožijo sovražni občutki. To absolutno velja za zelo veliko individuumov v Sloveniji, ki se bodisi politično udeležujejo ali imajo prevelike ambicije. Gre točno za to. Ko se jim na pot postavi kakršnakoli ovira, o kateri bi se morali začeti dogovarjati ali svoje interese za določen čas odložiti, takrat se sproži delovanje prej omenjenih mehanizmov.

V: Zakaj je to tako?

O: To najboljše pojasni Cristhoper Lasch, ki je že pred 40 leti v ZDA prvi natančno določil, kaj je narcistična kultura. Ugotovil je, da se zaradi spremenjenih pogojev vzgoje in družinskega življenja ti mehanizmi pomikajo proti narcističnim tvorbam oziroma samointeresu. Ljudje imajo v sebi zelo malo duševnega prostora, s katerim bi pri sebi lahko nekaj nevtralizirali. Če

tega notranjega prostora človek nima, ob jezi nekoga takoj udari nazaj. Če pa ta prostor človek premore, pa bo ob očitku najprej dobro premislil, ali je v tem kaj resničnega in bo resničen del očitka poskušal spraviti v komunikacijo. Za vsako majhno stvar ne sme torej biti takoj prizadet.

V: Gre torej za narcisoidnost?

O: Narcisoidnost je skupek več zgodnjih mehanizmov, ki jih poskušajo starši z vzgojo omiliti. Razvije se lahko v psihično motnjo, ki ima lahko za posledice tudi psihosomatske bolezni. Zdravi se s psihoterapijo. A zaradi neurejenih družbenih razmer, kot vladajo v Sloveniji, narcis sam ne bo prišel na terapijo, saj mu je obstoječe okolje pisano na kožo. Sam pomoč poišče šele tedaj, ko se mu v poslovnem življenju nekaj močno zalomi ali pa mu začne šepati v družinskem krogu. Narcis je povezan tudi s fantazijo o tem, da mora živeti večno, umrljivosti torej ne sprejema. To je tudi zanj najbolj značilno, saj živi z idejo o vsemogočnosti.

V: Se ti vzorci obnašanja v slovenski družbi poglobljajo?

O: Absolutno. Avtoritete, kot so učitelji, ki so nekoč nekaj pomenile, so danes v popolni defenzivi pred starši. Teh ne zanima, kaj bo dosegla skupina v razredu, temveč zgolj to, kaj bo znotraj razreda dosegel njihov otrok. Ali bo znal odriniti sošolce, da bo sam na prvem mestu. To se je jasno pokazalo v projektu psihoanalitičnega vrtca, ki sem ga sam dolgo časa vodil. Starši so potrebovali več kot dve leti, da so spoznali, da je pomembnejše, kako se bodo njihovi otroci čustveno zblížali s preostalimi v skupini in razvili čustvovanje, kot pa to, kaj posameznik doseže na spoznavni ravni. Otrok, ki je čustveno usklajen, se tudi veliko hitreje uči. Obratno pa žal ne drži. Otrokov racionalni del mu sicer lahko pri določenih vidikih pomaga, predvsem pri tehničnih stvareh, ne pa v odnosih z ljudmi. Ker čedalje več staršev teži k takšnemu načinu vzgoje, se bojim, da se nam glede tega obetajo še slabši časi.

V: Gre za psihopatsko zgodbo?

O: Starši do svojih otrok igrajo dvojno vlogo oziroma vzgojo. Po eni strani jim posvečajo preveč pozornosti in jih razvajajo, kar običajno delajo iz lastnih interesov. Pogosto slišimo majhnega otroka, ki je komaj spregovoril: »Mi imamo pa avtodom« ali pa »Mi gremo pa na Kanarske otoke«. Hkrati pa želijo starši že razvajenega otroka disciplinirati, zato ga začnejo frustrirati z grožnjami o zapuščanju.

Takšen otrok je po eni strani preinvestiran, na drugi strani pa čustveno zapuščen. Na cesti lahko vidimo jokajočega otroka, ki potrebuje tolažbo, a ga starši prepustijo samemu sebi. Mama mu reče: »Zdaj pa nehaj jokati, drugače bom odšla.« Ko se mama v naslednji fazi pozanima, zakaj otrok joče, ji otrok zabrusi »zlobna si«.

Avtoritativna vzgoja v preteklosti je v bistvu naredila manj škode otroku, saj so ti natančno vedeli, kakšne sankcije bode sledile. Današnji otrok pa nikdar ne ve, pri čem je. Vse je odvisno od razpoloženja starša in od njegovih potreb, ali se bo s svojim otrokom ukvarjal ali ga bo zanemaril.

V: Glede na vse hitrejši tempo današnjega življenja in probleme, ki jih starši nosijo iz službe domov, je pogosto težko najti energijo za pravilno vzgojo.

O: Za vzgojo otroka moramo imeti na voljo svobodne valence in otroka moramo znati poslušati. Narobe je, da otroka v naglici takoj po vrtcu ali šoli odpeljemo na interesne dejavnosti, ne da bi z njim spregovorili. Podobno se dogaja zjutraj, ko tako starši kot otroci spijo do zadnjega trenutka, nato pa začnejo otroka priganjati v šolo. Če damo otroku zjutraj dovolj časa, lahko skupaj dosežemo neverjetna doživetja.

V: Kateremu tipu pacienta torej ta trenutek ustreza slovenska družba?

O: Zagotovo narcističnemu tipu osebnosti, saj družbeno okolje to omogoča, celo zahteva. V njem želimo čim bolj poskrbeti zase in pri tem odrivati druge. Zaradi vse večjih delovnih obremenitev lahko delno govorimo tudi o obsesivnosti.

Ljudje, ki jih bolj zanimajo medčloveški odnosi, so v današnjem svetu neprestano frustrirani. Frustrirani so tudi tisti, ki imajo vsega v izobilju. Pri prej omenjeni vzgoji namreč ljudje ne razvijejo etičnih in moralnih norm. Največje zlo v naši družbi sta nekrivdnost in brezsramnost.

Ljudje danes z mirno vestjo zanikajo nekaj, kar so res storili. Pri tem nimajo nikakršnih problemov z občutkom krivde. Ta občutek je drastično upadel. Tako danes na sodišču nihče ne sprejme krivde in do konca trdi, da ni kriv. To je bilo nekoč absolutno zavrženo dejanje.

Druga takšna vrednota, tudi ta izhaja iz zgodnjega otrokovega razvoja, pa je oblikovanje pozitivnega sramu. Brezsramnost je močno poudarjena v naši družbi, ko se nekomu mirno zlažemo v obraz.

V: Kakšno terapijo bi potrebovala slovenska družba?

O: Vsa generacija je že odrasla v sistemu, ki je drsel v današnjo situacijo. Absolutno bi bilo treba spremeniti nacionalni vzgojni program. Seveda bi morali ključnim poklicem vrniti pozitivno avtoriteto in njihovo veljavo. To so poklici posebnega pomena, ki delajo z ljudmi in imajo zaradi svojega položaja poseben vpliv nanje. Tu mislim na učitelje, zdravnike, politike in tudi duhovnike, ki so do danes izgubili vso svojo verodostojnost. Tega se ne da spremeniti na hitro.

V: Bi lahko govorili o blodnjah politikov? Zdi se, da imajo v glavah povsem nerealno sliko stanja v državi. Menite, da bi nekateri potrebovali psihoanalitično obravnavo?

O: Absolutno, to sem pred časom dejal že za duhovščino. Tudi politiki bi morali na psihoanalizo, da bi se začeli približno zavedati, kaj počno. Prav stik z realnostjo je pri narcistični populaciji v resnici okrnjen. Če kdaj v življenju odpovedo, jim lahko grozi celo psihotično stanje. Bolj kot druge poklice posebnega pomena politike toliko bolj oblikuje kombinacija ambicioznosti in naglega političnega vzpona. Takšna situacija ni stabilna, je pa za narcistične osebe fantastična sila za njihovo delovanje.

V: Zdi se, da slovenski politiki potrošijo preveč energije za to, da ne bi ničesar spremenili.

O: Najbrž si sprememb ne želijo tisti, ki imajo v takšnem neredu velike koristi.

V: Pogosto poslušamo o krizi vrednot. Se v Sloveniji resnično srečujemo z največjo krizo in razkrojem vrednot?

O: Če pogledamo nekaj generacij nazaj, so bile pozitivne vrednote bolj trdne. Ljudi je obvladovala tako imenovana protestantska etika, ki je bila veliko bolj povezana z osebno odgovornostjo, pa tudi na verske kontekste. Ta po eni strani zahteva avtonomni subjekt, po drugi strani pa so bile določene vrednote vezane na pretirano upoštevanje avtoritet, ki si tega niso zaslužile. Čas protestantske etike je mimo, ni pa se oblikovala nova etika.

V: Kriza vrednot se vse bolj odraža tudi na delovnih mestih, zaposleni pa se ob stalni razpoložljivosti delodajalcu soočajo s stresnimi situacijami, ki vodijo v frustracije in travme.

O: Če pogledamo v zgodovino, ugotovimo, da so delavske pravice z velikimi napori in ogromno žrtvami postajale čedalje večje. Dokler ni prišlo do neoliberalizma, kjer z delavci lahko znova počnejo, kar se jim zahoče. Ob armadi brezposelnih oseb nimajo več nobenih moralnih obve-

znosti do zaposlenih.

Ocenjujem, da gre za regresivni proces in spodkopavanje družbe oziroma države, kjer želijo delodajalci vzpostaviti svoj red. Države s tradicijami se temu lahko postavijo po robu, medtem ko Slovenija vse to dopušča. Kljub uzakonjenim standardom na tem področju so se vedno našle luknje, kako zakonodajo zaobiti in izigrati.

V: Kakšno je pravo razmerje med službenim in zasebnim življenjem? Kaj s psihičnega vidika pomeni 24-urna dosegljivost delodajalcu? Gre za tek na dolge proge?

O: Gre za popoln absurd. Ljudje ne živimo zato, da delamo, temveč delamo zato, da zaslužimo in živimo. So pa seveda nekatere izjeme, ki trdijo, da živijo za delo. A ti običajno ne doživljajo hujših stresov, saj jim delo postane hobi in so pri svojem delu avtonomni. Povsem drugače je pri delavcih, ki delajo za svoje preživetje. To je zanj skrajno obremenjujoče in neprimerno.

Zgodovina dela je šla v smeri omejitve dela v nek okvir, kar ji je odlično uspevalo. Včasih je moral biti le majhen del zaposlenih v stalni pripravljenosti in zaradi tega tudi ustrezno plačan, saj so vse analize govorile o skrajni stresnosti takšnih situacij. S tem si je delavec v prostem času lahko tudi kaj več privoščil. Danes pa večina delavcev dodatka za stalno dosegljivost ne dobi in si iz tega naslova boljše kakovosti življenja ne more ustvariti.

V: Kakšna so prva znamenja izgorelosti na delovnem mestu? Katere zdravstvene težave se pojavljajo najpogosteje?

O: Zelo zanimivo je naglo naraščanje deleža ljudi, ki jih muči nespečnost. Ta po zadnjih statistikah zajema že 40 odstotkov ljudi. Znano pa je, da se pri neprespanem človeku pojavlja kup psihosomatskih problemov. Stresne situacije močno oslabijo imunski sistem, njegova šibkost pa povzroča vrsto bolezni, tudi raka. Tako ni čudno, da so ne glede na obliko raka pri njegovi diagnozi običajno zapisane težave na imunskem področju in stres. Gre torej za življenjsko ogrožajoče obremenitve.

V: Kako reagirati v takšnem primeru?

O: Bolniku, ki ga želimo rešiti z zdravili in ga v čim krajšem času vrniti v delovno okolje, bomo naredili veliko škode. V takšnih primerih bi bilo treba priti do večjega zavedanja tako na zdravstvenem področju kot pri ljudeh samih, da so nase pripravljeni sprejeti več tveganja in delodajalcu reči ne. Čeprav danes številni tožijo, kako slabo živijo, si nihče ne upa tvegati spora z delodajalcem. Nekoč so delavci za svoje pravice tvegali svoja življenja, danes pa računajo na drugega. In znova smo pri problemu individualizma.

V: Je pogovor pri psihiatru v Sloveniji še vedno tabu tema?

O: Žal še vedno. Je pa v času velikih osebnih stisk povpraševanje po psihiatru znatno povečano. Bojim se, da se danes veliko psihoterapevtov ukvarja le s tem, da ljudi adaptirajo na slabe razmere. To je lažje in hitreje, a manj učinkovito.