

Robert Oravec¹

Kot pri vseh drugih zadevah gre tudi pri zakonu o psihoterapiji le za politiko, človeški egoizem in denar²

As with all other issues, the law on psychotherapy is all about politics, human egoism and money



Doc. dr. Robert Oravec, psihiater in psihoterapevt

Zadnje dni se stopnjuje lobiranje vpletenih v oblikovanje zakona o psihoterapiji. V dnevnih časopisih in na televizijskem ekranu se krešejo mnenja psihoterapevtov, kliničnih psihologov, predstave pripadnikov ene ali druge opcije. Tako imenovana medicinska opcija, ki to po mojem sploh ni, se trudi, da bi razvrednotila psihoterapevtsko izobrazbo, pridobljeno na zasebnih fakultetah. Takšen odnos do drugačnosti sam po sebi veliko pove o motivih teh posameznikov, pa tudi, zakaj se tako vehementno postavljajo pod prapor te ideologije.

¹ Doc. dr. Robert Oravec, dr. med., psihiater in psihoterapevt, robert.oravec@siol.net

² Članek je bil objavljen na spletni strani Metropolitana 11. 9. 2023, <https://www.metropolitana.si/odnosi/psihologija/dr-robert-oravec-psihoterapija-ni-vesoljska-znanost-je-ljubec-cloveski-odnos/>

Psihoterapija pred letom 2000

Sam sem po osnovnem poklicu psihiater, sicer pa imam doktorat iz psihologije. Naziv specialista psihoterapije sem pridobil na Madžarskem. Od leta 2007 predavam na treh zasebnih fakultetah, zadnjih deset let v statusu docenta. Glede na mojo izobrazbo in nazive bi lahko sodili, da sem nekje vmes, med medicinskim in nemedicinskim modelom psihoterapije. Ker pa že skoraj trideset let aktivno delujem na tem nadvse kompleksnem kliničnem področju, premorem svoj vpogled in videnje razvoja psihoterapije v Sloveniji.

Izobraževanje iz psihoterapije so v slovenski prostor pripeljali klinični psiholog Leopold Bregant ter psihiatra Lev Milčinski in Miloš Kobal, vsi so že pokojni. Takrat je šlo za dvosemestrski študij psihoterapije, ki je postal obvezen del specializacije za psihiatre in klinične psihologe. Težko bi trdili, da je ta študij kogarkoli usposobil za psihoterapevtsko delo.

Psihoterapija se je »formacijsko« izvajala le na centru za mentalno zdravje v Ljubljani, nekaj malega pa v Zdravstvenem domu Maribor. V perifernih bolnišnicah nas je le nekaj entuziastov »fušalo«, sicer pa je bilo bolj malo možnosti za to, da bi se kdo lahko udeležil zares kvalitetnemu zdravilnemu pogovoru.

Po spremembi družbenega sistema so se na Slovenskem pričela odvijati izobraževanja iz skupinske analize, systemske psihoterapije idr. pod vodstvom tujih terapevtskih šol, vendar so ti tečaji bolj malo vplivali dostopnost do psihoterapevtskih storitev. Nekateri psihoterapevtsko izobraženi klinični psihologi so se takrat odločili za zasebnost s koncesijo. Ker so bili klinično psihološki pregledi zelo visoko vrednoteni s strani zavarovalnice, se je le redko kdo odločil za psihoterapevtsko delo. V psihiatričnih bolnišnicah se je psihoterapija izvajala le v obliki psihoterapevtskih skupin, večinoma enkrat na teden.

Kliničnih psihologov je bilo do še pred kratkim v Sloveniji relativno malo. Po eni strani jim tradicionalna psihiatrična obravnava ni pripisovala prav pomembne vloge, poleg tega pa je bila njihova specializacija dolgotrajna in finančno zahtevna.

Psihoterapija po letu 2000

Po letu 2000 se je na področju slovenske psihoterapije vendarle začelo prebujanje. V težkih porodnih mukah in številnih polenih, zmetanih pod noge, se je leta 2006 vzpostavila ljubljanska podružnica Univerze Sigmunda Freuda z Dunaja (SFU Ljubljana). Na začetku se je večji del študija izvajal na Dunaju, s pridobivanjem kvalitetnih predavateljev pa se je program skoraj v celoti osamosvojil od Dunaja.

Vzporedno s tem programom se je nato na Fakulteti za uporabne družbene študije razvil program psihosocialne pomoči, po vrnitvi dr. Christiana Gostečnika v domovino pa na Teološki fakulteti še študij zakonske in družinske terapije.

Na drugi strani se v vseh teh letih na strani pristašev 'medicinskega modela' ni razvilo praktično nič. Kolegica je pred leti poskušala oblikovati komplementaren program, ki bi omogočal dodelitev naziva psihoterapevt, a se iz tega ni nič izcimilo. Danes tako ne premorejo enega izobraževalnega programa, ki bi pariral zgoraj omenjenim.

Navkljub povedanemu pristaši 'medicinskega modela', kot ga zadnje čase imenujejo mediji, praviloma zagovarjajo stališče, da se psihoterapevtska izobrazba lahko nadgradi le na že obstoječo izobrazbo iz psihologije - torej v sklopu izobraževanja iz klinične psihologije ali na specializacijo iz psihiatrije, medtem ko protagonisti že omenjenih programov zagovarjajo stališče, da je psihoterapija samostojen poklic na način, kot je to že primerno urejeno v kar nekaj evropskih državah.

Argumenti in protiargumenti

Naj na tem mestu najprej izpostavim naslednje. Izobrazba psihoterapevta po 'medicinskem modelu' je neopravičljivo draga. Pripeljati nekoga do magisterija iz psihologije ali medicine, plačati celotno specializacijo iz klinične psihologije ali psihiatrije, nato pa še izvesti celotno usposabljanje iz psihoterapije, kar vključuje stotine ur osebnih izkušenj, teoretičnih predavanj in supervizij, stane nepredstavljivo veliko denarja in najmanj desetletje intenzivnega izobraževanja, ogromno porabljenega službenega in/ali prostega časa.

Zastavlja se vprašanje, ali je psihoterapija res takšna 'vesoljska znanost', da bi zahtevala tako zahtevno izobraževanje? Če se ozremo k samim začetkom razvoja psihoanalize, drži, da je bil ta poklic bolj ali manj omejen na zdravnike, predvsem psihiatre. Šele po dolgi desetletjih so psihologi lahko postali svetovalci, kasneje pa tudi psihoterapevti. Po drugi svetovni vojni je psihoterapija, predvsem psihoanaliza, postala zelo dobičkonosna dejavnost v zahodnem svetu. Zgodnji filmi Woodija Allena to pristno ponazarjajo. "Tvoj analitik, ki te pokliče sredi noči in se zjoče v telefon ..."

Sčasoma so se kriteriji za psihoterapevtsko izobrazbo nekoliko znižali. Zaradi prepoznane potrebe po psihoterapevtski izobrazbi se vse več oseb iz t. i. suportivnih poklicev odloča za pridobivanje psihoterapevtske izobrazbe. Tako bogatijo svojo poklicno kompetenco in se hkrati pomembno osebno razvijajo. Ta znanja in spoznanja spodbujajo dragoceno samospoznavanje in spodbudijo razvijanje senzitivnosti do trpljenja drugih.

Na drugi strani pa pristaši 'medicinskega modela' od samega začetka trdijo, da je za psihoterapevtsko delo potrebna zrelost, ki se po njihovem mnenju odraža predvsem v letih starosti. Do neke mere drži, da je 25-letni diplomant, magister psihoterapevtskih znanosti, precej mlad za opravljanje tega poklica, pa vendar tudi 25-letni zdravnik že operira ali na terenu samostojno odloča o življenju in smrti. Še več, 25-letni psiholog, socialni delavec ali specializant psihiatrije že opravljajo svetovalne pogovore in v teh svetovalnih pogovorih so zagotovo prisotni elementi psihoterapije. Bi zares lahko z gotovostjo rekli, da v tem primeru nevarnost, da bi neusposobljena in mlada oseba brez dostopa do supervizije (nehote) povzročila hudo škodo, izostane?

Psihoterapevti so že tukaj

V preteklih 20 letih so zasebne fakultete usposobile več sto svetovalcev ter psihoterapevtov in vpliva teh angažiranih posameznikov na slovensko kulturo ni možno zanikati. Ljudje so pričeli prepoznavati, da jim psihoterapija lahko pomaga razrešiti težave, izboljšati funkcioniranje ali partnerske, družinske odnose. Do danes so pomagali na tisoče ljudem. Preden so se ti 'šarlatani' pojavili na 'trgu', kot smo lahko nedavno slišali s strani predstavnika 'medicinskega modela', ta prostor ni premogel nobene prave skupine podpore.

Med drugim tako ni obstajala nobena skupina za nosečnice in mlade mamice, dokler se ni mlada diplomantka SFU Ljubljana po lastni izkušnji z materinstvom izobrazila na tem področju in zdaj že dolga leta vodi prav takšne skupine. Na tem mestu lahko omenim tudi, kako je kolegica, ki je tudi sama posvojiteljica, na to temo napisala diplomsko nalogo, zdaj pa si prizadeva razviti podporni program za druge posvojitelje.

Teh nekaj sto psihoterapevtov je v teh letih na tem prostoru storilo ogromno dobrega, navkljub temu, da se nekateri še vedno trudijo zaustaviti proces, ki zagotovo vodi v bolj človeške medosebne odnose. Svetovalci, psihoterapevti in klienti skupaj ustvarjamo mehurčke humaniziranosti. Odgovorno trdim, da tako izvajalci kot klienti vpleteni v ta proces postanejo boljši, bolj tolerantni, čustveno inteligentnejši ljudje. Glede na travmatiziranost in terapevtsko nedotaknjenost slovenske populacije menim, da je psihoterapija pomemben kontrapunkt radikalizaciji, razraščanju političnega in medijskega nasilja.

Je torej psihoterapija res takšna visoka znanost, kot to nekateri akterji poskušajo predstaviti?

Irvin Yalom, eden od najbolj priznanih terapevtov na svetu, zatrjuje, da je psihoterapija predvsem ljubeč človeški odnos. Dodal bi, da za takšnim odnosom vseeno stoji veliko znanja, dela na sebi in psihoterapevtske prakse pod supervizijo. Terapevt mora spoznati svoje motive, predelati, ubesediti svoje pretekle izkušnje, sprejeti svojo nepopolnost.

Usposabljanje iz psihoterapije je pomemben element, vendar nobena šola psihoterapije ne more ustvariti 'supermana', 'superterapevta', ki ne bi bil še vedno do neke mere pod vplivom svoje nevrobiološke organiziranosti, osebnostnih predpostavk ali osebnih izkušenj iz časa otroštva ali odraslosti. Terapija vedno temelji na odnosu, ki ga ne glede na izobrazbo nekateri zmorejo, drugi pa ne.

Zaprta vrata javnega sistema

Psihoterapevti, diplomanti zasebnih fakultet, se kot psihoterapevti danes ne morejo zaposliti v javnozdravstvenih ustanovah. Poklicno se tako lahko afirmirajo le na prostem trgu. In čeprav so takšna pravila igre zelo kruta, trg hitro pokaže, kdo bo preživel in kdo ne.

Veliko študentov že med izobraževanjem pride do spoznanja, da ta poklic ni najbolj primeren zanje ali pa so stroški študija previsoki. V zasledovanju tega poklica tako do konca ostane le 20 do 30% prvotno vpisanih, ki postanejo povsem usposobljeni terapevti. Veliko se jih nato zaposli v nevladni sferi, ki ni tako kritična do virov pridobljene izobrazbe.

Na drugi strani pa študij psihologije ne vključuje nobenih elementov samospoznavanja ali terapevtskih veščin, čeprav ljudje prav psihologe vidijo kot kompetentne za svetovanje in reševanje problemov.

Tekom svoje strokovne kariere sem srečeval zelo sposobne, empatične psihologe in psihiatre, ki so občutljivi na trpljenje drugih ljudi in znajo nuditi kvalitetno pomoč. Obstajajo pa tudi takšni, ki so osebnostno moteni, vase zagledani, nezmožni empatije, ne da bi se tega tudi zavedali. Ne glede na škodo, ki jo povzročajo, jim sistem vseeno omogoča izvajanje terapevtskega in svetovalnega dela.

Danes je v vseh ustanovah, ki se posvečajo ranljivim in pomoči potrebnim osebam, nujna redna supervizija, le v psihiatričnih zavodih supervizije v formalni obliki ni. To marsikaj pove o tem, v kolikšni meri so te ustanove zaščitene pred zlorabo, pomanjkljivo empatijo, razčlovečenjem.

Večina psihoterapevtov, ki konča izobrazbo na SFU Ljubljana zadosti kriterijem za 'evropsko diplomo psihoterapevta', kar pomeni, da bi kot psihoterapevti lahko

delali v drugih evropskih državah. Poleg teoretične izobrazbe imajo za seboj stotine ur samospoznavanja, 'tutorskih' skupin in nenazadnje najmanj 600 ur psihoterapevtske prakse pod supervizijo. Glede na to, da argumenti pristašev 'medicinskega modela' večinoma ne držijo, lahko sklepamo le, da 'zajec tiči v nekem drugem grmu'.

Politika, egoizem in denar

Kot pri vseh drugih zadevah, gre tudi pri zakonu o psihoterapiji le za politiko, človeški egoizem in denar. Glede politike je bolj ali manj jasno. 'Medicinski model' podpirajo sile kontinuitete, ki delujejo na osnovi starih vzorcev, ki vidijo v psihoterapiji, predvsem v analitično usmerjeni psihoterapiji, neko imaginarno nevarnost. Če se zakon po njihovem nareku sprejme, bodo široke množice najbolj potrebnih psihoterapevtske pomoči ostale brez kvalitetne obravnave za cela desetletja, dokler se ne izobrazi primerno število psihoterapevtsko usposobljenih kliničnih psihologov. Čakalne vrste za terapijo se bodo merile v letih ali kar desetletjih.

Vprašanje je tudi, kakšna bo kvaliteta teh obravnav, saj gre sklepati, da se bo večina bodočih kliničnih psihologov odločala za vedenjsko-kognitivno terapijo, ki omogoča hitro odpravo simptomov, kot sta tesnoba in depresija, ne da bi takšna obravnava segla do globine in resničnih vzrokov problemov.

Vsekakor pa je v 'psiho-biznisu' tudi veliko denarja. Izobraževanja, osebna izkušnja, supervizija, predstavljajo velik finančni zalogaj, kar je do sedaj padlo na pleča posameznika ali dobro stoječih staršev, sedaj pa bodo stroški izobraževanja šli v breme države oziroma zdravstvene blagajne. S tem denarjem se bodo okoristili posamezniki, ki se do sedaj še niso uspeli zriniti h koritu.

Žalostno je, da pri vsej tej kolobociji taistim ni mar silne množice ljudi, ki strašno trpijo zaradi posledic hudih izkušenj iz časa otroštva ali v odraslosti. Vseh tistih, ki hrepenijo po odnosu, v katerem bodo prepoznali in (končno) ubesedili vire svojih bolečin in trpljenja.

Človek bi od visoko usposobljenih strokovnjakov, ki naj bi skrbeli za duševno zdravje drugih ljudi, pričakoval osebne značilnosti, kot so toleranca, sprejemanje drugačnosti, senzitivnost do trpljenja drugih. Konflikt, ki je nastal med zagovorniki različnih predstav o pravilnem pristopu do psihoterapije, pa zrcali povsem drugačne značilnosti nekaterih vpletenih. Med drugim ni tako težko prepoznati elemente, kot so izključevanje, zavidanje, narcistično zagledanost v lastno vrednost, netolerantnost do drugačnosti.

Ta konflikt je pravzaprav zrcalo delovanja celotne družbe, ki očitno ne more preskopiti lastne sence in učinkovito proizvaja radikalizme in narcisizme različnih barv.

Sprašujem se, ali bo po tem sodelovanje med pripadniki teh različnih pristopov in predstav sploh mogoče. Bodo ti posamezniki sposobni delovati v terapevtskih timih, sistemih, ne da bi na druge gledali le 'skozi puškino kukalo'?

Sodelovanje strok je mogoče

Da je sodelovanje med različnimi strokovnjaki vseeno možno, dokazuje psihoterapevtski tim, v katerem sodelujem. Terapevtski tim našega dnevnega programa sestoji iz psihiatra, magistra psihologije, magistra delovne terapije in diplomirane medicinske sestre. Razen mene, psihiatra, so vse tri mlade kolegice vključene v proces izobraževanja iz različnih modalitet psihoterapije. Na lastne stroške - in ne zato, ker se to od njih zahteva, ampak zato, ker jim to nalaga vest in želja po znanju.

Opažam, da je od teoretske izobrazbe bolj pomembno to, da smo vsi štirje v procesu nenehnega pridobivanja osebnih in poklicnih izkušenj, pa tudi, da lahko med seboj delimo svoje občutke, spomine in pretekle izkušnje, ki nas bogatijo in zbližujejo. Odprtost, sprejemanje izkušenj in drugačnosti in predvsem sočutje do naših uporabnikov so elementi, ki so najmočnejše prispevali k temu, da smo skupaj ustvarili terapevtski sistem, v katerem prevladujeta empatija in občutljivost za hude travme oziroma trpljenje naših uporabnikov.

Vsak prispeva po svoji moči in sposobnostih. Spoznavamo, da so lastne predelane izkušnje pomemben element v ustvarjanju konstruktivnega terapevtskega odnosa. Poklicne veščine in tehnike prav tako veliko štejejo. Navsezadnje pa vendarle delujemo kot terapevtski sistem. Sledimo istim vrednotam, sprejemamo različnost vseh nas in se med seboj dopolnujemo. Odprti smo na doživljanje, probleme, izkušnje eni drugih. Zavedamo se svojih omejitev, se učimo, tudi na lastnih napakah. Rastemo in postajamo boljši ljudje, sposobni sprejemati različnost in ne obsojati. Sistem je več, kot smo mi sami. Temu se prilagodijo naši uporabniki in študentje, ki so na praksi. Vsi smo člani iste družine, dihamo isti zrak, ustvarjamo vzdušje, v katerem so lahko izrečene skrivnosti, sprejete bolečine.

Včasih se sprašujem, kako je takšen sistem nastal. Zagotovo ne v šolskih klopeh, v katerih smo sedeli, ampak tekom stotin ur individualne terapije, skupinskih srečanj, pogovorov. Včasih rečem, da sem se vse, kar zares vem, naučil od svojih pacientov, najbrž pa tudi oni od mene.

Za konec svojega tokratnega pisanja polagam upe v modrost zakonodajalcev, da ne bodo padli v past političnega prerekanja ali pod vpliv parcialnih, osebnih interesov nekaj posameznikov, ter sprejeli zakon, ki bo v korist uporabnikom, torej psihoterapije in svetovanja potrebnim množicam.