

Slovenija – psihoterapevtsko nerazvita država: intervju z Miranom Možino



Intervju, objavljen v Sobotni prilogi Dela, 25. avgusta 2007, je zapisala: Sonja Merljak.

Slovenija je psihoterapevtsko nerazvita država, pravi asist. mag. Miran Možina, predsednik Slovenske krovne zveze za psihoterapijo (SKZP), asistent na Fakulteti za socialno delo, psihiater in psihoterapevt. Pri delu se ukvarja s posamezniki, pari in z družinami, zato je prvo, kar pade v oči v njegovi sicer precej asketski svetovalnici, zbirka plišastih igrač in lutk. Pravi, da z njimi laže naveže stike z otroki, ki pridejo skupaj s starši na družinsko terapijo.

Miran Možina je tudi eden od motorjev fakultetnega študija psihoterapije na Slovenskem. Ta omogoča, da se lahko za psihoterapevta šolajo že tisti, ki si ta poklic izberejo po zaključeni srednji šoli. Doslej je bila pot do poklica psihoterapevta, in še to le kot drugega poklica, dolga in ovinkasta.

Letos jeseni se bodo vsi, ki jih zanima psihoterapija, že drugič lahko vpisali v prvi letnik fakultetnega študija za psihoterapijo, ki se izvaja v navezavi z zasebno univerzo Sigmunda Freuda (USF) na Dunaju. Zakaj ste se pri SKZP odločili, da se boste z Avstrijci povezali in pripravili tak študij?

Naj najprej povem, da fakultete za psihoterapijo pri nas še ni, je pa to naš srednjeročni cilj, ki naj bi ga uresničili čez nekaj let. Zato za zdaj lahko govorimo le o izrednem fakultetnem študiju psihoterapije, ki poteka v sodelovanju med SKZP in USF. Zanj smo se odločili, ker omogoča študij takoj po maturi. Narejen je po bolonjski shemi; prva stopnja dodiplomskega študija traja tri leta, druga, magistrska stopnja, pa dve leti; tretja, doktorska, prav tako traja dve leti. Študenti lahko tako po petih letih končajo šolanje za psihoterapevta. Paralelno smo sprožili tudi proces akreditacije tega študija v Sloveniji. Pripravili smo ga pod okriljem fakultete za uporabne družbene študije v Novi Gorici. Naša vloga je zdaj na svetu za visoko šolstvo. Pričakujemo, da bo študij jeseni akreditiran in da bomo v naslednjem šolskem letu že lahko izpeljali slovenski projekt. Seveda bomo še naprej sodelovali s tujimi partnerji, vendar na bolj enakopravni podlagi.

Ali bodo študenti po koncu šolanja pridobili diplomu, ki bo veljala tudi v Sloveniji, ali jo bodo priznali samo v Avstriji?

V tej fazi projekta je to avstrijska diploma. Ker pa sta obe državi članici Evropske unije, pričakujemo, da bo priznana tudi v Sloveniji, seveda pa bo morala biti nostrificirana kot vsaka druga diploma iz tujine. Ko bo študij akreditiran, bodo lahko študenti, ki se bodo tako odločili, prestopili iz avstrijsko-slovenskega programa v slovenskega. V skladu z zakonskimi določili bo mo študentom priznali opravljene študijske obveznosti.

Kako trenutno poteka študij za psihoterapevte?

Ravno prejšnji teden je sedemdeset naših študentov na Dunaju končalo enomesečno poletno

šolo. Čez leto sicer študirajo v Sloveniji. Na Dunaju pridobijo približno polovico kreditnih točk za en letnik. Po bolonjskem sistemu lahko te kreditne točke preprosto priznamo tudi pri nas.

Sicer pa se lahko vsi tisti, ki se želijo izšolati za psihoterapevte kot drugi poklic, še vedno najprej vpišejo na dvoletni študij propedeutike, to je priprava za študij psihoterapije, ki potem traja najmanj štiri leta. Ta način izobraževanja za psihoterapevte še vedno prevladuje. Ustanovitev in akreditacija dunajske univerze Sigmunda Freuda, ki pomeni veliko spremembo pri izobraževanju psihoterapevtov na svetovni ravni, je predvsem omogočila študij psihoterapije takoj po maturi, kot prvi poklic.

Pomembno je še vedeti, da je študij psihoterapije razen na USF sicer zastavljen tako, da slušatelj študira predvsem en psihoterapevtski pristop, na primer kognitivno-vedenjsko terapijo. Razen na Dunaju torej ni nikjer fakultete, kjer bi bile zastopane vse pomembnejše psihoterapevtske usmeritve in bi se v dialogu dogovarjale, kaj so skupna jedra. Naš program tako omogoča boljšo orientacijo čez celotno področje psihoterapije.

Zakaj mislite, da je to dobro in pomembno?

Z raziskavami v osemdesetih in devetdesetih letih dvajsetega stoletja se je pokazalo, da noben psihoterapevtski pristop ni absolutno boljši in učinkovitejši od drugih. Ni se pokazalo, na primer, da bi bila kognitivno-vedenjska terapija na splošno učinkovitejša od psihoanalitične ali nasprotno. Splošni učinek različnih terapevtskih pristopov je torej približno enak, so pa razlike glede na učinkovitost na posameznih področjih, na primer v zvezi s posameznimi duševnimi motnjami ali problemi, zaradi katerih ljudje potrebujejo pomoč.

Študije so tudi pokazale, da k pozitivnim učinkom relativno malo prispevajo psihoterapevtske metode in da po drugi strani zelo pomembno prispeva kakovost odnosa med terapevtom in klientom. To pomeni, da morajo vsi psihoterapevti, ne glede na to, katero metodo ali tehniko uporabljajo, pridobiti večšine razvijanja zdravljenega psihoterapevtskega odnosa. Prav tako je znano, da so spremembe v živčnem sistemu, ki so posledica psihoterapije, enake ne glede na to, kakšno metodo je psihoterapevt uporabil. Vsi psihoterapevti 21. stoletja bodo zato morali veliko več pozornosti in študija posvetiti novim znanjem, na primer razumevanju povezave med živčevjem in duševnimi procesi. Vse to so vsebine, s katerimi se slušatelji seznaniijo pri tem fakultetnem študiju.

Zelo pomemben del študija je raziskovanje. To je tudi sicer ena največjih slabosti dosedanjih usposabljanj, saj slušatelji doslej niso bili usposobljeni za raziskovalno delo na področju psihoterapije. Glavni poudarek je bil na praktičnem usposabljanju za delo z ljudmi, na lastni izkušnji, ki je zelo pomemben del izobraževanja in bistveno razlikuje psihoterapijo od drugih oblik zdravljenja oziroma pomoči, in na učenju teoretičnih vsebin.

Smo Slovenci revolucionarni, ker smo se tako hitro pridružili Dunaju?

Ne. Gre za posledico evolucije. Avstrija je ena od sedmih evropskih držav, kjer je psihoterapija zakonsko reguliran poklic. Avstrijski model je demokratičen, širok, drugače na primer od nemškega, ki je manj demokratičen, ozek. Nemški določa, da so lahko psihoterapevti samo zdravniki in psihologi. Avstrijski pa je odprt za različne profile in omogoča dostop do psihoterapije tudi ljudem iz drugih poklicev. Vmes med obema modeloma so še drugi, recimo skandinavski.

Izbrali smo avstrijski model, ker se nam zdi, da je tukaj največji razvojni potencial. Poleg tega smo bili vsa devetdeseta leta prejšnjega stoletja vključeni v Evropsko zvezo za psihoterapijo in tam smo videli tudi napetosti med različnimi modeli. Avstrijskega modela nismo izbrali, ker bi poznali samo tega, ampak ker smo razbrali, da bi lahko najbolj spodbudil razvoj psihoterapije v naših razmerah. V primerjavi z razvitimi evropskimi državami, na primer Avstrijo, Nemčijo, Anglijo, smo namreč psihoterapevtsko nerazvita država.

Kako se to kaže?

Na vseh možnih ravneh. Za začetek denimo v premajhnem številu psihoterapevtov z ustrežno izobrazbo po evropskih kriterijih.

Ko rečete evropski kriteriji, imate v mislih nemški model?

Da se ne bi napačno razumeli, moram povedati, da imajo v Nemčiji zelo širok spekter psihoterapevtov. Trije zakoni urejajo to področje. Dva sta novejšega datuma in urejata poklic psihoterapevta za zdravnike oziroma psihologe, ki delajo z otroki in mladostniki. Potem pa imajo še zelo star zakon iz Hitlerjevih časov o zdravilstvu. Večina nemških psihoterapevtov dela po tem zastarelem zakonu. Posledice so absurdne. Vsakdo lahko odpre terapevtsko prakso – ne sme je namreč imenovati psihoterapevtska, čeprav za to dejansko gre –, če najprej na regionalni upravi naredi kratek test iz osnov psihologije in medicine. Nemški zakon je torej primer absurde regulacije. To se zgodi zaradi preozkega koncepta psihoterapije. Manjšina je zelo regulirana, večina psihoterapevtov pa lahko nenadzorovano deluje po zastarelem zakonu.

Kje smo trenutno pri nas?

V Sloveniji psihoterapevti soglašamo, da je psihoterapija prišla do točke v razvoju, ko je postala zrela za samostojen poklic. Manj enotni pa smo v stališču, da moramo bodočim psihoterapevtom utreti pot do tega poklica že takoj po maturi, ne po ovinku. Po ovinku naj študirajo tisti, ki so zaključili kak študij, ki delajo kot socialne delavke, psihologi, zdravniki, a bi radi delali tudi kot psihoterapevti. Zanje je super, da imajo možnost dodatnega izobraževanja. Toda po drugi strani je absurdno, da psihoterapije ni mogoče študirati takoj po maturi. Če vzamem za primer sebe. Sem zdravnik in že kot študent sem začutil, da me področje psihoterapije izjemno zanima. A da sem postal psihoterapevt, sem najprej sedem let študiral medicino, potem sem porabil štiri leta za specializacijo iz psihiatrije, ker sem vedel, da bom tako najlažje razvijal psihoterapijo, nato sem šest let študiral psihoterapijo in nazadnje sem se še štiri leta specializiral iz družinske psihoterapije v Nemčiji. Zdaj pa izračunajte, koliko časa in truda sem vložil, da sem prišel tja, kamor sem želel. Iz te lastne izkušnje se mi zdi super, da imajo tisti, za katere je psihoterapija jasna izbira, možnost, da se zanjo odločijo takoj po srednji šoli.

Ampak kot pravite, vsi strokovnjaki ne delijo vašega mnenja?

Pojavlja se predvsem očitak v zvezi s starostjo diplomantov. Prevladujoča predstava o psihoterapevtu je, da mora biti malo sivolas, tako kot sem jaz, da mora imeti neko življenjsko izkušnjo in modrost, da lahko pomaga. To se lahko hitro spremeni v predsodek. Zožiti debato o fakultetnem študiju psihoterapije samo na vprašanje starosti diplomantov se mi zdi problematično. Glavna ideja je tista, ki ali stoji ali ne. Ali si predstavljate, da bi lahko postal psiholog le nekdo, ki je najprej končal neko drugo fakulteto, ali da bi to veljalo za zdravnike, socialne pedagoge, teologe. Pomislek je, ali bo lahko nosil težo odgovornosti mlad človek pri petindvajsetih letih. Enako se lahko vprašamo za socialne delavce. Sam sem petnajst let asistent na fakulteti za socialno delo. Lahko rečem, da je klientela na tem področju v povprečju še bolj zahtevna. A socialni delavci pa lahko študirajo za svoj poklic takoj po maturi? Mislim, da se v tem očitku skrivajo drugi interesi.

Kateri pa?

Interesi lobijev, ki hočejo na področju psihoterapije obdržati nadzor in monopol. V Evropi je najmočnejši psihološki lobi, pri nas pa medicinski. Ta hoče nadzorovati vse, kar je povezano z zdravljenjem. Za mnoge slovenske zdravnike in psihiatre je nepredstavljivo, da bi psihoterapevti, ki niso hkrati zdravniki, lahko avtonomno in v skladu s principi psihoterapevtske znanosti ocenjevali in zdravili ljudi s psihoterapevtskimi metodami.

Hkrati je področje psihoterapije gotovo zanimivo za druge profile strokovnjakov, saj je tudi zanimiv trg, denimo za ljudi, ki se ukvarjajo z alternativnimi oblikami zdravljenja.

Ne smemo pozabiti na teologe. Znotraj študija teologije se je tradicionalno področje pastoralne psihologije že dolgo naslanjalo na razne psihoterapevtske šole. Na duhovnike se obrača veliko ljudi z raznimi oblikami psiholoških in psihosocialnih stisk. Vloga duhovnika je bila v preteklosti vsaj delno podobna psihoterapevtovi, zdaj so psihoterapevti v veliki meri prevzeli, kar so včasih počeli duhovniki.

Ves čas sva se pogovarjala o posameznih pristopih v psihoterapiji, na primer o kognitivno-vedenjski metodi in psihoanalizi. Kaj pravzaprav je psihoterapija in komu je namenjena? Domnevam, da kot psihoterapevtsko nerazvita država zaostajamo tudi na področju njene rabe.

Gotovo. Če je premalo psihoterapevtov, je jasno, da zaostajamo tudi pri profiliranosti, na primer v specializaciji za določene težave. V razvitih deželah imajo specializante za določene motnje, na primer spolne ali anksiozne. Potem se delijo še glede na ciljno skupino; eni so strokovnjaki za delo z otroki, drugi z odraslimi, eni s pari, drugi z družinami.

Kratko in učinkovito definicijo psihoterapije smo pripravili na delovni skupini za pripravo zakona o psihoterapevtski dejavnosti pri ministrstvu za zdravje: »Psihoterapija je znanstveno utemeljena, načrtovana individualna, partnerska, družinska ali skupinska obravnava, zdravljenje človekovih razvojnih, duševnih ter vedenjskih motenj in podpora osebnostnemu razvoju človeka kot biopsihosocialnega bitja s pomočjo psihoterapevtskih principov in metod.«

Psihoterapija je torej oblika zdravljenja in pomoči s pogovorom. V tem pogovoru lahko sodelujejo eden ali več terapevtov in eden ali več klientov. Zelo pomembno je, kako se razvije terapevtski odnos. Ta delovni odnos mora imeti cilj, ki ga soustvarita klient in terapevt. Hkrati se morata nenehno pogajati, kako bosta prišla do njega. Obenem se mora med njima razviti zaupanje, neka čustvena vez. Če se izrazim z metaforo, je ta vez kot vrh v navezi dveh plezalcev, ki gresta skupaj na zahtevno turo.

Kdo pa so potencialni klienti psihoterapevtov v Sloveniji?

Grobo lahko delovanje psihoterapije delimo na dve glavni področji. Prvo je področje duševnih motenj, kjer je za določene motnje psihoterapija celo metoda izbora. Recimo pri anksioznih motnjah je večkrat zgolj s psihoterapevtsko pomočjo možno doseči ključno izboljšanje. Drugo pa je področje pomoči pri osebnostni rasti. Danes se tudi Slovenci vse bolj zavedamo, da je bistvena kvaliteta življenja. Mnogi imajo v materialnem smislu marsikaj, vendar nimajo tistega pravega zadovoljstva in sreče. Škripa v odnosih. Uspešni ljudje, ki vodijo uspešne firme, pridejo v družinah in zakonih v hude krize. Ti ljudje po medicinskih kriterijih pogosto nimajo duševnih motenj. In vendar so v hudi stiski, potrebujejo pomoč.

Mnogi poiščejo psihoterapevtsko pomoč, še preden se razvijejo hude krize, saj želijo preventivno izboljšati svoje življenje. Na zahodu, pa tudi pri nas so se izjemno razširile razne oblike seminarjev, ko se ljudje zberejo za konec tedna v skupini in delajo razne vaje ter se pogovarjajo bolj razkrivajoče.

Je to še psihoterapija?

Psihoterapevti tudi v Sloveniji radi kombinirajo redne pogovore enkrat na teden z intenzivnimi vikendi. Večinoma njihovi klienti tako ponudbo sprejmejo in so nad njo navdušeni. Potem se to ponavlja dvakrat, trikrat na leto, vmes pa ljudje še naprej prihajajo na individualno ali skupinsko psihoterapijo.

Kaj pa če je to zgolj enkratni dogodek?

Da, če ga izvede psihoterapevt in če je s klienti oblikoval jasen terapevtski dogovor. V preteklosti je bila prevladujoča oblika psihoanaliza, ki je trajala več let. Število srečanj je šlo v stotine ur na kavču, frekvenca je bila celo večkrat na teden. Še danes bogati Američani hodijo v tako klasično psihoanalitsko terapijo. V osemdesetih in devetdesetih leta prejšnjega stoletja so zavarovalnice začele delno ali v celoti financirati psihoterapijo, vendar ne take klasične, dolgotrajne oblike. Težko boste našli zavarovalnico, ki bo plačala petsto ur psihoanalize skozi šest let. Je pa veliko zavarovalnic, ki danes plača dvajset, trideset ur psihoterapije.

Zakaj?

Ravno zato, ker se je pokazalo, da je psihoterapevtska pomoč učinkovita, tudi pri duševnih motnjah, da izboljša delazmožnost in zmanjša bolniški dopust. Od dolgotrajnih oblik zdravljenja je torej sodobna psihoterapija prešla h kratkotrajnim in seveda so se razvile tudi instant oblike, na primer enkratno srečanje, en vikend, en intenziv, kot temu rečemo v žargonu, ki traja teden dni.

Teh oblik je ogromno. Praviloma potem ljudje vidijo, da je bil intenziv fajn, vendar ni zadoščal, zato se spet odločijo za novega.

Ko ste ravno že omenili denar. Psihoterapija ni poceni. Splošna predstava je, da si jo lahko privoščijo samo bogati.

V Sloveniji zavarovalnice plačujejo psihoterapijo, če jo opravlja psihiater ali klinični psiholog, ki ima v pogodbi to dejavnost. Za zdaj so pri nas zavarovalnice dobrohotne tudi do ustanov, kot je klinični oddelek za mentalno zdravje, kjer prav tako izvajajo psihoterapijo za svoje paciente. Res pa je, da prevladuje samoplačniška oblika psihoterapije pri psihoterapevtih, ki nimajo koncesije. Cene se potem gibljejo od dvajset do šestdeset evrov na uro.

Kako pa naj nekdo, ki bi se rad odločil za pomoč, poišče tistega psihoterapevta, ki bo zanj najbolj ustrezen glede na kvaliteto storitve in metodo dela?

Tudi tu se kaže slaba razvitost psihoterapije na Slovenskem. Nimamo dobrega registra psihoterapevtov. V času interneta bi moralo biti samo po sebi umevno, da si lahko bodoči klient najde ustreznega strokovnjaka. Nekaj takega so naredili psihologi, ki so poskrbeli za stran najdi.psihologa. Psihoterapevti tega še nismo naredili, čeprav se v SKZP zavedamo, da je to pomembno. Vendar nam primanjkuje virov. Ob vseh nalogah, ki jih trenutno imamo, ta še čaka. Nameravamo narediti pregled po Sloveniji, ki bo pokazal, kdo je dober za katero obliko problemov. Ta zemljevid manjka. Vsak teden sicer dobivam pošte in klice s tem vprašanjem, nato pa svetujem kolege in kolegice, ki jih poznam in za katere vem, da imajo še nekaj prostih mest. Vsi, ki se s tem ukvarjamo, smo namreč prezasedeni.

Čemu pa to pripisujete? Temu, da narašča število motenj in stisk?

Temu in tudi večji ozaveščenosti. Danes poiskati psihoterapevta ni več tako stigmatizirajoče, kot je bilo. □