

Blaž Mesec¹

Recenzija knjige Anice Mikuš Kos *Pomoč otrokom in mladostnikom v duševnih stiskah*, Didakta, Radovljica 2024

Review of the book Help for Children and Adolescents in Mental Distress by Anica Mikuš Kos, Didakta, Radovljica 2024



¹ Prof. dr. Blaž Mesec, univ. dipl. psiholog, meseceksrebrni@gmail.com

V svoji novi knjigi pediatrija in otroška psihiatrija Anica Mikuš Kos v desetih poglavjih kritično obravnava pojme duševnega zdravja in duševnih motenj, pojasnjevalne teorije motenj, prizadevanja za duševno zdravje otrok, posebej pomoč v vsakdanjih življenjskih okoljih, v šoli in zdravstvenih službah. Ne obravnava psihoterapevtskih pristopov, temveč predstavi »sistemsko ekosocialno paradigmo« in skupnostne modele pomoči.

Ob tem ko izreka priznanje dušeslovnim strokam za vse, kar so dobrega storile, jasno poimenuje njihove stranpoti: poljubnost definicij duševnih motenj, medicalizacijo naravne človeške raznolikosti, ki jo razkriva sodobni pojem nevrodiverzitete; iztrganost koncepta duševnega zdravja iz celote človekovega duševnega življenja, odsotnost družbene in socialne razsežnosti, nezanimanje za naravne vire pomoči, linearnost razlagalnih modelov, pripisovanje krivde staršem in družini za vse otroke tegobe, zanemarjanje pojma otrokovega trpljenja, zaprtost pomoči v »kliniko«, v kateri vidimo le neznamenit del vseh otrok z neko motnjo. Kritično oceni pojem »ranljivih skupin«, ki v seštevku pomenijo celotno populacijo, hkrati pa popolnoma zasenčijo »stvarnost odpornosti ljudi vseh starosti«. Poudari, da je med duševnim zdravjem in duševnimi motnjami razpon od blažjih do težjih motenj, ne ostra razmejitev. V splošnem kaže, da se pogostost duševnih stisk, ki preidejo v motnje pri otrocih in mladostnikih, res povečuje, tudi zaradi večje družbene občutljivosti ali višjih zahtev v šoli in družbi, rahljanja in razpadanja družbenih vezi in odsotnosti naravnih virov pomoči v skupnosti.

Ob edinstvenih izkušnjah pri delu na vojnih področjih se sprašuje, zakaj toliko otrok, ki so preživeli grozote vojne in živijo v najbolj neugodnih okoliščinah, ne izkazuje duševnih motenj kljub odsotnosti ustreznih zdravstvenih služb. Odgovor najde v vplivih širšega skupnostnega okolja, ki lahko delujejo varovalno, blažilno in zdravilno. Tradicionalni običaji, strukturiranje vsakdanjika, šolanje, »zagotavljanje občutka varnosti in sprejetosti s strani ljudi v okolju«, so varovalni dejavniki, ob spoznanju, da iste okoliščine delujejo na različne otroke različno. Navidezno neznatne vsakdanje pozitivne izkušnje v odnosih z ljudmi imajo lahko znatne varovalne učinke in krepijo otrokovo psihično odpornost. Po drugi strani pa so za ranljive otroke običajne vsakdanje obremenitve prehude. Kako jim pomagati? »Obnavljati je treba otrokovo izkušnjo dobrega in vero v človečnost ter upanje ... potrebno /je/ razviti skupnostne modele pomoči, ki zajamejo veliko število otrok in gradijo na naravnih virih v skupnostih« (str. 22).

Opisu in pojasnjevanju »sistemsko ekosocialne paradigme« in skupnostnih modelov pomoči je namenjeno jedro njene knjige. Predstavljena so področja promocije duševnega zdravja, prevencije ali preprečevanja duševnih motenj in zdravljenja otrok z duševnimi motnjami. Stopenjski model ali piramida pomoči razlikuje tri ravni pomoči: pomoč običajnih življenjskih okolij, ki je najširše

razprostranjena, pomoč organizacij civilne družbe in zdravstvenih ter vzgojno-izobraževalnih institucij, na vrhu pa specialistična pomoč služb duševnega zdravja, namenjena manjšemu številu otrok.

Posebna pozornost je v knjigi posvečena opisu razlik med medicinskim in socialnim modelom pomoči. Prvi se osredotoča na otrokov primanjkljaj, ki ga je treba zdraviti; drugi pa vidi težave v neusklajenosti zahtev okolja in otrokovih zmožnosti, kar je potrebno uskladiti v procesu pomoči s poudarkom na odpravljanju družbenih določilnic otrokovega trpljenja. Pri tem naj za duševno zdravje in psihosocialno pomoč ne bi skrbele samo javne zdravstvene institucije, ampak skupnost v celoti z aktivno udeležbo državljanov in sodelovanjem laičnih, prostovoljnih sodelavcev. Pomembno, a običajno prezrto, je spoznanje, da lahko otroku pomagajo že majhne dobre reči, ki »spreminjajo podobo sveta, gradijo upanje in vero v sočloveka in človeštvo nasploh« (str. 128).

Sklepni poglavji sta namenjeni vlogi šol in vrtcev ter zdravstvenih institucij. Šola po eni strani s svojimi zahtevami in načinom obravnavanja učencev prispeva k pojavu motenj, po drugi strani je varovalni dejavnik. Šola ščiti duševno zdravje učencev z ustvarjanjem prijaznega in vzpodbudnega psihosocialnega vzdušja, vključevanjem v interesne dejavnosti, pomočjo pri učenju, čustvenem »opismenjevanju«, razvijanjem vrstniških odnosov, zgodnjim prepoznavanjem težav, delom s starši ter s povezovanjem šole s skupnostjo. »Duševno zdravje se povezuje z vzgojo za človečnost in aktivno državljsko vzgojo« (str. 175). Medicinski model pomoči v zdravstvenih službah z oblikami, kot so informiranje, svetovanje, psihoterapija, zdravljenje s psihofarmaki, delo s starši in novejša multimodalne metode, je treba razširiti s socialnim modelom, saj le manjši del otrok, ki v šoli izkazujejo motnje, konča obravnavo v zdravstveni službi.

Knjiga Anice Mikuš Kos je v našem okolju temeljno delo socialno-skupnostnega sistemskega pristopa k varovanju duševnega zdravja otrok in mladostnikov. Njena odlika je širok strateški pogled na celoto prepletenih dejavnikov, ki vodijo do motenj, in na širok razpon oblik in ravni pomoči, ki so v skupnosti na voljo. Devetdesetletni življenjski lok ves čas strokovno aktivne, inovativne in izkušene otroške zdravnice in otroške psihiatrije jamči pronicljiv in kritičen pregled skrbi za duševno zdravje otrok in mladostnikov.