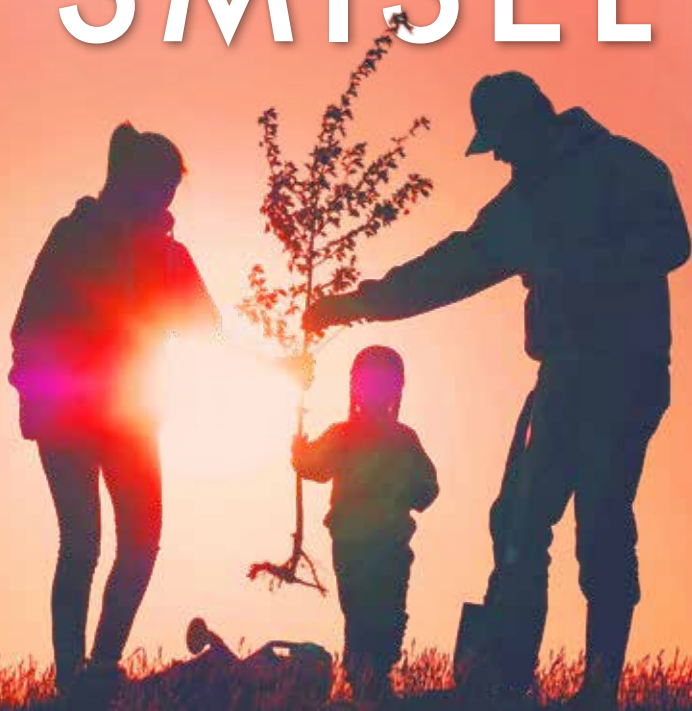


Elisabeth Lukas

DRUŽINA in SMISEL



1851

Elisabeth Lukas

DRUŽINA in SMISEL

Prenovljena izdaja

Prevedla Jože Urbanija in Rudi Meden



CELJSKA MOHORJEVA DRUŽBA
— Prva slovenska založba —



*Če krožim okrog samega sebe,
hodim po poti brez konca,
ki ne pripelje nikamor.*

*Če se odmaknem od sebe,
pa ugledam pot do človeka,
kakršen si želim biti.*

Vsebina

Predgovor k prenovljeni izdaji (<i>dr. Jože Ramovš</i>)	7
Uvod (<i>dr. Viktor E. Frankl</i>)	11
Ljubezen in spolnost (<i>dr. Viktor E. Frankl</i>)	23
Družina potrebuje smisel	31
Bivanje za nekoga ali za nekaj	49
1 Tri temeljna pravila za družino	49
2 ... kljub vsemu reči da težavnemu otroku	74
3 Zaposlena ženska med stresom in izpolnitvijo	96
4 Zaposleni moški med uspehom in predanostjo	115
5 O ljubezni in delu	123
Družina – gravitacijsko središče ljubezni	139
Kako lahko družina živi z duševnim bolnikom	149
Priložnost za družino	167
Sobivanjsko dejanje ljubezni	187
Model na smisel osredotočene družinske terapije	199
Na smisel osredotočena družinska terapija	209
Biti oseba – ostati oseba v družini	227

PREDGOVOR

Dr. Jože Ramovš

Elisabeth Lukas je najbolj znana živeča logoterapevtka in Franklova učenka. V osemdesetih letih prejšnjega stoletja je zastavila štiriletno usposabljanje logoterapevtov po merilih evropske zveze za psihoterapijo. Ob svojem terapevtskem delu ga je v Münchnu tudi izvajala do svoje upokojitve; kot študent njenih prvih generacij imam na to usposabljanje lepe spomine. Njene knjige so napisane v razumljivem poljudnoznanstvenem jeziku; Franklu ne sledi samo po doslednem razvoju njegovih spoznanj, ampak tudi po prevodih knjig v jezike vseh delov sveta.

Lukasova je tudi s Slovenijo povezana že od časa pred našo državno osamosvojitvijo. V slovenščini je doslej izšlo petnajst njenih knjig. *Družina in smisel* je med njimi posebnost – je namreč njena izvirno slovenska knjiga. Na našo prošnjo je v celoto sestavila svoja spoznanja o družini z vidika smisla, ki so bila raztresena po njenih knjigah in drugih delih. Knjiga je izšla leta 1993 kot uvod

v mednarodno leto družine, ki je bilo naslednje leto zelo odmevno tudi pri nas. Dva dni je bil celoten Cankarjev dom v Ljubljani zaseden s prireditvijo in mednarodnim znanstvenim simpozijem o družini. Na njem sta predavala tudi Elisabeth Lukas in Viktor Frankl.

Ob prenovljenem ponatisu te knjige se postavlja vprašanje, koliko je danes aktualna. Menim, da ne manj kakor pred tremi desetletji. Današnji podatki o duševnih motnjah, težavah v sožitju in o osamljenosti kažejo bolj kakor takrat, da je lepo družinsko sožitje in dobro sodelovanje v njej ena največjih vrednot, ki omogoča razvoj posameznika in skupnosti. Lukas kaže, da uresničevanje te velike vrednote poganja notranja – privlačna energija smisla. Tudi to spoznanje je danes aktualnejše kakor pred desetletji, saj ljudje v evropski kulturi doživljajo hudo bivanjsko praznoto, nezaupanje v prihodnost, razkrajanje odgovornosti za skupnost in malodušje za vsakdanje delo.

Knjiga *Družina in smisel* usmerja bralca v zavestno in zavzeto delo za lepše sožitje v družini. Pri tem mu nudi dobra spoznanja in metode, med drugim tudi njeno izvirno metodo vnaprejšnjega vložka pri reševanju sporov. Današnja kriza v evropski kulturi je kriza sožitja med moškim in žensko v njuni zavestni zavezi za brezpogojno zvestobo vložku v dobro otrok – pogoj za to pa je zaveza med njima, da bosta drug drugemu trajna opora v njunem osebnotnem razvoju. Biti trajna opora drug drugemu in oba skupaj otrokom pa je preseganje samega sebe. Logoterapija in celostna antropologija, ki jo je pri nas razvijal dr. Anton Trstenjak, ugotavljata, da je preseganje sebe, to je vlaganje svojih moči v življenje za nekoga in za nekaj, bistvo človeka.

Prastare zmote, da se človek uresniči s tem, da se vrti okrog samega sebe, so se v 20. stoletju deloma oprijete tudi stroke. Osamljenost in nesrečnost ljudi v materialnem obilju je potrdila izkušnjo človeštva, ki je temelj logoterapije: človek je bitje, ki se uresniči, ko živi za nekoga ali nekaj smiselnega. Družina je pri tem na prvem mestu.

Pri preseganju sebe je odločilna tudi druga beseda v naslovu knjige: smisel. Ljudje smo večinoma prepričani, da je tisto, za kar si prizadevamo, najpomembnejše in najboljše. V 20. stoletju so ljudje v naši prosvetljeni evropski družbi mučili in pobili toliko ljudi, kakor nikoli pred tem, pri tem pa bili prepričani, da delajo za dobro človeštva in za napredek. Te in današnje teorije so pospešeno uničile tradicionalno sožitje v družini, ničesar pa naredile za kakovostno in trajno vzdržno sožitje med staršema, med njima in otroki ter z generacijo starih staršev v današnjih življenjskih razmerah, ko tradicionalni način sožitja ni več uporaben. Pri tem uničevanju družine so bili in so še danes prepričani, da delajo v dobro človeštva in za napredek.

Ni vse smiselno, kar se nam zdi, da je smiselno. Ne osrečuje nas vse, česar si trenutno poželimo. Ljudje smo zmotljiva bitja. Ko logoterapija govori o smislu in družini, ve, da več glav več ve kakor ena, da roke mnogih zmorejo več kot roke posameznika. Smisel odkrivamo s sodelovanjem in v lepi pogovorni kulturi. Tega dvojega pa se ne otroci, ne starši, ne stari starši ne moremo nikjer učiti bolje kakor v družini.

UVOD

Viktor E. Frankl

Gospe in gospodje!¹

Dovolite mi, da takoj na začetku ugotovim – in prosim, da to upoštevate –, da konceptu samouresničitve že načelno ni kaj ugovarjati. Slehernemu človeku lahko samouresničitev samo želimo. Toda ta koncept je sedaj *v modi*, kot se temu reče. Postal je slogan, postal je geslo in deli usodo vseh gesel. Taka vodila postanejo popularna in se v množici, kjer postanejo popularna, tudi popularizirajo. Takšna pa so seveda pogosto in vedno znova tudi napak razumljena. In ne samo to, so tudi zlorabljena kot alibi za človekovo egocentrično, včasih že kar egoistično vedenje. S tem se približujejo tistim pojavom, ki jih opisujejo ameriški sociologi, ko zadnja leta govorijo o *me generation*, torej o vase usmerjeni generaciji, psihoanalitiki pa o *age of narcissism*, o dobi narcizma, bolestne zaverovanosti, zaljubljenosti vase.

¹ Slavnostno predavanje Viktorja E. Frankla na 12. mednarodnem kongresu o družini na Dunaju, 20.–23. oktobra 1988.

Načelo, o katerem sem hotel govoriti jaz, pa je udarna beseda tudi v drugem oziru, namreč v tem, da je udarec v obraz vsakemu poznavalcu tega, kar imenujemo *conditio humana*, *condition humaine*, se pravi človeške biti, človekovega temeljnega stanja. V resnici – če ne več, pa vsaj prvotno – človekova dolžnost ni v tem, da uresniči samega sebe, ampak da izpolni smisel. Njegova dolžnost ni, da najprej uresniči svoje možnosti, kot temu lepo rečemo, ampak je najprej usmerjen v svet, da tam uresniči smiselske možnosti, tiste, ki čakajo, da bi jih, zunaj v svetu in ne v notranji zasanjanosti, končno že enkrat uresničil.

Človek stopa v zunanji svet preko samega sebe! Človek je bitje, čigar bivanje je zaznamovano s samopresežnostjo. Temeljno antropološko stanje izpisuje signaturo človeške biti. Človeška bit vedno stremi preko same sebe. Človeška bit ni nikdar vnaprej usmerjena sama vase. Kaže na nekaj ali nekoga, vsekakor pa na nekaj izven same sebe. Človeška bit kaže na smisel, ki ga je treba izpolniti navzven, v svetu, ali na sočloveško bit, h kateri se ljubeče obrača.

Z drugimi besedami: človek je k smislu in k osebi orientirano bitje. Človek se hoče posvetiti službi nečemu oziroma se ljubeče predati drugi osebi. Prav toliko in samo toliko, kolikor se nečemu posveti, kolikor zmore nečemu služiti ali se predajati ljubljeni osebi, toliko se šele zares kaže kot človeško bitje in je sploh šele zares človek.

Gospe in gospodje, za boljše razumevanje bom skušal to ilustrirati s primerom. Vzemimo oko, ki je v nekem smislu samopresežno. Njegova funkcionalna zmožnost je brezpogojno v tem, da more svet spoznavati z vidom – ne more pa spoznavati sebe. Kdaj torej lahko vidi samo sebe? Le ko zbolí. Če zbolim za sivo mreno, vidim meglo, oblake. To so motnje moje leče. Če zbolim za zeleno mreno, vidim

okoli luči mavrične kolobarje. To je znamenje povečanega pritiska v sprednjem prekatu očesnega zrkla. Normalno oko, razen če se seveda ne gleda v ogledalu, o samem sebi ne ve ničesar, predano je svoji funkciji, ki jo lahko opravlja samo, če o samem sebi ne opazi ničesar. Z drugimi besedami – oko mora samo sebe prezreti.

Vzemimo še drugi primer: kdaj je najboljši trenutek za fotografiranje majhnega otroka, za hipni posnetek? Ne takrat, ko nas otrok pri tem opazi, ampak ko se popolnoma izgubi v svoji igri, ko pozabi na okolico, fotografa in predvsem nase; tedaj je pravi trenutek.

Prav tako je s človekom. Šele v njegovi zmožnosti, da samega sebe prezre, v njegovi zmožnosti, da pozabi nase, v predanosti neki nalogi ali ljubljenu človeku, šele takrat je zares on sam. Takrat uresniči samega sebe. Ne v smislu zaskrbljenosti za svoje samouresničenje, ampak v pozabljanju sebe, v predanosti nečemu ali nekomu drugemu in ne v svojem lastnem jazu. Torej se samouresničenje lahko zgodi samo kot stranski učinek, kot nenameravano dejanje, kot posledica nesebičnosti. Besedo *selflessness* v tej zvezi uporablja celo ustanovitelj teorije samouresničenja – *self-actualisation* – Abraham Maslow, veliki že pokojni ameriški psiholog in ustanovitelj humanistične psihologije.

Kot izrecno razlaga, najboljša pot do samouresničenja ni v tem, da se človek žene za njim, da si ga postavi za cilj. Kot dobesedno pravi, so najboljše poti do samouresničenja nesebično ravnanje, altruistično obnašanje, socialna naravnost. To so njegove besede.

Torej je samouresničenje možno le kot nenameravana posledica, ki ni zastavljena kot cilj. Še več, v trenutku, ko si ga postavimo za cilj, ko imamo samouresničenje za tarčo, ta cilj avtomatično zgrešimo.

Stremljenje po samouresničenju se znova in znova izkazuje za neuspešno. Človeku se dogaja isto kot pri poželenju, zlasti spolnem. Po desetletjih izkušenj iz nevrologije lahko mirno rečem in svojim študentom to tudi vedno poudarjam: kolikor bolj gre nekemu za naslado, toliko manj je je deležen, specialisti za živčne bolezni pa se potem na dolgo in široko ukvarjajo z motnjami potence in motnjami doživljanja orgazma. Resnica pa je, da bolj ko hoče pacient demonstrirati svojo spolno potenco, bolj je podvržen impotenci. Kolikor bolj je pacientka v skrbeh in se trudi za svoj orgazem (*Bom že doživela orgazem? Bom že enkrat doživela vrhunec?*), toliko bolj je obsojena na frigidnost.

In sedaj še izkustveno dejstvo. Pred leti je znana ameriška revija *Psychology Today* med svojimi bralci izvedla anketo. V uredništvo je prispelo 20.000 odgovorov na vprašanje: *Kako lahko orgazem oziroma potenco priženemo do vrhunca?* In kaj je bilo na vrhu zbranih odgovorov? Na prvem mestu med stvarmi, ki pospešujejo doživljanje orgazma, sta bili zaljubljenost in ljubezen.

Vidite, gospe in gospodje, nič več in nič manj: človekovo ljubezensko življenje je del samopresežnosti človekovega bivanja. Njegovo ljubezensko življenje, seksualno življenje kot takšno, samo sebe presega, teži k partnerju, ki ga posameznik ljubi, in s tem presega sebe. Z drugimi besedami: človekovo spolno življenje je od nekdaj, od samega začetka več kot gola seksualnost, in sicer toliko več, kolikor izraža to, kar imenujemo ljubezen; torej nekaj bistveno nadspolnega.

Sigmund Freud, veliki učitelj nas vseh, je v svojem času govoril o cilju in objektu gona. To ni dovolj. Cilj gona je sprostitvev napetosti, izpraznitev gonske napetosti v seksualnosti. Objekt gona je partner, katerikoli partner, bi lahko

dodali. Morali pa bi reči, da se pravo človeško seksualno življenje začne šele tam, kjer partner sploh ni več objekt, sploh ni več sredstvo za dosego cilja, ampak ga tisti, ki ga ljubi, vidi kot partnerja, kot subjekt in ne objekt; kjer na partnerja gleda kot na osebo. V takem razumevanju osebe pa k njej spada najprej edinstvenost človeka in nadalje njegova enkratnost.

To je zelo pomembno, ker prav iz te edinstvenosti in enkratnosti sledi utrjen monogamni odnos, torej odnos, ki svojo pozornost usmerja v ljubljenega človeka. In samo človek, ki ljubi, to enkratnost jemlje resno in mu ta enkratnost ter nezamenljivost ljubljene osebe postane središče pozornosti. Naravno je, da je s tem monogamnost odnosa zagotovljena toliko, kolikor iz teh kvalitiet sledijo njegova enkratnost, edinstvenost, trajnost in izključnost.

Goethe je nekoč dejal: »Meriti je treba v črno na tarči, četudi ne zadenemo vedno. Kajti če ne bomo merili v popolnost, tudi nepopolnega, delnega ne bomo dosegli.«

Gospe in gospodje, s ponosom se spominjam Mednarodnega kongresa o družini pred letom dni v Caracasu. Ko sem končal svoj referat, v katerem sem posebej govoril o ljubezni, sem prisluhnil mladi dami, ki je svoj koreferat predstavila v španščini. Šele naslednjega dne sem izvedel, da je govorila v imenu mlade generacije, v imenu mladih iz Venezuele. Rekla je, kako v njihovem imenu potrjuje točno to, kar sem v svojem referatu povedal sam, in da njihovi mladi prav vse podpišejo. Veste, kdo je bila ta mlada dama? Venezuelska študentka političnih znanosti, ki je v Caracas priletela naravnost iz Manile, kjer je bila dan prej izbrana in okronana za *miss universum*. Svetovna kraljica lepote je dala Franklu prav. No, kaj pravite k temu?

Za samouresničenje velja isto kot za užitek, zlasti za spolni užitek. Pa tudi za srečo, ne samo srečo v spolnosti ali v zakonu, srečo nasploh: kdor se podi za njo, jo s tem tudi že odpodi. Do sreče, dožitka in samouresničenja lahko pridemo samo po ovinku, ne direktno, po ovinku skozi zunanji svet. To pomeni, da če smo aktivni navzven, če delamo dobro in prav, če v tem svetu nekaj doživimo, če zunaj sebe opazimo lepoto in resnico, sami sebe uresničujemo, doživimo veselje in postajamo srečni.

Nihče ni bil skromnejši kot Albert Schweitzer, ki je nekoč zapisal: »Edini zares srečni ljudje, kar sem jih kdaj srečal v življenju, so bili tisti, ki so se popolnoma predali neki stvari.« Pot do sreče torej vodi le preko zunanjega sveta. Naj k temu le dodam, da se je še za vsakogar, ki je iskal krajšo pot, vsaka bližnjica izkazala za slepo ulico.

Kako je torej mogoče, da se je neki slogan, neka zvodenela teorija o *selfactualization*, teorija o samouresničenju, zmogla obdržati tako dolgo? V zvezi s tem sem tipični *aha trenutek* doživel leta 1957 v Melbournu v Avstraliji, kjer sem predaval na Inštitutu za psihologijo, v delčku sekunde mi je postalo jasno. Po predavanju mi je namreč vodja oddelka v spomin poklonil bumerang, ki se je izkazal za najboljši simbol samopresežnosti človeškega bivanja. Pogosto mislimo, da se bumerang vrne k tistemu, ki ga je vrgel. A kot so mi povedali domačini, to sploh ne drži: bumerang se vrne samo, če zgreši svoj cilj. In točno tako je tudi s samouresničenjem. Nase obračajo pozornost in skrbijo za svoj program samouresničevanja samo ljudje, ki so bili razočarani in prikrajšani v svoji prvotni želji, da bi zunaj sebe nekaj smiselnega naredili ali doživeli!

Pretirano poudarjanje samouresničenja gre konec koncev v korak s tem, kar opažamo v psihoterapiji: po vsem

svetu naraščajoče občutje nesmiselnosti, ki se združuje z občutkom praznote. Odkar sem leta 1955 ta fenomen opisal kot *bivanjsko praznoto* oziroma *eksistencialni vakuum*, se je v teh več kot 30 letih razširil po vsem svetu. Kot sem se sam prepričal, ga je najti na vseh kontinentih.

V tretjem svetu, kjer se industrializacija povezuje z urbanizacijo, ljudje prihajajo v mamutska mesta, izgubljajo svoje korenine, zaradi česar so odtujeni svojim tradicijam in vrednotam, ki jih te tradicije posredujejo. Tako ostanejo brez prave lestvice vrednot in življenje izgubi smisel. K temu dodajmo še visoko brezposelnost. V času svetovne gospodarske krize (v tridesetih letih prejšnjega stoletja, op. ur.) sem lahko opisal nevrozo brezposelnosti, depresijo, ki ji ni botrovala lakota (čeprav so takrat ljudje dobesedno stradali), ampak občutje nesmiselnosti; mladi, brezposelni, so kričali: »Ne potrebujemo denarja, tudi ne služb, ampak hočemo smisel v življenju!«

Smisel je najpomembnejši in v resnici jim je takrat uspelo, da so jih vključili v neplačane, prostovoljne aktivnosti, kjer so si lahko sami svobodno izbirali smiselne naloge. Depresije ni bilo več, četudi se družbeno-gospodarski položaj ni spremenil.

Kje je vzrok vsega tega? S seboj ga prinaša industrijska družba, ki si prizadeva čim bolj zadovoljiti vse človeške potrebe, hkrati pa v potrošniški družbi ustvarja vedno nove potrebe, da jih potem spet lahko zadovoljuje. Toda najbolj človeška od vseh človeških potreb, potreba po smislu, ostaja neizpolnjena.

Govorili smo o bivanjski praznoti. Ta se v glavnem kaže na dva načina: v dolgočasju in apatičnosti. Dolgočasje lahko opredelimo kot izgubo zanimanj, apatičnost pa kot pomanjkanje pobude. Z zanimanjem je mišljeno

zanimanje za svet, s pobudo pa iniciativa, da v tem svetu nekaj spremenimo in izboljšamo, dokler je to mogoče. Iz te bivanjske praznote izhaja skupinski nevrotični sindrom, ki se kaže v treh pojavnostih: agresivnosti, zasvojenosti – na primer v zasvojenosti od drog – in depresiji.

Najprej o agresiji. Naj na kratko opišem primer, s katerim želim ponazoriti, kaj vse je povezano z izpolnitvijo smisla in kaj s pomanjkanjem možnosti, da ga uresničimo. V Oslu je park Frogner, v katerem so sodobni umetniški kipi, ki so jih vandalske skupine mladih skoraj vsako noč poškodovale. Ko jih je policija ujela, je ubrala terapevtski pristop. Ustanovila je posebne brigade ter te mlade ljudi vključila vanje. Ponoči so v skupinah patroljirali po mestu in skrbeli, da drugi vandali niso delali škode v parku, na tramvajih in podobno. Mladi prestopniki so tako dobili nalogo, svobodno izbrano, ki jim je dala smisel, posledično pa sta vandalizem in agresivnost v hipu izginila.

Vidite, ne smemo samo žugati z dvignjenim kazalcem, to bi bilo moraliziranje, s kazalcem moramo nekaj pokazati, neko konkretno smiselno možnost. Potem bo terapija uspešna.

Kot tretje sem navedel življenjsko naveličanost in poleg kriminala še samomorilnost. Proti samomorilnosti lahko delujemo preventivno. Na Dunaju so na primer že pred 60 leti ustanovili prvo posvetovalnico za preprečevanje samomorov. Ustanovo za ljudi, ki so se naveličali življenja, je ustanovil Wilhelm Börner in jo celih deset let – vse do vkorakanja nacionalsocialistov – zelo uspešno tudi vodil. Ta ustanova je postala v svetu tako pomembna in znana, da se je za Börnerjevo delo in dejavnost posebej zanimal profesor Masaryk. Preden je ustanovil Češkoslovaško republiko ter postal njen prvi predsednik, je imel Masaryk

profesuro v Ameriki in je o samomorilnosti napisal tudi knjigo.

Naj omenim še nekaj drugih preventivnih ukrepov za preprečevanje samomorov. Takoj boste videli, kam merim. V bližini Tokia je vulkan. Mlada japonska študentka si je vzela življenje tako, da se je vrgla v krater. Časopisi so to močno napihnili in o tem obširno poročali. Veste, kakšen učinek je to imelo? V naslednjem letu je na enak način v istem vulkanu samomor naredilo nič manj kot 944 mladih ljudi. Kdo je za to odgovoren? Se novinarji zavedajo svoje moči?

Lahko vam nanizam še celo vrsto podobnih primerov iz Detroita, iz kantona Jura v Švici, iz Nemčije ... Tudi tam so ugotovili, da je sledil niz samomorov, potem ko so na televiziji o kakšnem izčrpno poročali oziroma predvajali film o samomoru mladeniča, ki se je vrgel pod vlak. Znanstveno zanesljivo je mogoče sklepati, da je šlo za povezana dejanja, saj so podobno stari ljudje v istem časovnem obdobju umrli na enak način. Popolnoma jasen vzorec dokazuje, da so bili novi samomori posledica prejšnjih.

Glejte, kdo, če ne mi, mora ceniti svobodo tiska? A če je ne uravnava odgovornost, je svoboda vedno v nevarnosti, da se izrodi v samovoljo. In zdaj boste razumeli, zakaj v Združenih državah Amerike poslušalcem svojih predavanj vedno znova govorim, naj že vendar svoj kip svobode na Vzhodni obali dopolnijo s kipom odgovornosti na Zahodni.

Vsi mi, gospe in gospodje, vsi smo se v šoli učili *Fiat iustitia, pereat mundus*. To lahko prosto prevedem kot *pravičnost nad vsem*, torej naj se zgodi pravica, pa četudi vse propade. Vendar pa tega nikakor ne smemo razumeti kot: *Fiat publicitas, pereat homo*, češ samo da je publiciteta, četudi za ceno človekovega življenja.

Na tem mestu bi moral nekaj reči tudi o povezanosti zasvojenosti z drogami in občutkom nesmiselnosti. A naj zadošča, da vas napotim na študijo zelo znanega psihiatra iz New Yorka, ki je uspel dokazati, da prav vsak od droge zasvojeni mladostnik v tem mestu trpi zaradi občutka nesmiselnosti.

Medtem pa se že kaže sprememba trenda, o čemer je že leta 1936 govoril Oswald Spengler. Čeprav je v svojem delu, ki je postalo svetovna uspešnica, napačno napovedal zaton Zahoda, je pravilno predvideval podobo našega časa in v njem *uveljavljajoči se občutek nesmiselnosti*. Leta 1936 je namreč zapisal: »Preden se bo končalo stoletje, se bodo ljudje globokega duha bolj posvečali razmišljanju o smislu življenja kot znanosti in tehniki, ki danes ljudi tako močno oklepata.« Tako Oswald Spengler.

Gospe in gospodje, smisla ne moremo dati, smisel je treba najti – lahko pa damo zgled, to moremo; zgled človeka, ki je zase del smisla svojega življenja že uresničil ali pa je na poti, da ga uresniči. Vrednot ne moremo učiti, vrednote moramo živeti. In vrednote živimo za tiste, ki pridejo za nami. In sedaj boste razumeli, kje na lestvici je vrednota, ki jo predstavlja družina. Mlad človek se v družini uči, kaj pomeni biti tu za nekaj, za nekoga in kaj pomeni biti tu drug za drugega. Družino bi lahko opredelili kot mesto, kjer živimo samopresežnost človeškega bivanja. Družina je šolski zgled tega. Časovno je to pomoč na poti k smislu.

Dovolite mi, gospe in gospodje, da za konec povem še nekaj! Ravnanje po smislu, kot uči moderna psihoterapija, ima tisto, kar ameriški psihologi imenujejo *survival value*. Je torej odločujoči dejavnik, ki človeku pomaga preživeti v skrajnih situacijah. In naj povsem na kratko, anekdotično dodam še dvoje.

Blizu kalifornijske univerze, kjer sem dolga leta poučeval, je bilo vojaško letališče, od koder so bili trije študentje moji slušatelji, ki pripravljali svoje disertacije. Po naključju so bili to ravno trije častniki, ki so v taborišču severnem Vietnamu kot vojni ujetniki od vseh Američanov preživel najdaljšo dobo – sedem let. V izolaciji, v džungli ... Na seminarju so povedali: Odločilna za to, da smo sedem let zdržali v tistih nepredstavljivo težkih razmerah, je bila naravnost na prihodnost, v upanje, da se bomo spet lahko vrnili na svoje delo, da bomo skupaj s svojimi dragimi, s svojimi družinami.

Bral sem tudi delo študentke Barbare Lee, ki je izšlo v *Humanistic Psychology*. Dolgo časa je bila v koncentracijskem taborišču v Auschwitzu, zdaj je psihologinja v Kaliforniji. V svoji disertaciji je uspela dokazati, da si je med preživelimi iz koncentracijskih taborišč, vključno z Auschwitzem, neobičajno velik odstotek ljudi uspel zgraditi srečno, uspešno in smiselno življenje. Izkušveno dokazano so bili to ljudje, ki so v otroštvu in mladosti odraščali v toplini ljubečega družinskega okolja. Barbara Lee meni, da je bilo to odločilno. In zdaj naj si še kdo dovoli podcenjevati pomen družinskega življenja!

Gospe in gospodje, dovolite, da končam s citatom Christopherja Guenzla, ki je v reviji *Zeitschrift für Sozial- und Wirtschaftspolitik* zapisal naslednje: »Če so nekoč v preteklosti politično klimo določala gospodarska in pozneje družbena vprašanja, se zdaj z vso ostrino postavljajo vprašanja o smislu življenja. Ta okoliščina postaja tudi politično pomembna, da, vprašanje o življenjskem smislu postaja nenadoma strankarsko-politično pomembno, kajti tista politična stranka, ki zmore odgovoriti na ta vprašanja, bo imela koristi od omamne moči, ki veje iz tega vprašanja.«

LJUBEZEN IN SPOLNOST

Viktor E. Frankl

Zdi se, da sta zakon in ljubezen tesno povezana. Toda povezana sta, odkar obstajajo tako imenovani zakoni iz ljubezni, torej odkar obstajajo zakoni, katerih uresničenje (če že ne obstoj) temelji na tem čustvu. V tem smislu so zakoni iz ljubezni, kot poudarja sociolog Helmut Schelsky v svoji *Sociologiji spolnosti*, še sorazmerno mlad pojav. Vendar po pravici lahko rečemo, da je ljubezen nasploh pogoj in predpostavka za tako imenovan srečen zakon. Vprašanje je le, če je na ljubezni zgrajena sreča tudi trajna. Ljubezen namreč je pogoj, ki je potreben za zakonsko srečo; s tem pa še zdaleč ni rečeno, da je tudi zadosten pogoj.

Kaj je pravzaprav ljubezen? Ali res ni nič drugega kot *ciljno zavrta* spolnost, kot meni Sigmund Freud, in ali jo res lahko zreduciramo samo na sublimacijo seksualnih gonskih energij? To verjame samo redukcionizem, ki za vsako ceno poskuša pojav spremeniti v goli spremni pojav, s tem da ga izvaja iz drugih pojavov. To pa ne temelji na izkustvenih ugotovitvah, ampak bolj na temelju točno določene predstave o človeku, ki se vsekakor ne razglša

za takšno, ampak molče predpostavlja, torej se preprosto vtihotaplja v na videz znanstven poskus razlage.

Toda če nočemo pojava ljubezni napeti na Prokrustovo posteljo katerekoli interpretacije ali indoktrinacije, ampak jo doumeti neokrnjeno, ne zadošča psihoanalitična razlaga, marveč mnogo bolj potrebujemo fenomenološko analizo. V njenih okvirih se ljubezen pokaže kot prvovrsten antropološki pojav. Izkaže se namreč, da je ljubezen eden od obeh vidikov tistega, kar sam imenujem *samopresežnost človeškega bivanja*. Pod tem razumem temeljno antropološko dejstvo, da človeškost vedno kaže čez sebe, naprej na nekaj, kar ni ona sama – na nekaj ali na nekoga: na smisel, ki ga človek izpolnjuje, ali na sočloveško bivanje, ki ga tam sreča. In samo toliko, kolikor tak človek tako presega samega sebe, samega sebe tudi uresničuje: v službi nečemu ali v ljubezni do druge osebe. Z drugimi besedami: človek je v polnosti človek pravzaprav samo takrat, ko se popolnoma razdaja za kakšno stvar, ko je povsem vdan drugi osebi. In popolnoma on sam postane takrat, kadar samega sebe prezre in pozabi. Kako lep je na primer otrok na sliki v trenutku, ko ne ve, da ga fotografiramo in je ves predan svoji igri.

Prej smo govorili o srečanju – naj torej ljubezen definiramo kot srečanje? Srečanje je tak odnos do partnerja, da ga v njem priznamo za človeka. Iz tega že sledi, da ga ne smemo izkoristiti zgolj kot sredstvo za doseg cilja. Po drugi verziji kategoričnega imperativa Immanuela Kanta k bistvu človeškega ravnanja in naravnosti sodi to, da sočloveka pod nobenim pogojem ne smemo ponižati na golo sredstvo za doseg cilja.

Zdi se mi, da edino ljubezen pomeni korak naprej k srečanju, in sicer toliko, kolikor partner ni razumljen zgolj v svoji čisti človeškosti, ampak preko tega tudi v

svoji enkratnosti in edinstvenosti, se pravi kot oseba. Kajti človek je oseba ravno zaradi dejstva, da ni samo človek med drugimi, ampak je tudi drugačen od vseh drugih – in da je v tej svoji drugačnosti v primeri z vsemi drugimi nekaj enkratnega in edinstvenega. In šele s tem, da ljubeči ljubljenega doume v njegovi enkratnosti in edinstvenosti, ljubljene ljubečemu postane *ti*.

Eden od vidikov samopresežnosti – da namreč človek terja smisel in prek samega sebe sega po njem – je zakoličen tudi z motivacijskoteoretično zamislijo *volje do smisla*, kot jo sam imenujem. Ta zamisel je bila medtem tudi izkustveno potrjena (Elisabeth S. Lukas, James C. Crumbaugh in drugi). Kratochvil in Planova menita, da je volja do smisla motiv *sui generis* in se ga ne da zvesti (redukcionistično) na druge motive oziroma ga iz njih izpeljati. Abraham H. Maslow gre celo tako daleč, da ima voljo do smisla za *primarni* motiv, ki da je v osnovi človeškega vedenja.

Danes lahko vsepovsod opazamo, da je prav ta volja do smisla močno prikrajšana: psihiatri se vse bolj spoprijemamo – tudi v nekdanjih komunističnih deželah in v deželah v razvoju – z občutkom nesmiselnosti, ki glede nastanka nevroz že prehiteva manjvrednostni občutek, kot ga je opisal Alfred Adler. Ta občutek nesmiselnosti se ujema z *občutkom praznote*, ki sem ga imenoval *bivanjska praznота*. In v tej bivanjski praznoti se bohoti spolni libido! Danes tako razširjeno *inflacijo spolnosti* si lahko razlagamo tako in konec koncev samo tako. Kot inflacija na denarnem trgu tudi ta vodi v razvrednotenje. V spolni inflaciji je spolnost razvrednotena prav toliko, kolikor je razčlovečena. Človeška spolnost je več kot gola spolnost. In sicer je toliko človeška, kolikor izraža ljubezenski odnos.

Pravzaprav pa trditev, da je človeška spolnost več kot gola spolnost, ne drži popolnoma; tudi živalska spolnost namreč lahko preseže zgolj spolno. Tako je Ireneus Eibl-Eibesfeldt v svoji knjigi *Ljubezen in sovraštvo – o zgodovini narave elementarnega vedenja* opozoril, da »so pri vretenčarjih načini spolnega vedenja različno podrejeni povezovanju skupin«, kar »velja zlasti za primata«. Tako na primer služi »kopulacija pri neki vrsti pavijana edino temu socialnemu smotru«. Še toliko bolj ima potem »spolna združitev pri ljudeh nedvomno tako nalogo, da povezuje partnerja, kot tudi, da skrbi za razmnoževanje«. Dejstvo, da spolnost vendarle služi povezavi med partnerjema, vsebuje kot predpostavko partnerski odnos, torej ljubezen kot individualizirano povezanost. »Ljubezen je individualizirana povezanost med partnerjema in nenehno menjavanje partnerjev temu nasprotuje.« Eibl-Eibesfeldt naravnost razloži, da je človek »v tem smislu že prirojeno nagnjen k trajnemu partnerstvu zakonske vrste«. Na koncu svari pred »nevarnostjo, da bi spolnim odnosom vzeli individualnost«, kar bi pomenilo »smrt ljubezni«.

Še več kot to: smrt ljubezni bi, tako mislimo, imela za posledico tudi zmanjšanje užitka. Psihiatri lahko vedno znova opazamo, da tam, kjer seksualnost ni več izraz ljubezni, marveč postaja zgolj sredstvo za doseganje užitka, tudi ta užitek izginja. Poudarjam: čim bolj gre človeku za užitek, toliko bolj se mu ta izmika. Impotenca in frigidnost sta po mojih izkušnjah v večini primerov posledica teh mehanizmov. Poglejmo še z druge strani: ameriška revija *Psychology Today* je nekoč razpisala anketo in iz 20.000 prispelih odgovorov so ugotovili, da je med dejavniki, ki največ prispevajo k potenci in orgazmu, na prvem mestu ljubezen.

Gotovo bi bil spolni užitek večji, če spolnost ne bi bila izolirana in iztrgana iz celote, iztrgana iz ljubezni in prav zaradi tega razčlovečena. Ne smemo pozabiti, da spolnost, ki je na tak način razčlovečena, ne more biti že kar vnaprej človeška, ampak jo je vsakokrat treba šele počlovečiti. Da to pojasnimo, bomo vzeli za izhodišče pojmovni par, za katerega se lahko zahvalimo Sigmundu Freudu: razliki med *gonskim ciljem* in *gonskim objektom*. Ko se v puberteti začneta razvoj in zorenje spolnosti v ožjem pomenu besede, se – v smislu *gonskega cilja* – kaže smer za sproščanje nakopičenih spolnih napetosti, sproščanje, za katero nikakor ni potrebna oblika spolnega akta: to se lahko opravi tudi z masturbacijo. Šele na kasnejši stopnji spolnega razvoja in zrelosti se pojavi gonski objekt – oči se upirajo v partnerja, ki bi bil primeren in pripravljen za spolni akt, katerikoli partner: lahko tudi prostitutka.

Jasno je, da na tej stopnji spolnost še ni na pravi človeški ravni, še ni popolnoma počlovečena; na človeški ravni namreč partner ni objekt, ampak ostane subjekt, predvsem pa ga na človeški ravni ni več mogoče uporabljati oziroma zlorabljati le kot namensko sredstvo – ne za zadovoljitev gona ne za doseganje užitka! Seveda pa s tem ni izključeno, da se užitek tem bolj krepi, čim bolj se človek *ne* meni zanj!

Kaj pa se zgodi, če človek v svojem spolnem razvoju in zorenju ostane na prvi ali na drugi stopnji oziroma če pride do »regresije« na eno od obeh stopenj? Dokler je še na prvi stopnji in meni, da lahko shaja brez gonskega cilja *spolnega akta*, si pomaga z onanijo – in potrebuje pornografijo. Če pa ni prišel preko druge stopnje, potem se ta *fiksacija* izrazi v promiskuiteti, zadošča mu prostitucija.

Vidimo torej, da moramo tako potrebo po pornografiji kot tudi potrebo po prostituciji, sploh pa potrebo po promi-

skuiteti, diagnosticirati kot znak psihoseksualne zaostalosti. Industrija spolne zabave skrbi, da se prav ta povečuje, ko jo opredeljuje za napredno. K temu prispeva tudi industrija razsvetljenstva: bori se proti hinavščini, vendar je tudi sama hinavska, ko na glas kriči proč s cenzuro, misli pa na svobodo za prodajo in zaslužkarstvo. Žal je posledica vsega tega prisilno spolno potrošništvo, ki prinaša s seboj vse večje motnje potence. Do teh motenj namreč prihaja navadno takrat, ko ima pacient občutek, da je spolni akt dosežek, ki ga okolica od njega pričakuje, želi ali že kar zahteva, zlasti če to zahteva partnerka. Toda tudi to ne drži samo za ljudi, ampak tudi za živali. Konradu Lorenzu je na primer uspelo ribjo samico pripraviti do tega, da pri parjenju ni spogledljivo bežala pred samcem, temveč mu je odločno zaplavala naproti – in samec ni bil več zmožen opraviti parjenja.

Georg L. Ginsberg, William A. Frosch in Theodore Shapiro z Univerze v New Yorku v *Archives of General Psychiatry* poročajo, da impotenca med mladimi narašča bolj kot kadarkoli doslej. Ti trije psihiatri na podlagi odgovorov žensk v anketnem vprašalniku sklepajo, da je to zaradi tega, ker ženske zaradi svoje na novo pridobljene spolne svobode zdaj od moških želijo in zahtevajo seksualni dosežek: »*These newly freed women demanded sexual performance.*«

Rekli smo, da je človeška spolnost razčlovečena, če je zlorabljen zgolj kot namensko sredstvo za doseg užitka. Nič manjša zloraba pa ni, če jo obravnavamo zgolj kot sredstvo za razmnoževanje – Američani tu znova razlikujejo med *recreational sex* in *procreational sex* –, namesto da bi ostala to, kar je: izraz ljubezni. In prav religija, ki Boga navsezadnje definira kot ljubezen, bi pač morala paziti,

da ne bi *ex cathedra* trdila, da imata zakonska skupnost in ljubezen smisel samo takrat, kadar sta namenjena razmnoževanju. Gotovo so tako oznanjali nekoč, ko je bil ne samo zakon iz ljubezni izjema, ampak ob tem tudi izredno visoka umrljivost dojenčkov. Danes imamo prej opraviti z nasprotnim, namreč z eksplozijo prebivalstva. In danes imamo pri roki *tabletke*. Toda ta lahko prispeva k počlovečenju spolnosti le toliko, kolikor se spolnost osamosvoji – tako je le nekaj časa v službi razmnoževanja, prisilnega razmnoževanja je osvobojena, s tem pa se lahko sprosti, da postane krona ljubezni.²

² Iz: Viktor E. Frankl, *Rund um die Familie – was die Familie zusammenhält*, Herder, Freiburg im Breisgau 1980, 81–87.



*Knjiga
ne sme biti le
ogledalo
spačenih obrazov,
ki so jih povzročili ljudje.*

*Knjiga
mora biti
tudi življenjski napoj,
ki spačene obraze nežno gladi.*

Elisabeth Lukas: *SMISELNICE*

DRUŽINA POTREBUJE SMISEL

Družina ni ohlapna skupina med seboj sorodstveno povezanih ljudi različne starosti, ampak čisto poseben, specifično človeški socialni sestav, ki je – vsaj do danes in kljub mnogim drugačnim poskusom – ostal nenadomestljiv. Družina je gotovo lahko nebo in pekel, vir veselja in trpljenja, pač glede na to, kaj posamezni člani iz nje naredijo. Ko slišimo stotine in tisoče družinskih zgodb, kar je v psihološki praksi neizbežno, se počasi oblikuje predstava o *zdravi* družini, o sestavu, ki drži skupaj, pa naj se zgodi karkoli, in prav tako o družinskem sestavu, ki lahko obstaja le kratkotrajno prav zaradi tega, ker *ni zdrav*. Moja shema, nastala iz nešteti pogovorov s klienti, je naslednja:

V zdravi družini ima vsak družinski član smiselno funkcijo.

Prosim, primerjajte naslednji simbolni risbi:



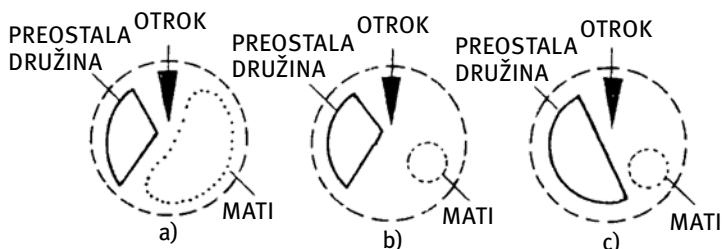
Delčke na levi risbi je očitno mogoče bolje spojiti in jih sestaviti v celoto kot tiste na desni risbi. Zakaj? Seveda zato, ker delčki na levi risbi *niso poljubno* oblikovani, ampak so usklajeni z robovi preostalih delčkov, česar pa na desni risbi ne vidimo.

Ta primerjava, prenesena na družino, pomeni, da je družina toliko trdnejša in toliko bolj zdrava, kolikor so posamezni družinski člani sposobni vsakokrat uskladiti svoje družinske funkcije z danostmi drugih članov družine. Če pa nasprotno – kot je to prikazano na desni risbi – vsak družinski član izoblikuje svojo družinsko funkcijo po lastni presoji, koristi in razpoloženju, relativno neodvisno od drugih, nastane družinska zveza, ki je kvečjemu slučajna, praviloma pa ne more delovati ubrano.

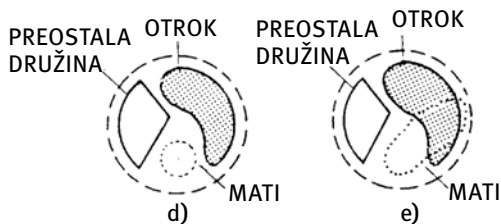
Že slišim nasprotujoče klice, da takšna uskladitev funkcij nasprotuje lastnim interesom posameznika ter ovira njegovo samouresničitev. Gotovo mora človek, ki živi brez staršev, moža, žene in otrok, svoj življenjski slog manj prilagajati drugim in se mu pri načrtovanju njegovih interesov ni treba toliko ozirati na druge, kot se mora družinski član. Toda kdor meni, da je zaradi tega tak človek srečnejši in zadovoljnejši, naj preveri usode takšnih samohodcev, pa bo ugotovil, da je njihovo psihično stanje bolj ogroženo ter zaznamovano z neobičajno velikimi nihanji. Tisočletna zgodovina ljudi kot družinskih bitij je v nas zapustila sledi, ki jih ni mogoče kar preprosto izbrisati. To se kaže že v problemih majhnih družin, kaj šele v problemih posameznika.

Kdor pa že živi v družinski zvezi, ne more živeti izključno za lastne interese, ker sicer prihaja v družini tako do praznin, torej do bolečih funkcijskih vrzeli, kot tudi do prekrivanj oziroma pogosto še bolj bolečih kolizij, trkov.

»Svoboda enega se neha tam, kjer se začenja svoboda drugega,« nas je učil že Sartre, in nikjer ni ta beseda tako resnična kot v tesnem domačem prostoru. Nekaj preprostih primerov naj še enkrat grafično ponazori, kaj pomenijo funkcijske vrzeli oziroma funkcijske kolizije in kako so te videti v družinski strukturi:



Na skiciranem primeru naj bi bil otrok še zelo majhen in je zaradi tega označen z zelo majhnim funkcijskim prispevkom. Zaradi svoje majhnosti potrebuje intenzivno materino nego. To pomeni, da bi bilo za mater smiselno v družini prevzeti veliko vlogo, namreč nego otroka (risba a) Če tega ne dela, ker svojo glavno vlogo npr. vidi v svetu zunaj družine, nastane v družini funkcijska vrzel (risba b) Seveda se lahko zgodi, da drugi družinski člani (npr. teta ali babica) skušajo zapolniti to funkcijsko vrzel s tem, da svojo lastno dotedanjo družinsko vlogo razširijo in soprevzamejo skrb za otroka (risba c).



Otrok potem odraste, začne pretežno samostojno skrbeti za svoje zadeve in s tem prispeva lasten delež k družini. Nič več ni nujno in smiselno, da je materina funkcija nadvse velika (risba d). Vendar se nekatere matere nočejo ločiti od svoje negovalske in vzgojiteljske funkcije ter še naprej vztrajajo pri velikem prispevku. To pa nujno vodi do prekrivanja funkcij in do kolizij (risba e).

Pri teh primerjavah naj ne nastane vtis, da morajo biti družinski člani v družini samo toliko časa, dokler so uporabni, ko pa niso več uporabni, naj bi se znašli na stranskem tiru. Osebni funkcijski radius, področje delovanja posameznika, naj bi bil tako vse njegovo življenje precej stalen in primeren njegovim močem. Spreminja se samo delež, ki ga vsakokrat daje na razpolago družini. Mati, ki se močno posveča materinstvu, ne bo mogla prevzemati drugih funkcij (npr. v poklicnem življenju ali v nadaljnjem izobraževanju) tako kot mati odraslih otrok, ki lahko v svoj funkcijski radius vključi delo zunaj družine, razne konjičke, potovanja in podobne dejavnosti.

Že po starem logoterapevtskem receptu sme v življenju posameznika priti le do menjave v osebni izpolnitvi smisla, nikakor pa ne do bistvene izgube smisla; v našem kontekstu pa je nova ugotovitev, da tudi znotraj družine velja isto načelo uravnotežene izpolnitve smisla, s tem da naj bi bila funkcija vsakega posameznika smiselno usklajena z drugimi družinskimi člani.

Kar je škoda, ki jo pri posamezniku na psihičnem področju povzročajo previsoke in prenizke zahteve, stres in smiselna praznina, to sta za družino funkcijska vrzel in funkcijska kolizija. Oboji sta skrajnosti, ki obremenjujeta in ogrožata. Videla sem vsaj toliko posameznikov, ki so

neuspešni zaradi prevelikih ali premajhnih zahtev, kot družin, ki so neuspešne zaradi razhajajočih se funkcijskih želja svojih članov.

Primer:

Petinštiridesetletni moški se je vrgel čez stopniščno ograjo deset metrov globoko in jo je kot po čudežu odnesel le z nekaj zlomi. Ko je prišel iz bolnišnice, ga je njegov brat pripeljal k meni na pogovor, ker se je bal, da bi dejanje lahko ponovil. Dejanje je imelo predzgodovino, na kar pogosto naletimo, kadar nenadoma obupajo povprečni, sicer relativno neopazni ljudje. Gre namreč za to, da ne morejo več, da so odpovedali, ker je odpovedala družina.

Pacient je bil že od svojih prvih poklicnih let zaposlen pri železnici in je do nedavnega popolnoma zadovoljen delal kot zaporničar. Zaradi svoje malomarnosti, ki je bila sicer brez posledic, povzročila pa bi lahko veliko nesrečo, je bil premeščen na zanj neprijetno delovno mesto, kjer se ni izkazal. Na osnovi zdravniško ugotovljene depresije je bil predčasno upokojen in razrešen službe. Ves tisti čas, ko ni smel več delati kot zaporničar, je psihično vse bolj izgubljal življenjsko trdnost, vse bolj je obupaval, za nič več se ni zanimal, predajal se je malodušju.

Vzporedno je šlo tudi v njegovem zakonu vse slabše. Dokler je delal pri železnici na dobrem delovnem mestu, je bilo dobro tudi njegovo družinsko življenje; preživel je ženo in otroka (desetletnega sina) in ta dva sta ga sprejemala kot moža in očeta. Toda ko mu je šlo vse slabše in je prinašal domov tudi vedno manj zaslužka, so se začeli zakonski prepiri: žena ga je zmerjala, sin pa zasmehoval. Ko pa nato predčasno upokojen pri 45 letih ni več vedel, kaj naj počne s svojim življenjem, je žena vzela sina in svojo

osebno lastnino ter ga zapustila, da bi v nekem drugem mestu zaživela s »spodobnejšim« moškim. Tistega dne, ko se je popoldne vrgel čez stopniščno ograjo, je dopoldne ravno prejel dopis odvetnika z ženino tožbo za ločitev in zahtevo za preživnino.

Družinskih katastrof, kakršna je ta, ne bi bilo treba; usoda udeležencev bi bila lahko povsem drugačna, če bi vsakdo v vsakokratnih okoliščinah sprejel in izpolnil svoj za družino bistveni prispevek.

Opisana družina je bila prvotno pravilno uravnotežena, s kazensko premestitvijo moža se je zgodila sprememba. Mož bi potreboval več prizadevanja preostalih članov družine, da bi prenesel poklicni neuspeh in bi bil zadovoljen vsaj doma, če že ne na novem delovnem mestu. To pomeni, da bi morala takrat žena svojo družinsko funkcijo poleg gospodinjstva in skrbi za otroka nekoliko razširiti v smeri tolažbe in pomoči možu. Ker tega ni storila, marveč se je od moža celo še bolj oddaljila (mu očitala), je nastala funkcijska vrzel. Sin je bil še premlad, da bi jo zapolnil, možev brat pa je sploh ni opazil. Menil je, da je vse v redu.

Toda tudi mož svoje družinske funkcije ni uskladił z novimi okoliščinami. Po premestitvi je zaslužil manj kot prej, zahteve družine pa so ostale enake. Če bi poskušal z dodatnim delom nadomestiti razliko v denarju ali če bi z družino vsaj razmislil o skupnem varčevanju, ekonomski temelj družine ne bi bil tako občutno prizadet. Zlasti pozneje, ko je bil predčasno upokojen, bi moral vse svoje moči zastaviti za blagostanje družine, da bi še naprej nekaj prispeval za potrebno vzdrževanje. Tako sta torej njegovo obupano in pasivno obnašanje skupaj s tem, da se mu je žena v času njegove zaposlitvene krize čustveno oddaljila, povzročila v družini funkcijsko vrzel.

Logoterapevtska analiza, se pravi k smislu in vrednotam usmerjena analiza družinskega dogajanja, ugotavlja, da se zakonca na usodo, ki je ni bilo možno spremeniti, nista odzvala tako, kot je ta od njiju zahtevala: da naj bi namreč več prispevala za družino. Namesto tega sta nanjo odgovorila s funkcijsko omejitvijo, kar je situacijo občutno zaostriilo. Mož je bil razočaran zaradi zaposlitve, žena je bila razočarana nad možem. Mož je svoje delo nato še bolj zanemarjal, žena pa je še bolj zanemarjala moža. Končalo se je z izgubo zaposlitve in razpadom zakona.

Različno sta se odzvala le toliko, da je žena svojo funkcijsko omejitev v družini izravнала s funkcijsko razširitvijo zunaj družine (nov dom, nov prijatelj), medtem ko mož svoje funkcijske omejitve v družini ni izravnal z ničimer, to pa ga je pognalo v bivanjsko prikrajšanost, v hudo izgubo smisla in na koncu v obup.

Toda tu je še en član družine, ki je okoliščinam primerno sprejel smiselno in potrebno razširitev svoje funkcije: pacientov brat. Vse dokler je bila pacientova družina neprižadeta, se brat vanjo skoraj ni vmešaval, njegova funkcija znotraj te družine je bila majhna in nobene potrebe ni bilo, da bi se povečala. Ko pa je družina razpadla in je pacient s svojim dejanjem obupa zavpil na pomoč, je brat ukrepal in skušal najti pomoč za svojega brata, pacienta. In tako sem bila v to vključena tudi jaz.

Med pogovorom se je pokazalo, da je brata z njegovo (neprižadeto) družino možno pritegniti kot koterapevta ter tako možu vliti voljo do življenja. Še noben psihoterapevt ni zmozel pacientu nadomestiti izgubljenega poklica ali žene, ki se je odselila; če pa z vključitvijo drugih družinskih članov vendarle uspemo zmanjšati bolečo funkcijsko vrzel, smo dosegli že veliko. Zaradi tega sem si močno

prizadevala, da bi se pacient začasno preselil k bratu in njegovi družini. Kmalu se je pokazalo, da to za gostitelje ni bila le obremenitev, saj je pacient začel sam od sebe iskati možnosti, da bi za družino kaj koristnega prispeval. Tako je prostovoljno prevzel različna težka hišna dela in morebitna popravila ter poskrbel za nakupe.

In bolj ko je bil smiselno dejaven v novi družini, toliko bolj je izginjala njegova bivanjska prikrajšanost. Polagoma se je utrjeval v prepričanju, da živi za nekaj dobrega in da ni na svetu čisto brez smisla. Danes menim, da je pacient že sposoben samostojno upravljati s svojim življenjem, vendar se je bratova družina očitno tako navadila nanj, da brez njega ne bi mogla več shajati. Tako je iz vse te nesreče vendarle zraslo nekaj lepega, namreč harmonična družina, ki se je – pripravljena si v sili priskočiti na pomoč – tudi sama človeško obogatila.

Želim, da si zapomnite prav *ta* primer. Vsaj tri četrtni psihologov, psihoterapevtov in morda tudi nevrologov bi bilo odveč, če bi se družine zopet naučile držati skupaj, in sicer ne le v veselju, ampak tudi v trpljenju. Držati skupaj ne pomeni nič drugega kot zavedati se lastne smiselne funkcije znotraj družine in vztrajati, pa naj se zgodi karkoli. Če družini materialno ne gre dobro, potem je smisel vsakega družinskega člana pomagati, da se to stanje izboljša. Če je eden od družinskih članov majhen, slaboten, bolan ali star, potem je za vse druge družinske člane smiselno, da zanj skrbijo in ga varujejo ter si to med seboj porazdelijo. Če je družina kakorkoli ogrožena, potem je za vsakega družinskega člana smiselno prispevati čim več, da se nevarnost odpravi, čeprav prinaša to s seboj osebne odpovedi in neugodnosti. Nikomur ni treba, da

je slepo podložen drugemu, toda vsak mora drugega vključiti v lastni življenjski načrt, če hoče živeti v stabilni in srečni družini.

Logoterapija je kot prva humanistična veda spoznala, da je s človekovim psihičnim zdravjem odločilno povezana njegova notranja vrednotna orientacija in da se človekova osebnost razvija toliko trdneje in stabilneje, kolikor intenzivnejša in mnogovrstnejša je njegova vrednotna orientacija. Kasneje so Franklovi učenci ugotovili, da notranja vrednotna orientacija ne bi smela biti enostranska, marveč mora vsebovati več uravnoteženih interesnih področij, če nočemo, da poleg svojega učvrščujočega in pozitivnega delovanja ne dobi slabega, negativnega poudarka, namreč priokus fanatizma in nestrpnosti (o tem je poročal zlasti Stanislav Kratochvil na Svetovnem kongresu za mentalno zdravje v Londonu 1968). Navsezadnje ne smemo pozabiti, da ima notranjo vrednotno orientacijo tudi terorist, ki vrže bombo na nedolžne ljudi, in da je ta orientacija morda celo zelo intenzivna. Vendar je ta orientacija izjemno enostranska in so nekatere vrednote, ki naj bi bile v njej zastopane vsaj v nekakšni obliki, npr. spoštovanje življenja, razumevanje drugih ali čut za pravičnost, tu obupno zakrnele. V logoterapevtskem raziskovanju smo se torej naučili, da zdrava vrednotna orientacija vsebuje raje več vrednot, ki so med seboj približno enake stopnje, kot pa le nekaj ekstremnih.

In tu sledi naslednji korak v logoterapevtski spoznavni teoriji: znotraj človekove osebne vrednotne orientacije velja prednostno merilo; to je funkcija, ki jo je treba izpolniti znotraj družine.

Noben odrasel človek ni prisiljen živeti v družinski zvezi. Toda če to vendarle počne, potem mora družinske

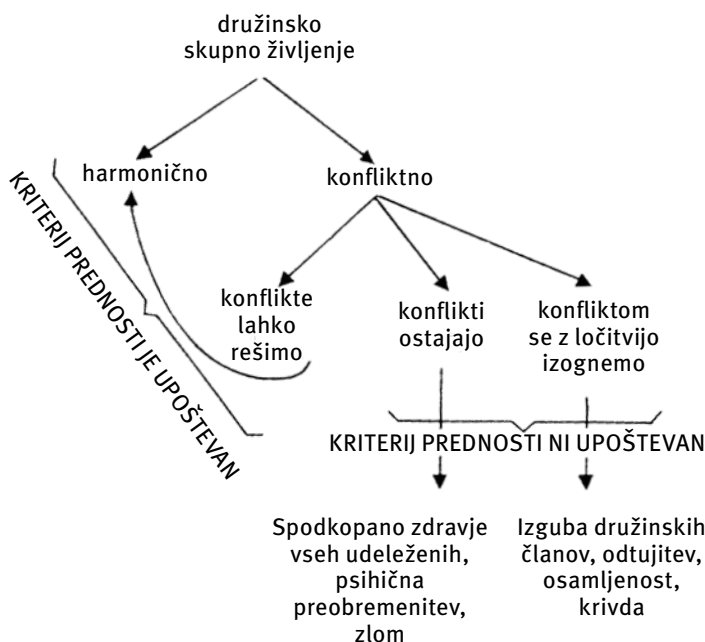
zadeve vključiti v svojo notranjo vrednotno orientacijo, in to celo prednostno pred svojimi osebnimi interesnimi težišči in življenjskimi cilji, sicer bo v svoji družini prej ali slej doživel brodolom. Kakor se to sicer sliši samoumevno, pa je dejansko kaj malo samoumevno, odkar so se silno povzpeli egoizem in zahteve modernega človeka. Misliti na družino kot na nekaj prvega? Svetovalci smo že veseli, če na zahteve družine gledajo kot na nekaj, kar je vsaj nekje na koncu!

Vprašam mater, zakaj je s svojim otrokom odšla na potovanje prav ob začetku šole, ko vendar ve, da bo za otroka slabo, če bo zamudil prva dva tedna pouka. »Toda rada imam pozno poletje in jesen, ker se bolj spočijem kot v vročem poletju,« mi odgovori. Vprašam očeta, zakaj svojega nezakonskega otroka nikdar ne obišče. »Toda saj dovolj plačujem zanj, naj se mar odpovem še prostim koncem tedna?« mi odgovori. Vprašam žensko, zakaj ima tako slab odnos do svoje stare matere, ki si očitno ne želi drugega, kot da ne bi bila popolnoma pozabljena. »No, da, prav dolgočasno je biti z njo,« odgovori, »vedno govori isto in tega z možem ne moreva prenašati.« Vprašam moža, zakaj svojo ženo vedno tako nahruli, ko vendar ve, da jo to žalosti. »Kričim, kadar hočem,« odvrne, »in če tega noče poslušati, naj si zamaši ušesa!« Do zadnje strani bi lahko knjigo napolnila s takšnimi dialogi in še zdaleč ne bi prišla na konec tega, kar slišim skoraj vsak dan – mnoge majhne brezobzirnosti, ki vse izvirajo iz tega, ker ne upoštevamo prednostnega merila, in ki pomenijo, da se oddaljujemo, ločujemo od družine in družinskih članov.

Vsi ti ljudje se motijo, če menijo, da jim bo brezobzirno postavljanje sebe nad interese drugih članov družine omogočilo bogatejše lastno življenje. Gotovo, trenutno

imajo morda malenkostno korist, dolgoročno pa je škoda velikanska: občutek krivde, nezadovoljstvo s samim seboj in z družinskim življenjem, nazadnje tudi osamljenost. Psihično so najbolj obremenjujoči, in to mnogo, mnogo bolj kot katerokoli preteklo izkustvo trpljenja ali neugodnih dejavnikov usode, ravno spori na medčloveškem področju. In psihična obremenjenost se toliko bolj stopnjuje, kolikor bolj gre za osebe, ki so si blizu. Nihče, pa naj bo v sebi še tako čvrst, ni dorasel stalnim konfliktom s tistimi, ki so mu blizu, še zlasti ne konfliktom z družinskimi člani. To nezadržno izpodkopava njegovo zdravje in življenjsko moč. Konfliktom se sicer lahko izogne, npr. z ločitvijo, toda potem izgubi tudi del družine. Pustimo odprto vprašanje, koliko je to moč nadomestiti.

Po mojem mnenju obstaja tesna zveza med upoštevanjem prednostnega merila pri osebni smiselni in vrednotni usmeritvi ter harmonijo oziroma obvladovanjem konfliktov znotraj družine (glej shemo na naslednji strani).

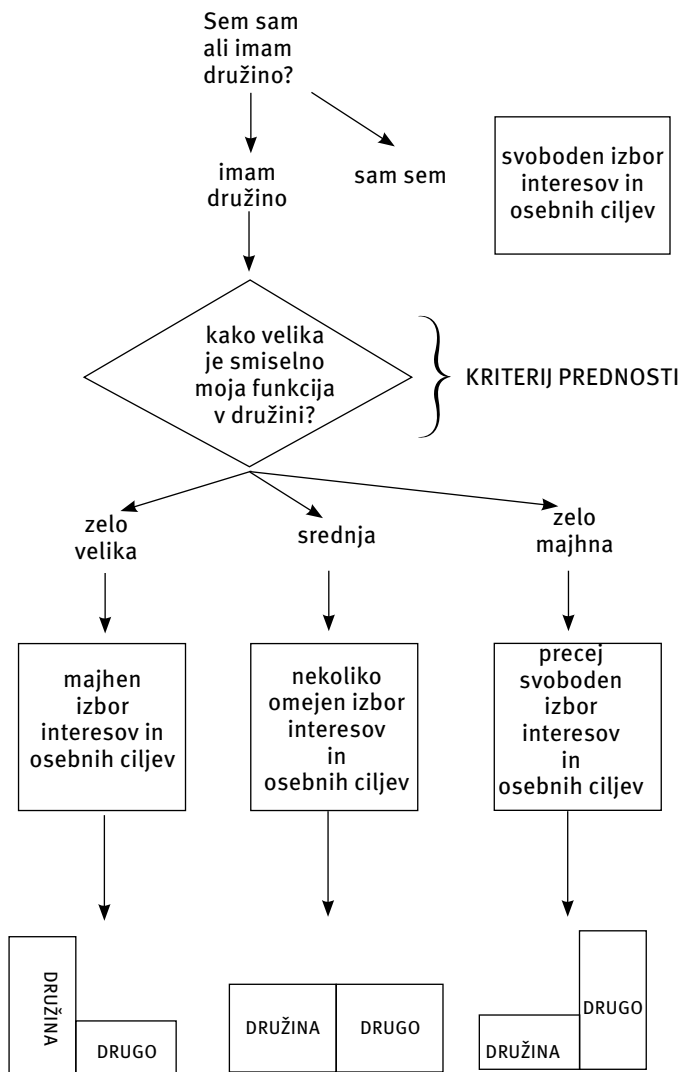


Če so družinski člani kolikor toliko sposobni upoštevati prednostno merilo in izpolnjevati funkcije, ki jim v družini smiselno pripadajo, družine ne morejo pretresati resne krize niti tedaj, ko kak družinski član odpove ali izpade. Nastalo funkcijsko vrzel bodo vselej zapolnili drugi družinski člani s tem, da bodo razširili svoje funkcije. Tudi ne more priti do hujših kolizij, ki se dogajajo zaradi tega, ker več oseb zahteva enako pravico odločanja, se pravi enake funkcije. S tem ni rečeno, da sme v družini odločati samo eden, marveč mora vsak imeti možnost, da svoji funkciji ustrezno sam sprejema odločitve, ki jim ostala družina ne bo takoj zatem oporekala ter jih kritizirala. Kako pogosto tožijo matere, da jih pri njihovi vzgojni nalogi močje prav

nič ne podpirajo! Praktično morajo torej funkcijo vzgoje otrok prevzeti same. Po drugi strani pa morajo poslušati težke očitke, če se otrok ne vede tako, kot se spodobi. To je nesmiselna funkcijska kolizija znotraj družine, kajti starša bodisi vzgajata skupaj po obojestranskem dogovoru bodisi vzgaja eden od staršev pretežno sam, ker ima npr. za to več časa. Toda potem je funkcija drugega omejena in ne opravičuje nenadnega ali celo negativnega poseganja.

Kolikor večjo funkcijo prevzema v družini eden od članov, toliko večje osebne odgovornosti mora biti deležen, da lahko smiselno ravna. Pri medsebojno usklajeni porazdelitvi funkcij logoterapevtsko niti ni možno, da bi eden od družinskih članov samo ukazoval, drugi pa bi morali njegove ukaze izpolnjevati (kolizija funkcij!), niti ni možno, da bi vsak družinski član neodvisno od drugih delal, kar bi se mu zahotelo (nevarnost funkcijske vrzeli!). Obseg družinske funkcije posameznika določajo torej potrebe celotne družine. In ta njegova funkcija zopet določa obseg in izbor njegovih interesnih težišč in ciljev, ki so zunaj družine. S tem je izgradnja in oblikovanje človekove osebne notranje vrednotne orientacije svobodna – svobodna vse do zahtev njegove družine, ki ima prednost (glej shemo na naslednji strani).

Pri shemi moramo upoštevati, da obseg družinske funkcije, ki jo vsak smiselno opravlja, ustreza le točno določenemu časovnemu obdobju in jo je torej treba v življenju stalno spreminjati. O tem smo razpravljali že ob primeru odraščajočega otroka, ki v prvih letih zahteva veliko, z odraščanjem pa vse manjšo funkcijo matere. To variabilnost vsakokratnih družinskih funkcij smo videli tudi v primeru pacientovega brata, ki je moral nenadoma in nepredvidoma sprejeti izredno povečanje svoje funkcije.



Tisto zares posebno, česar se moramo naučiti vsi, je: do-
umeti, kje je naša funkcija znotraj naše družine, kako velika
je ta funkcija in kako jo bomo zmogli najboljše izpolniti.
Toda za to ni konkretnih nasvetov, ni pravil, ki bi se jih
lahko naučili, niti ne psihološkega tipa. Samo lastna vest,
organ smisla, kakor jo imenuje Frankl, samo orientacija
po smislu trenutka in zahtevi časa nam more pomagati,
da se vsakokrat odločimo pravilno.

Vrnimo se ob koncu poglavja k našemu izhodišču, k
novi podobi človeka v zrcalu psihologije. To še daleč ni
popolna podoba, vendar zdaj vsaj ni več popačena. To tudi
ni idealna podoba, vendar ima vsaj človeške poteze. To je
podoba bitja s trojno razsežnostjo: s telesom, ki je z vsemi
drugimi organizmi tega sveta neizogibno sorodstveno
povezano, z dušo, ki podobno kot pri višje razvitih živalih
čustveno in nagonsko vpliva na doživljanje in ravnanje,
in z duhom, ki razen v naših predstavah o Bogu na tem
svetu ne najde ničesar enakovrednega. Vsaka razsežnost
zahteva celega človeka in nobena se ne pusti izolirati od
drugih; različnost naše narave je hkratna dimenzionalna
razklanost in antropološka enotnost.

In to bitje ima pri vsej mnogoplastnosti znotraj du-
hovne razsežnosti dve zmožnosti, ki sta v nam poznanem
življenjskem prostoru enkratni in edinstveni. Gre namreč
za to, kar Frankl imenuje zmožnost za odmik od samega
sebe in zmožnost za preseganje samega sebe. Pomen obeh
zmožnosti smo pojasnili predvsem v povezavi z obema
važnima logoterapevtskima metodama, z nasprotno
namero in namerno nepozornostjo. Toda vsaj toliko je
pomemben tudi njun odnos do družinskega sestava. Samo
ti dve zmožnosti namreč človeku omogočata, da ostane
vse življenje povezan z drugim, bližnjim človekom in se

v tej povezavi kot minljivi individuum umika, da bi kot del (relativno) neminljive družinske verige še naprej bival.

Zmožnost za odmik ali distanciranje od samega sebe človeku omogoča, da svoj lastni položaj in položaj tistih, ki mu pripadajo, opazuje iz nekolikšne razdalje, vsekakor z zadostno objektivnostjo, da lahko ugotovi, kje v družbi zija praznina, ki jo je treba zapolniti. Brez odmika bi bil namreč ujet v misli za lasten blagor in bi mogel doumeti le tisto, kar povzroča stisko samo njemu, ne bi pa mogel doumeti potreb drugih. Nekaj analognega družini obstaja na primer tudi v živalskem svetu, vendar tam ne zaznamo zmožnosti za odmik od samega sebe. Posamezne živali se ravnaajo izključno po lastnem gonu in nikdar po potrebah drugih živali! Za razliko od živali ima človek zmožnost, da se odmakne od samega sebe, sposoben je zaznati sebe in druge iz ene in iste oddaljenejšje perspektive ter v zaznanem sestavu odnosov odkriti funkcijske vrzeli, te pa potem vedé in hoté zapolniti.

Sem spada še zmožnost za preseganje samega sebe, ki človeku omogoča, da more prerasti samega sebe in svoje lastne nezadostnosti, s tem da se z vso močjo osredotoči na nekaj, kar je zunaj njega. Takšna zunajsebnost je seveda lahko druga, zlasti sorodna skupina oseb. Tu imamo razlago za pojav, ki se ga v tradicionalnih, najsibo globinskopsiholoških ali znanstvenoteoretičnih podobah o človeku nikdar ni dalo razložiti: namreč pojav žrtvovanja. Preseganje samega sebe vsakega posameznika med nami usposablja, da se drugim družinskim članom na ljubo odpove tej ali oni funkciji, četudi bi jo rad opravljal. V živalskem svetu česa takega ne najdemo. Preseganje samega sebe je za nas doslej najvišja dosegljiva stopnja, vrh nesebičnosti in ljubezni, sploh najbolj humana lastnost človeškega rodu.

Iz svobodne volje izkazana smiselna žrtev v korist drugega človeka je spomenik v zgodovini človeštva, je mejnik notranje veličine in zrelosti.

Povzemimo torej vse skupaj! Odmik od sebe nas usposablja, da v družini uvidimo funkcijske vrzeli in jih z lastnim prizadevanjem zapolnimo. Preseganje samega sebe pa nas usposablja, da se odpovemo funkcijam v družini, če je to smiselno za skupnost, da bi preprečili funkcijska sovpadanja. S tem pa so podane tudi vse predpostavke, da se lahko celo v kriznih razmerah ohrani harmonična funkcijska skladnost družinskih članov. Zato je vsak med nami sposoben oblikovati svojo družino v temelju srečno in mirno, če to le zares hoče in če je pripravljen tej volji podrediti svoje ravnanje.

To, kar potrebuje zdrava družina, ni niti blagostanje niti pretirana seksualnost zakoncev, to tudi niso pridni otroci, velika stanovanja ali obilna podpora od zunaj, to res ni nič drugega kot malce dobre volje, namreč – volje do smisla.³

³ Iz: *Auch deine Familie braucht Sinn*, Herder, Freiburg im Breisgau 1988, 195–208.

BIVANJE ZA NEKOGA ALI ZA NEKAJ

1 Tri temeljna pravila za družino

O družini je bilo v zadnjih desetletjih že veliko povedanega, dobrega in manj dobrega. V eni točki pa je bila večina strokovnjakov enakega mnenja, namreč da je družina v krizi. Tako imenovana družinska terapija, katere izhodišče je, da vidi posameznega človeka kot individua in ga tako tudi obravnava, in ki mnogo bolj usmerja pozornost na njegov ožji interakcijski splet, ni nastala brez vzroka. Stara hipoteza, da je duševno moten človek oviran tudi v svojih socialnih stikih, je preobrnjena v novo hipotezo, da so v socialnih stikih moteni ljudje tudi duševno ovirani. Toda glejte, nova hipoteza je prav tako uporabna ali neuporabna kot stara, kajti obe dajeta zadostno osnovo za obrazložitev krize in le skromno pomoč za njeno premagovanje. Vsak model, s katerim hočemo nekaj obrazložiti, ima to pomanjkljivost, da odkriva soodvisnosti, ki jih delno ali nič več ne moremo spremeniti, kar pušča za seboj sled nemoči; tudi če vemo, zakaj so se mnoge stvari dogajale narobe, jih še vedno ne moremo začeti kar brezpogojno urejati.

Nimam namena pripovedovati o družinskih krizah, ki nas pretresajo po dolgem in počez. Z vseh strani smo namreč že dovolj slišali in brali o pesimizmu. Želela pa bi predstaviti argumente za tragični optimizem, kot ga imenuje Frankl. Za kljub-temu-reči-DA življenju, prihodnosti, družini. Da bi uspeli v tem, se moramo rešiti psihološko-socioloških razlagalnih modelov in vrtincev prisilne nemoči ter se razgledati po miselnem modelu drugačne vrste, po modelu, ki se ne bo zadovoljil z zvrhano dokumentacijo vzrokov za krize, ampak se bo skušal prebiti k virom moči, s katerimi je krize moč obvladati. Če gledamo v to smer, vidimo, da je izbor teorij in metod zastrašujoče majhen, po mojem mnenju nam preostane samo logoterapija, ki si je določila za cilj, da ne bo samo zbirala argumentov za tragični optimizem,⁴ ampak bo sploh pre naredila in obnovila podobo o človeku v medicini in psihologiji.

Da med zmožnostjo družine, da funkcionira, in podobo o človeku, kakršno ima medicina, obstaja tesna soodnosnost, potrjujejo besede Hansa Schäferja, profesorja na univerzi v Heidelbergu, v knjižici *V žarišču: človek*. Tam pravi: »Človek, ki je danes izpadel iz varnosti družine, iz zanesljivosti socialnega reda, iz položenosti v religiozni sistem, ki je padel v brezno, ta človek postavlja medicini novo nalogo prav zaradi tega, ker je v svojem tako preobrnjenem svetu razvil novo trpljenje. Na medicino ne gledamo več z vidika zdravniške vzvišenosti, niti ne več samo z vidika pomoči za telesne težave. Medicina postaja več, ker obsega družbeno nalogo.«⁵

⁴ Viktor E. Frankl v *Sinnvoll heilen* (Herder, 1984).

⁵ Hans Schäfer: »Das Menschenbild der Medizin«, v *Im Blickpunkt: der Mensch*.

K novemu trpljenju, o katerem govori Hans Schäfer, spada predvsem trpljenje zaradi nesmiselnega življenja.⁶

Glede tega sem ugotovila, da je to v veliki meri doletelo modernega človeka, ki je zato duševno in telesno zbolel, ker so spodmaknjena tla njegovemu duhovnemu bivanju. Kdor trpi zaradi domnevno nesmiselnega življenja, kdor trpi tudi zaradi nesmiselnega poklicnega življenja, nesmiselnega družinskega življenja itd., ta dejansko pade v brezno. Pri tem je psihično počutje prav tako moteno kot zmožnost socialnih stikov ali telesno zdravje, kar je vse povezano v eno edinstveno enoto in celoto.

Če bomo torej razmišljali o tem, kako premagati krize, ne da bi se predolgo zaustavljali pri rekonstruiranju njihovega izvora, potem nam je lahko za izhodišče kratka, preprosta formula: *kjer je videti smisel, tam je življenje znosno*, in to celo neodvisno od vseh drugih življenjskih okoliščin. Naj ob tem opišem primer, ki se ne more izogniti nekolikšni komičnosti, vendar dobro ponazori našo formulo. Nedavno sem brala, kaj so psihologi na delovnem zborovanju v Hennef/Siegu ugotovili v zvezi s problemom duševnih kriz zaradi brezposelnosti: da namreč to življenjsko krizo zdravo in srečno prestanejo samo lenuhi in zmuzneti. Torej ljudje, ki so *hote* postali brezposelni in so si s podporo za brezposelne pod sončno upravo zgradili drugo življenje. Kaj to pomeni? Kdor postane brezposeln namerno, v svoji brezposelnosti vidi neki smisel, in četudi je ta smisel lahko dvomljive vrednosti, je za tega človeka vendarle glavni motiv, da izkoristi pomanjkljivosti brezposelnosti za osebno korist, ta smiselna vsebina njegove brezposelnosti pa ga varuje pred duševno stisko. Za razliko od tega je

⁶ Viktor E. Frankl: *Das Leiden am sinnlosen Leben* (Herder, 1977).

človek, ki je brezposeln proti svoji volji, v nevarnosti, da iz brezposelnosti ne bo mogel izvleči nobenega smisla in bo zaradi nesmiselnosti svojega položaja duševno zbolel, četudi mu je zagotovljena državna podpora. Človek ne živi samo od podpore za brezposelne, pravi Viktor Frankl.

Če bi hoteli patentirani nasvet, kako utišati oziroma, še bolje, kar preprečiti posledice nezaslužene brezposelnosti, kot so dvom vase, malodušnost in apatičnost, bi morali iskati smiselske možnosti, ki kljub manjkajočim delovnim mestom še vedno obstajajo – torej ne tako kot pri zmuznetih *zaradi* brezposelnosti, ampak pri delavoljnih ljudeh *kljub* brezposelnosti –, na primer prostovoljstvo na socialnem področju. Opišem lahko primer iz lastne prakse, ki je lahko kar prehod k temi družine, kajti šlo je za brezposelnega družinskega očeta, ki ga je žena pripeljala v posvetovalnico, ker z njim doma ni bilo več mogoče zdržati. Neprestano se je pritoževal, da mu je dolgčas in da je vse brezupno, kar je njegove domače seveda čisto potrla.

Ko je sedel pri meni, sem ga vprašala, koliko možnosti za uspeh ima, če pošlje prošnje na vse strani. Smejal se je in porogljivo odgovoril: »Četrť odstotka verjetnosti in nič več!« »Dobro,« sem rekla, »potem morate pač odposlati štiristo prošenj, da bi uspeli.« Mož me je nekoliko osuplo pogledal, vendar je bil izračun očitno v redu. »Štiristo prošenj ...« je zamrmral predse, »to je ogromno dela ...«

»Oh,« sem ga prekinila, »to ni samo ogromno dela, je tudi spričevalo vaše vztrajnosti, vaše zdržljivosti in vaše sposobnosti, da se spoprimate z usodo. Sicer pa ste se pravkar bridko pritoževali, da se dan za dnem dolgočasite, štiristo pisem bi bilo sijajno sredstvo proti temu!« Nekaj mesecev pozneje je bila na moji pisalni mizi dopisnica tega moža. »Motil sem se,« je bilo zapisano na njej, »zadostovalo jih je 93 ...«

Kot vidimo, je zadoščala že sama predstava, da ima tudi velik kup zaman napisanih prošenj svoj smisel, ker povečuje možnost za uspeh, zadošča, da človeka iz pasivne faze depresije privede v aktivno stanje, v katerem kmalu obvlada položaj.

Morda si bo bralec mislil: »No, lepo, mož je dejansko še imel poklicne možnosti, četudi majhne, toda kaj v primeru, ko nekdo absolutno nima več nobenih možnosti? Ali tudi potem obstaja še kako smiselno iskanje smisla, je tudi potem še kako upanje, da se v takšnem položaju najde in izpolni smisel? Ob tem naj na kratko omenim, kaj sem nekoč rekla družinskemu očetu, ki se je po težki operaciji moral predčasno upokojiti, nakar se je počutil popolnoma nekoristnega. Imel je dva napol odrasla sinova, ki sta šolo izdelovala s povprečnim uspehom in se v prostem času rada potepala okrog. Sklicujoč se nanju sem očetu pojasnila, da sedaj resda nima več velike možnosti, da bi poklicno uspel, da pa ima enkratno priložnost s svojim življenjem sinovoma dokazati, da se da prosti čas tudi popolnoma smiselno izkoristiti ne samo s kajenjem, branjem časopisov in obiskovanjem gostiln, ampak z raznimi zanimanji, hobiji in prostovoljnimi nalogami. Njegov dober zgled bo morda celo pomembnejši kot njegova zaposlitev, kajti zadržanje, ki ga bo pokazal v kritični situaciji, ko ne more opravljati svojega poklica, bosta njegova sinova nekega dne mogoče posnemala, če se bosta znašla v krizi. In potem ne bo odločilno, koliko denarja je oče nekoč zaslužil, ampak kako pogumno in pokončno je prenašal svoje trpljenje in kaj je v danih okoliščinah napravil iz njega.

Tudi ta oče je moje besede dobro razumel. Med znanci je ustanovil neke vrste prijateljski servis za pleskanje in tapeciranje ter za majhne darove zahvale pomagal pri

obnavljanju stanovanj. Najbolj razveseljivo pa je bilo, da je enega od sinov zamikalo delati z očetom z roko v roki in je sklenil, da se bo po končani šoli izučil za tapetnika.

Po logoterapevtskem pojmovanju ni situacije, ki ne bi v sebi skrivala vsaj ene smiselske možnosti, in če mu uspe dojeti to eno, se lahko v človekovem počutju zgodi kopernikanski preobrat tako na duhovno/duševnem kot na telesnem področju. Biti človek se začne z iskanjem smisla in se dopolni v izpolnitvi smisla. Dokler te kretnice niso postavljene, vlak našega bivanja ne vozi naprej, ker je prižgan signal stop. Šele ko smiselsko možnost zagledamo v živeti za nekaj ali za nekoga, popustijo zavore, ki nas blokirajo. Šele potem premagamo ovire, ki se nam sicer zdijo ogromne, vendar se sesujejo pred veličino še mogočnejšega cilja. Celo preteklost kot ovira, ki jo imajo skoraj vse psihološke interpretacije človeka za najbolj nepremagljivo v osebnem razvoju, izgubi pomen pred sedanjostjo, ki je izpolnjena s smislom.

Pri svetovalnem delu sem vedno znova ugotavljala, da se žalostni spomini na otroštvo, doživeti šoki ali prestana ponižanja brez izjeme pojavijo in kot duševne motnje oživijo tedaj, ko je sedanjost nezadovoljujoča, prihodnost pa prazna. Če si potem to iz podzavesti vzdignjeno preteklost prizadevamo terapevtsko obdelati – kakor temu lepo pravimo –, da jo namreč razsvetlimo in seciramo, postaja preteklost vse pomembnejša, sedanjost vedno bolj nezadovoljujoča, prihodnost pa vedno bolj prazna. To je nevaren razvoj. Če pa si nasprotno bolj kot nesrečno preteklost prizadevamo raziskovati smiselsko vsebino sedanjosti, da bi vsebinsko napolnili prihodnost, potem trpki spomini kmalu zbledijo ter se z vsem, kar je bilo v preteklosti pozitivnega – kar gotovo tudi obstaja –, pomešajo v sorazmerno nevtralno življenjsko ozadje. To me spominja na mladega moža,

s katerim sem se nekoč morala ukvarjati. Prihajal je iz resnično grozних družinskih razmer in njegovo otroštvo je bilo ena sama samcata tragedija. Surov oče ga je mučil in zlorabljal, še hujše pa so bile histerične scene njegove matere, ki je pred njim drugega za drugim doživljala živčne zlome. Oba starša poznam osebno, zato smem tako soditi.

Mladi mož se je ob vsem tem osupljivo dobro razvil, opravil je maturo in potem brez problemov nadomeščal nekega delavca v socialni ustanovi. Toda nekoč je zašel v nevarno duševno krizo, hudo se je namreč sprl s prijateljico, hkrati pa ga je mučila negotovost, kaj naj s svojim življenjem počne po končani nadomestni službi. V tej krizi so se nenadoma pojavili veliki strahovi in občutki sovraštva do samega sebe. Odzval se je skoraj podobno histerično kot njegova mati, ko se je poigraval z mislimi, da bi si kaj prizadejal. Vidimo, da v nezadovoljni sedanjosti in v bivanjski praznoti prihodnosti rastejo sence iz preteklosti. Popolnoma sem se odpovedala temu, da bi mu z razlago priklicala v spomin vsa zverinstva njegovih staršev, ki se jih ne da izbrisati s sveta, s čimer bi mladega moža samo obremenjevala v razumevanju samega sebe. Kot domnevna žrtev svoje vzgoje bi se namreč počutil nesposobnega živeti normalno in zdravo življenje. Ta občutek pa bi ga resnično napravil nesposobnega za življenje. Namesto tega sem ga vprašala, ali si ni – morda še bolj kot drugi otroci – pogosto želel, da bila njegova starša drug do drugega prijazna in nežna ter da bi ljubezen razumela kot biti drug za drugega in ne kot stalno medsebojno preizkušanje moči. Takoj je pritrdil. Sedaj mi je preostalo samo še to, da mu pokažem, da sicer ni odgovoren za to, kar so storili njegovi starši, da pa je zelo odgovoren za to, kar se dogaja med njim in njegovo prijateljico tukaj in zdaj, ter da v tem sedanjem

ljubezenskem odnosu sam odločilno soodloča, ali bo ta odnos boljši in bolj harmoničen, kot je bil pri njegovih starših. Nenadoma se je preživeto trpljenje v družini zanj nekako osmislilo: lahko ga je svarilo in varovalo pred posnemanjem. Obenem je spoznal, da nikakor ni zgolj proizvod svojega otroštva, ampak tudi proizvajalec svoje sedanje usode, in da je zanjo odgovoren; to spoznanje je zadoščalo, da je v kali zatrl vsako histerično bolezensko utirjanje.

Pri tem primeru je najbolj zanimivo to, da je mlademu možu uspelo dokončno pretrgati vezi s preteklostjo, potem ko je po nadomeščanju končal šolo za socialnega delavca ter se temu delu popolnoma predal. Če bi me danes kdo vprašal, kaj bi si upala napovedati glede njegove nadaljnje kariere, bi mu rekla, da bo v svojem poklicu dal od sebe najboljše, in to prav zaradi tega, ker ga je trpljenje v njegovem otroštvu napravilo občutljivega za trpljenje soljudi.

Ne verjemimo, kar nam vedno znova skuša vcepiti psihologija, namreč da se vse negativno iz osebne preteklosti kot neprestana obremenitev vleče skozi vse življenje. Učbenik resničnosti govori popolnoma drugače. Mnogo je ljudi, ki so imeli srečno in varno otroštvo, pa v življenju kljub temu nimajo sreče. Pa tudi nasprotno lahko vidimo: da zelo veliko dobrote in modrosti izhaja iz bolečih izkušenj. Seveda so pomembna prva leta življenja, to je nesporno, in ta leta tudi res dajejo pečat mladostništvu, toda v odraslosti nosi vsak človek v sebi moč za nadaljnji razvoj in more svojo vzgojo dopolniti s samovzgojo. Če mu stroka neprestano prigovarja, da je za vse njegove sedanje napake krivo njegovo otroštvo, potem utihne spodbuda za samovzgojo, kajti mnogo udobneje je prevaliti vsako krivdo na starše, kot pa se potruditi za samovzgojo. Globinska psihologija

je nehote mnogo prispevala k zaznamovanju staršev za grešne kozle, labilnim ljudem pa potisnila v roke izgovor za njihovo neuspešnost. Vse to ni obrodilo dobrih sadov.

Kako absurdni sadovi lahko pri tem dozoriijo, je opisala Elisabeth Hofl-Hielscher v pogumnem članku, objavljenem v *Süddeutsche Zeitung* na materinski dan leta 1984, za kar se ji želim posebej zahvaliti.

Mati je najboljši ... izgovor

Vedno znova, posebno v maju, zatrjujemo, da naša družba mater ne upošteva dovolj. Toda kdor pazljivo posluša, temu ne more pritrditi. Kadarkoli pri nas ljudje kaj pripovedujejo iz svojega življenja, začno prej ali slej govoriti o materah, le da javnost doslej tega še ni spoznala v celotnem pomenu!

Dvaindvajsetletni pomožni delavec Helmut na primer pripoveduje: »Prvotno sem hotel postati testni pilot. Toda nisem imel potrpljenja za šolo. Poleg tega doma ni bilo mogoče zdržati. Moja mati je pač imela samo mene in je ves dan delala zame, prala, čistila, kuhala in tako dalje. Ob tem sem se neprestano počutil nekako krivega. Ko sem jih dopolnil 18, sem seveda odšel!« In dodaja: »Če bi bila ona takrat drugačna, potem bi gotovo dosegel svoje. In danes bi bil na boljšem!«

Tridesetletna študentka psihologije Ilsebill že dolgo hrepeni po trajnem odnosu. »Toda vsa moja znanstva propadejo,« pripoveduje. Tudi potovanje v Oregon k Baghwanu ni moglo nič spremeniti. Že dve leti se analizira. »In spoznala sem, da se za mojimi težavami z moškimi skriva neobvladan konflikt z mojo materjo. Grozno jo sovražim, ker je vedno dajala prednost mojemu mlajšemu bratu.« Ko je Ilsebill končno to zmogla povedati svoji

materi, ji je bilo veliko bolje. »Žal moja mati kljub temu ni nič uvidevnejša. Pred dvema tednoma je mojemu bratu za rojstni dan celo spletla pulover! To me je tako prizadelo, da sem morala zapustiti svojega prijatelja!«

Po končani šoli za oblikovalce je 24-letni Michael tri mesece delal v nekem propagandnem studiu. Vendar je moral pred enim letom svojo kariero nenadoma prekiniti. »Ker je moja prijateljica dobila dojenčka,« pripoveduje. »V začetku je bilo vse prima. Ko je šla Gabi v šolo, je za otroka poskrbela njena mati. Ko pa je Gabi napravila strokovni izpit, se je hotela mati nenadoma zopet zaposliti v banki in Gabi bi morala sama ostati doma!« Ob spominu na to je Michael še danes ogorčen. »To bi bilo za nas seveda najslabše! Saj je bila Gabi praktično že sprejeta na študij pedagogike na akademiji! Zato sva se potem zmenila, da naj za otroka skrbim kar jaz in tako naprej!« Vloga hišne gospodinje je postala Michaelu sčasoma kar zabavna: »Svojemu sinu sem lahko partnerski oče in lahko sem zraven pri vseh fazah njegovega razvoja!« Pravi, da se odnos do Gabine matere še ni prav normaliziral. »Plačuje nam samo minimalno: najemnino, žepnino, konec! In to kljub temu, da nas je sama spravila v odvisnost!«

Tako Helmut, Ilsebill in Michael. Toda bralci gotovo vedo še za veliko podobnih primerov, ki kažejo na pomembno vlogo mater v naši družbi!

Elisabeth Hofl-Hielscher

Iz razvojne psihologije vemo, da imamo v času odraščanja že po naravi dve fazi. Mladostnik je tedaj do staršev izredno kritičen: prvič ob začetku pubertete, ko izginja njegova otroška vera v nezmotljivost in vsevednost staršev

in ko odkriva, da so tudi starši samo ljudje s človeškimi slabostmi, nato pa ob vstopu v odraslost, približno ob začetku 20. let, ko v boju za lastno identiteto odkrije, da ima tudi sam slabosti. Zlasti v tej drugi fazi, ko je mladostnik razočaran nad lastno nepopolnostjo, ki se polagoma svita po obdobju viharništva in bi se morala izteči v konstruktivno samovzgojo, opažamo močno nagnjenost k nameri, da krivdo vali na starše, na politične sisteme in tako dalje. Če potem v isto zarezo zabijemo še teze napačno razumljene globinske psihologije, potem je kaj lahko odžagati vejo lastne odgovornosti, na kateri naj bi rastlo bodoče življenje. Pravi infantilizem je zanikati konstruktivno samovzgojo in prevaliti odgovornost na druge.

Za izhodišče sem vzela kratko formulo, da je znosnost človeškega življenja vezana na zaznavanje smisla. Nadalje sem skušala nakazati, da takšno zaznavanje smisla ni vezano niti na ugodne zunanje življenjske razmere niti na harmonično življenjsko preteklost. Celo v stiski, kot je npr. brezposelnost ali nesrečni dogodki v otroštvu, lahko vsak trenutek doživimo in izkusimo smisel.

Kako pa to velja za družino, torej za tisto najmanjšo enoto ljudi različnih starosti in spola, ki so si drug drugemu blizu? Veljajo tu enaka pravila?

Tri temeljna logoterapevtska pravila:

- 1. pravilo:* Znosnost življenja je povezana z zaznavanjem smisla.
- 2. pravilo:* Zaznavanje smisla ni vezano na ugodne zunanje življenjske okoliščine.
- 3. pravilo:* Zaznavanje smisla ni vezano na harmonično življenjsko preteklost.

Včasih mislim, da je jedro mojih 12-letnih izkušenj v vzgojnem in družinskem svetovanju preprosto spoznanje: ista pravila, ki glede vprašanja o smislu veljajo za posameznika, veljajo tudi za družino. Začne se s tem, da je tudi družina znosna samo, če ima za svoje člane smiselno vsebino. Nadaljuje se s tem, da je družinska sreča kljub neprestanemu zatrtjevanju nasprotnega presenetljivo neodvisna od dobrin zunanjih življenjskih okoliščin, konča pa se s tem, da se zgodovine, ki jo ima družina – vsaka družina ima svojo lastno, družinsko zgodovino –, ne da vnaprej popolnoma določiti, ne da predvideti, kako se bo družina razvijala. Tudi v družini obstaja nekaj samovzgoji in osebni odgovornosti podobnega. Tudi družina zmore kljubovati različnim slabim vplivom. Pojdimo po vrsti skozi ta preprosta temeljna pravila!

Najprej je tu *znosnost* družine, ki je vselej odločilna za nadaljnjo trdnost družine. Koliko je ta povprečno trdna danes, ne bi želela razpravljati; ne oziraje se na število ločitev je velikansko tudi število starih ljudi, ki so iz družine izseljeni. Pri tem jim dela konkurenco število mladih ljudi, ki prezgodaj zapustijo dom. K temu lahko prištejemo še upoštevanja vredno število splavov. Dejansko se ni zlomila samo velika družina, razsula se je tudi mala družina. Če pa je družinsko življenje danes za toliko ljudi postalo neznosno, potem to pomeni, da je zanje izgubilo svoj smisel, izguba smisla pa očitno vpliva na nekaj, kar je skupno vsem naštetim primerom, na nekaj, kar bi lahko bilo protiutež temu razpadanju. Mislim, da je to razsežnost, v kateri človek *potrebuje sočloveka in je sočloveku potreben*.

Moderni ljudje smo si izborili samozavest, na katero smo ponosni; ne pustimo si več kar tako kaj reči ne od očeta države ne od matere Cerkve, ne od učitelja v šoli ne od

predpostavljenega v podjetju. Emancipirali smo se, vemo za svoje pravice in zahteve ter jih znamo tudi uveljaviti. Nikomur ni več treba odrivati svojih potreb, trg nas oskrbuje s potrošnimi dobrinami vseh vrst, pravni sistem skrbi za enakopravnost, socialna mreža nas prestreza ob socialnih padcih. Vsak je svoboden, da uresničuje samega sebe. Ob vsem tem se postavlja samo vprašanje, kje je ostala sreča, ki bi z vsemi temi napredki in ugodnostmi morala priti v naše počutje.

V mojo posvetovalnico je pred kakimi štirimi leti prišla mlada mati s svojim možem, ker se nista mogla dogovoriti, ali naj se žena zopet zaposli kot asistentka pri zobozdravniku ali ne. Otroka sta bila tedaj stara dve oziroma tri leta. Oče je menil, da naj žena ostane doma pri otrocih, mlada mati pa bi se rada zaposlila. Doma se je počutila preveč enolično in je menila, da bi bila otroka lahko podnevi v otroškem vrtcu. Svetovala sem ji, naj z zaposlitvijo počaka vsaj še eno leto, in ji predlagala, naj tudi gospodinjstvo nekoliko bolj ceni, toda mlada mati se je odločila po svoje in se zaposlila. Čez tri četrt leta je bila zopet v posvetovalnici, ker je imela težave z otrokoma: zvečer, ko je utrujena prihajala domov, bi otroka rada še naprej razsajala po stanovanju, nista je ubogala, nista hotela v posteljo, živčno sta jo dotolkla. Skušala sem ji razložiti, da otroka, ki sta ves dan brez matere, zvečer potrebujeta njeno intenzivno skrb in pozornost, zato to pač izsilujeta z vsemi sredstvi. Zopet sem ji svetovala največ polovično zaposlitev in zopet naletela na gluha ušesa. Čez pol leta je v posvetovalnico prišel oče, ker ga je skrbelo ženino zdravstveno stanje. Postala naj bi živčna in razburljiva, jokala naj bi zaradi vsake malenkosti, tako da ni več vedel, kako naj si pomaga. Svetovala sem, naj gre

žena v zdravilišče, ki ga je organizirala naša zdravnica. Priskrbela sem tudi družinsko negovalko za čas materine odsotnosti. Toda kakorkoli je bilo to dobro zamišljeno, se vendarle ni dobro izteklo. V zdravilišču je mlada žena spoznala prijatelja in na vrat na nos zapustila družino. Oče ni mogel drugače, kot da je oba mala otroka oddal v dom, kjer ju odtlej obiskuje vsakih 14 dni. Medtem je prišlo tudi do razveze. Žene nisem več videla, toda slučajno je v pogovoru z znancem beseda nanesla nanjo. Povedal mi je, da je bila njena ljubezen s prijateljem iz zdravilišča kratke sape, da se je potem v osamljenosti vdala pijači, zaradi tega izgubila delovno mesto in sedaj kot podnajemnica živi od socialne podpore.

Ta drama je mene in moje sodelavce zelo prizadela. Spraševali smo se, kje bi lahko bili napravili napako. Toda končno smo ugotovili, da najgloblji vzrok za razpad družine ni bila niti materina zaposlenost niti njeno bivanje v zdravilišču, marveč notranja naravnost žene do svoje družine. Ta se ni ravnala po smislu situacije, ampak po njenem jazu in njegovih trenutnih željah. Moderni človek, usmerjen v to, da hoče uresničiti svoje želje in uveljaviti svoje zahteve do življenja, hitro spregleda soljudi in vez, ki ga z njimi povezuje, zaradi katere ga soljudje potrebujejo in so tudi oni potrebni njemu. Ta človek drsi od zavedanja samega sebe preko uresničevanja samega sebe v ljubezen do samega sebe, zaradi golega upoštevanja samega sebe pa ne vidi več sočloveškosti in njenega smisla. Samozavednost tem modernim ljudem prišepetava, da ne smejo nikogar potrebovati že zato, da ne bi bili od koga odvisni, kar je seveda najvišji cilj emancipacije. Zaradi samoljubja pa tudi ne uvidijo, kako zelo jih potrebujejo drugi ljudje,

če že sami ne potrebujejo nikogar. Na koncu jih čakata osamljenost in praznina, bivanjska praznота. Človek, ki nikogar ne potrebuje in nima nikogar, ki bi potreboval njega, je nesposoben za družino, če ne že kar nezmožen za življenje.

Zopet se moramo torej odpovedati delčku svoje samozavednosti ter priznati, da ljudje potrebujemo drug drugega in smo naravnani drug na drugega. Mirne vesti lahko dodamo, da je v tem skrita tudi najlepša in najbolj temeljna smiselska možnost človeškega bivanja: v ljubezni do sočloveka – do *ti-ja* – se razvije jaz mnogo pristneje in naravneje kakor pri katerikoli krčeviti gonji za navideznim samouresničenjem.

Če bi prej opisana mlada žena smisel svoje tedanje situacije našla v tem, da bi bila dan za dnem potrebna svojima nemočnima otrokoma in svojemu zakoncu, ki jo je imel rad, in bi s svoje strani tudi sama potrebovala družino kot kraj varnosti in doma, ne bi nikdar izkusila grozne bolečine razpada svoje celotne družine. Morda bi si kdaj zaželela samopotrditve v poklicu ali kakšno manjšo pustolovščino, seveda, toda zaradi smiselske vsebine njenega življenja in dejavne prepletenosti s srečo njenih domačih bi ji bila družina vsaj znosna, če ji ne bi ob tem celo podarila majhne, tihe sreče.

Če v logoterapiji govorimo o znosnosti tega, kar daje smiselsko soodvisnost, potem s tem mislimo na najosnovnejši temelj našega bivanja, tako rekoč na argument za golo preživetje in nadaljnje življenje. Prek tega pa v svojem optimizmu hkrati verjamemo, da daje doživetje smisla neprimerljivo več duhovne koristi kot zgolj znosnost bivanja, namreč zadnjo in največjo izpolnitev bivanja v osrečujočem občutku, da nisi živel zaman.

Tako prihajamo do drugega pravila, ki pravi, da je družinska sreča presenetljivo neodvisna od kakovosti zunanjih življenjskih okoliščin.

Že prej smo se vprašali, kje je ob vsej *osvobojenosti* in ob vsem materialnem blagostanju zadnjih desetletij pravzaprav ostalo zadovoljstvo. Pri tem smo sledili splošni psihološki miselni napaki, da pozitivne zunanje okoliščine ustvarjajo tudi pozitivni notranji odmev in obratno, torej tako rekoč po modelu: zadovoljen je tisti, ki mu gre dobro. Da ni tako, smo se medtem naučili v grenki lekciji, kajti v naši generaciji blagostanja zaman iščemo zadovoljstvo. Logoterapija je to psihološko miselno napako spoznala že zdavnaj in ji je nasproti postavila model, ki resničnosti bolje ustreza. Po tem modelu zunanji uspešnosti ne sledi nujno notranje zadovoljstvo, ampak postane odločilni kriterij za človekovo notranje zadovoljstvo notranje stališče do zunanjih danosti, pa naj so te pozitivne ali negativne. Oglejmo si to zopet na primeru iz prakse.

V našo posvetovalnico sta prišla zakonca z vprašanjem, ki bi spadalo bolj na področje medicine. Kako veliko bi bilo tveganje oziroma verjetnost, da bi njun otrok podedoval očetovo prirojeno slepoto, in kolikšna bi bila pri tem njuna odgovornost? Medtem ko je naša zdravnica vprašanje posredovala specialistom in pojasnjevala vzroke za dejanski položaj, sem se z zakoncema na splošno pogovorila, da bi potipala, kako sta kos moževi prizadetosti. Toda kar drugo za drugim sem doživljala presenečenja: redko kdaj sem srečala tako uspešen zakon, kot je bil ta. Posebno ganjena sem bila, ko sta mi pripovedovala, kako skupaj preživljata večere. Kako lahko bi bil skupni prosti čas povod za razdor in prepir, če pomislimo, da so bile dejavnosti, npr. gledanje televizije, razno brkljanje, ples itd., slepemu možu večinoma

nedostopne. Toda iz nesreče sta napravila srečo, s tem da sta vpeljala večerne bralne ure, ki so oba osrečevale. Žena mu je brala aktualna poročila ali posamezna poglavja iz knjig in pri tem uživala telesno bližino ter povezanost z možem, ki ji je pogosto nežno naslonil glavo v naročje, da bi prisluhnil njenim besedam. On pa se je po drugi strani teh prazničnih večernih ur veselil, ker mu je žena, kot je sam rekel, odpirala vrata v svet in mu omogočila, da je bilo v njegovi notranjosti svetlo. Zakonca ne bi hotela biti brez večernih bralnih ur in sta bila popolnoma zadovoljna s svojo usodo, čeprav so zunanje okoliščine – to, da je mož slep – gotovo pomenile veliko obremenitev.

Če ta dva zakonca primerjamo s kakim drugim parom, ki popolnoma zdrav zapravlja večere s tem, da se medsebojno trpinči z nesmiselnim prerekanjem, potem razumemo, kaj misli Viktor Frankl s poudarjanjem tako imenovanih stališčnih vrednot. Obstajajo namreč vrednote, ki jih lahko uresničimo samo na drugi, *višji* ravni, ne na ravni potrebe in zadovoljitve. Gre za pogumno stališče do negativnih zunanjih okoliščin, ki jih ni mogoče spremeniti, kakršna je bila na primer drža tega moža do njegove prizadetosti; lahko pa gre tudi za prav tako zgledno stališče do pozitivnih zunanjih okoliščin, ki jih postavimo v službo smiselne naloge, kakršna je bila na primer drža te žene, ki je svojo zmožnost vida izkoristila za branje možu ter s tem ustvarjala veselje. Vse to so vrednote, ki jih ni mogoče izmeriti z običajnimi merili gonske zadovoljitve želje. To so svetilniki človeškega duha.

Stališčne vrednote imajo vedno opraviti s pripravljenostjo za kompromis, torej s pripravljenostjo, da se odpovemo osebni koristi zaradi neke večje vrednote, ki se nahaja onstran odpovedi in koristi. Zato je pri uveljavitvi lastne

volje smiseln kompromis, ki je več od načela vsakomur polovico, ker vključuje presegajočo voljo, ki višji cilj postavlja nad lastne interese.

Če se na primer dva družinska člana, od katerih bi eden želel iti na izlet, drugi pa ostati doma, dogovorita vsaj za kratek skupni sprehod, potem je sicer vsak od njiju nekaj dosegel in nekaj izgubil, lahko bi rekli, da je vsak pol izgubil in pol pridobil, skupaj pa sta zaradi kompromisa oba nekaj pridobila, ker se nista ločila in sprla, ampak našla skupno dejavnost, ki jo moreta kljub različnim željam oba sprejeti. Voljo za skupnost in za to, da se drug drugemu približata, sta uvrstila nad individualno voljo in glede te volje sta oba zmagovalca, tako da v kompromisni bilanci korist prevlada nad izgubo.

Nič drugače ni v veliki svetovni politiki, kjer bi na primer kompromis glede razorožitve za obe strani sicer pomenil popuščanje, hkrati pa bi bil to dokument temu nadredne volje za mir, ki lahko prinese bistveno višjo korist za obe strani, kot pa bi bila s popuščanjem izgubljena moč in prestiž.

V logoterapiji to nadrejeno voljo za skupnost, za mir in podobno enačimo z voljo do smisla; to je tista volja v človeku, ki je nad osebnimi željami in zmore z njimi delati kompromise. Da, vključuje celo osebne odpovedi, vendar nikdar preko meje znosnosti, ker take odpovedi vedno lahko sprejmemo v smiselso soodvisnost.

Za družino to pomeni, da lahko sklepa kompromise z vsemi zunanji danostmi, pa naj bodo te še tako zatiralne in težke, če je notranje stališče družinskih članov usmerjeno k smislu, ki sega nad te danosti. Tudi najboljše zunanje razmere nič ne koristijo, če ne zadenejo na pozitivno in k smislu usmerjeno notranje stališče.

Oglejmo si na koncu še tretje pravilo, ki je podobno drugemu, vendar ga je kljub temu treba posebej obravnavati. Ustalila se je namreč zelo razširjena fiksna ideja, da naj bi bila pri določanju sedanjih in prihodnjih struktur odločilna življenjska preteklost posameznika in družine. Danes sta skoraj vsako svetovanje in psihoterapija pretežno sestavljena iz osvetlitve in zasledovanja preteklih dogodkov, iz katerih nato delamo zaključke za sedanji čas. To sploh ne bi bilo tako napačno, če bi to postavljali v razmerje do prihodnjih možnosti. Toda pogosto se zgodi prav obratno, pokopljemo namreč možnosti v prihodnosti, ker imamo vtis, da v bodočnosti zaradi preteklosti sploh ni več nobenih možnosti izbire, da je vse tako rekoč že določeno. To pa je tvegan in nezdrav napačen sklep, ki hromi vsak napor za izboljšanje sedanjega položaja.

Nekoč sem slučajno slišala, kako je psihološko izobražena učiteljica na dolgo in široko razlagala rejnici, da bo otroka, ki ga je starega štiri leta vzela k sebi, zaradi zgodnje zamenjave osebe, ki skrbi zanj, prej ali slej treba hospitalizirati in se bo komaj še lahko normalno razvijal, da bo imela prav v šoli z njim največje težave zaradi zaostanka v razvoju ter da bo, ko bo fant star 14 let, verjetno močno obžalovala sklep, da ga je vzela v rejo, ker bodo tedaj, v puberteti, šele zares izbruhnile na dan njegove motnje v socialnem vedenju. Ko je rejnica po razgovoru ljubeče prijela fantiča za roko in z mokrimi očmi zapuščala prostor, nisem mogla drugače – bila sem samo nevpletena poslušalka –, kot da sem stekla za njo in ji rekla, da znanost še zdaleč ne more kar za več let vnaprej postavljati takšnih napovedi in da naj se ona, mati, ne boji, ker so otroci mnogo fleksibilnejši in prilagodljivejši, kot odrasli pogosto mislimo, oziroma da se v ugodnem okolju lahko razvijejo, čeprav njihova prejšnja vzgoja ni bila idealna.

Seveda lahko poškodbe iz preteklosti vplivajo naprej tako na telesnem kot na duševnem področju, toda iz tega ne smemo nikdar fatalistično sklepati, da sedanja prizadevanja ne bi imela več smisla, ker da ni ničesar več moč popraviti. *Vedno se da kaj popraviti*, vse do zadnjega človekovega diha. Vedno si je smiselno prizadevati, da se nekaj popravi, da premagamo poškodbe iz preteklosti, da poravnamo krivdo, da prenesemo težko izgubo, da se zapravljeno življenje za nazaj izpolni s smislom. Dokler človek more misliti, dokler ima duhovne moči, dokler še ve, kaj je dobro, toliko časa je še možno vse popraviti, ne samo možno, ampak tudi potrebno in smiselno – tudi to je eden od argumentov našega logoterapevtskega optimizma. Zaradi tega ne mislimo, da je življenjska preteklost v logoterapiji zanemarjena, nikakor, predzgodovina ima svoje mesto v človeškem življenju, nima pa nad njim oblasti samo ona, to je glavna razlika v načinu gledanja.

Vendar pa se je način razmišljanja, ki se ozira na preteklost, s preobilno psihološko pojasnjevalno literaturo močno razširil med ljudmi. Mnogi od tistih, ki pridejo k meni po nasvet, začno že pri prvem pogovoru, takoj ko sedejo, groteskno pripovedovati o svojem otroštvu, ne da bi z eno samo samcato besedo omenili, kateri problemi jih mučijo zdaj. Ti ljudje naravnost pričakujejo, da morajo pri psihologu začeti z ničelno točko, najbolje že kar s svojimi občutki v materinem telesu, da bi jim potem psiholog iz njihovih spominov pojasnil, zakaj so odpovedali v sedanjosti. Pri tem nikdar ne sodelujem, ampak zahtevam, da najprej napravimo posnetek trenutnega stanja, tako rekoč oceno položaja, pri čemer grobo orišemo predstavljive izboljšave in cilje v bodočnosti, ki naj bi osmislili sedanja prizadevanja. Nato lahko iz razdalje opazujemo morebitne ovire, ki so

takšnim ciljem napoti, in pri tem lahko seveda pridejo do veljave tudi pretekla dogajanja, toda le pod zornim kotom optimalnega stika z njimi in ne, kot da bi bila ta dogajanja v življenju cokla, ki bi nas k nečemu silila.

Nočem tajiti, da so bili časi, ko so se ljudje nagibali k temu, da so svoje probleme nekako pogoltnili in svojih bolečih izkušenj niso izpovedali, torej so jih, če hočete, potlačili. Takrat je bilo za paciente zdravilno, če so jih opogumljali h govorjenju, da so napravili svoje trpljenje razumljivejše in preglednejše. A časi so se medtem spremenili. Ob vse večjem samozavedanju in psihološki razlagi se je potlačitev problemov obrnila v svoje nasprotje, v hiperreflektiranje problemov, v pretirano pozornost, ki jim je posvečena, prav tako kot se je avtoritarna vzgoja preobrnila v antiavtoritarno vzgojo.

Danes se ljudje nagibajo k temu, da imajo svoja pretekla doživetja za prekomerno pomembna, in se po mili volji smilijo sami sebi oziroma pripisujejo vsa sedanja neugodja samo svoji vzgoji in vplivom okolja v preteklosti. Zato danes to izravnavamo tako, da ljudi opogumljamo k osebni odgovornosti in jim predočamo, da o njihovi bodočnosti odloča njihovo ravnanje tu in sedaj, ne pa včeraj prelite solze. Potlačitev in hiperrefleksija sta nezdrava ekstrema enega in istega kontinuuma, med katerima se nahaja zdrava sprava z usodo in s preteklostjo, ki edina osvobaja človeka za človeka vredno bivanje.

Glede na družinsko življenje lahko torej rečemo: kakor je pomembno začutiti in sprejeti, da potrebujemo druge in da nas drugi potrebujejo, in kakor je pomembno sklepati kompromise z drugimi in z nespremenljivimi danostmi, tako je tudi pomembno preteklost pustiti nekoliko pri miru in biti vsak dan pripravljen za nov začetek. Kdor

kar naprej rije po preteklosti, kar se večinoma dogaja med obojestranskim obtoževanjem, ta počasi razbija družino, ker njeni prihodnosti ne omogoča izbire. Kdor pa je nasprotno sposoben potegniti črto, zmore tudi odpirati nova vrata.

Tu želim omeniti svetovalni pogovor, ki sem ga nekoč imela z zakonskim parom, ki je v začetku svojega zakona stanoval pri ženinih starših, kar je povzročalo mnoge konflikte. Kasneje sta si zgradila lastno hišo in se vanjo vselila. Med naporno gradnjo hiše sta zakonca čvrsto držala skupaj. Ko pa je bila hiša zgrajena in bi lahko v njej uživala, so se začela medsebojna zbadanja in očitanja, ki so se vedno končala s starimi prerekanji z ženinimi starši. Na koncu je žena menila, da jo je mož izkoristil samo kot delovno silo, mož pa je zabavljaj, da bi moral poslušati svoje starše in se z njo nikdar poročiti. Tudi ta primer kaže, kako dobre zunanje življenjske okoliščine, kot na primer lastništvo hiše, ne sovpadajo avtomatično z notranjim zadovoljstvom.

Vsekakor je bilo videti, kot da bi bil ves problem zakoncev njuna nepremagana preteklost, vendar je to varljiva domneva. Kot sem že rekla, se sence preteklosti prikradejo v izpraznjeno sedanjost, v sedanjost brez smisla; kamor sonce ne posije, tam se širi tema. Zato si nisem prizadevala, da bi v zavest dvigovala sence, ampak da bi vanjo zopet posijalo sonce. In zato bi morali biti obojestranski odnosi zakonske dvojice napolnjeni s smislom. Na zakonskem posvetu smo skupaj premišljevali, ali je kaj, kar bi tako žena kot mož rada doživela skupaj. Pokazalo se je, da sta pred mnogimi leti, takoj po poroki, načrtovala potovanje v Kanado, kjer je imela žena dobro prijateljico še iz šolskih let in sta jo nameravala obiskati. Takrat seveda ni bilo dovolj denarja, pozneje pa sta morala vse vlagati v gradnjo

hiše, sedaj pa sta se oba s svojim že zdavnaj pozabljenim znanjem angleščine počutila negotova za takšno dolgo potovanje. Po vsem tem sem jima predlagala naslednje:

1. Skupaj naj se v šoli za tuje jezike vpišeta v tečaj angleščine.
2. Priskrbita naj si prospekte in informacijsko gradivo o Kanadi ter naj ga ob večerih skupaj študirata.
3. Dogovorita naj se, da bo takrat, kadar bo eden od njiju ob neprimernem času začel govoriti o ženinih starših, drugi takoj brez besed vzel v roke zemljevid Kanade in ga partnerju pomolil pod nos, kar naj bi pomenilo toliko kot: Misli na prihodnost, ne na preteklost!

S tem sta bila oba zadovoljna in sta leto zatem dejansko uresničila potovanje preko oceana. Po tistem sta celo še enkrat prišla k meni, da mi pokažeta posnetke, ki jih je mož zelo spretno ujel na film. Ko sta bila na sto slikah na moji mizi in sta mi gostobesedno pripovedovala o stvareh, ki jih je bilo vredno videti na posameznih etapah njunega potovanja, je žena pripomnila nekaj, nad čemer sem se morala iskreno namuzniti. Čisto mimogrede je omenila, da bi bili posnetkov veseli tudi njuni starši, če bi jih videli. Pazila sem, da se ne bi globlje dotaknila te teme, vendar sem bila vesela, da se je celo staro sovraštvo v družini nekoliko utišalo.

Če vse to povzamemo, lahko zdaj logoterapevtska temeljna pravila za družino še razširimo in dopolnimo.

1. pravilo:

Znosnost življenja je povezana z zaznavanjem smisla.

Veljavnost za družino:

Zaznati smisel v družini pomeni spoznati, da drug drugega potrebujemo in da smo drug drugemu potrebni.

Brez tega spoznanja postane družina nesmiselna in zato neznosna.

2. pravilo:

Zaznavanje smisla ni vezano na ugodne zunanje življenjske okoliščine.

Veljavnost za družino:

Družinska sreča ni odvisna od ugodnih zunanjih življenjskih okoliščin. O zadovoljstvu v družini odloča samo smiselska orientiranost notranjega stališča do zunanjih življenjskih razmer.

3. pravilo:

Zaznavanje smisla ni vezano na harmonično življenjsko preteklost.

Veljavnost za družino:

Razvoj družine ni vnaprej določen z njeno zgodovino. O prihodnosti družine odloča samo smiselska orientiranost sedanjega ravnanja družinskih članov.

Vsaka družina ima vsak trenutek polno možnosti za uresničevanje smisla, če se tega le zaveda. V preteklih letih je bila spolnost v družini močno precenjena, namreč kot protigibanje v času, ko je bila spolnost tabu. Spolnost je sicer pomemben sestavni del zakona, vendar ni ne nujen ne zadosten pogoj zanj, ampak je preprosto izraz ljubezenskega odnosa. Nujen in zadosten pogoj za srečno družinsko življenje je usmerjenost k smislu, ker ta obsega in presega ljubezenski odnos in iz njega šele napravi to, kar je več kot spolnost.

Ne da se izraziti nečesa, česar ni. To pomeni: spolnost brez ljubezenskega odnosa ni nič. Pravi ljubezenski odnos

pa se lahko izraža na stotine načinov, zanj ni nujno potrebna dobra spolna potencia.

Miki čutov zamrejo, ko so doseženi.

To ni nova psihološka modrost, povedal jo je že Friedrich Schiller. Velja tudi nasprotno:

Možnosti smisla živijo s svojo uresničitvijo.

To pravi logoterapija. Vsaka smiselna možnost je *enkrat-za-vselejšnja*. Ko je namreč uresničena, je uresničena za vselej, in če je zamujena, je tudi zamujena za vselej.⁷ Mlada mati na primer, o kateri sem pripovedovala, da je zapustila svojo družino, je hkrati s tem zaigrala smiselno možnost, da bi vzgojila svojega otroka. Morda bo nekoč imela druge otroke in jih vzgojila, toda to enkratno smiselno možnost je že zamudila in to bo morala nositi s seboj do konca življenja. Nasprotno je zakonska dvojica, o kateri sem govorila nazadnje, skupno potovanje v Kanado kot smiselno možnost svojega sedanjega bivanja shranila in to *enkratno* smiselno možnost uresničila šele potem, ko so se pojavile razlike, da, šele potem, ko naj bi zakon že razpadel. Zasidrala jo je v preteklost kot lepo in združujoče doživetje, ki bo obema ostalo v spominu do konca življenja.

Ob koncu želim o današnji problematiki družine v krizi reči naslednje: ni družine, ki ne bi več imela svojih pozitivnih možnosti. Toda, kot pravi Hermann Hesse, da nastane *možnost*, je vedno treba poskusiti nemogoče. Ali, povedano logoterapevtsko, da *jaz* postane *jaz*, mora vziti v nekem *ti*.

⁷ Viktor E. Frankl: *Antropologische Grundlagen der Psychotherapie* (Huber, 1975).

2 ... kljub vsemu reči da težavnemu otroku

Ena od Božjih *desetih zapovedi* se nanaša na odnos med starši in otroki. Naj jo za bralce, ki jim te ne gredo več čisto tekoče, dobesečno citiram: »Spoštuj očeta in mater, da boš dolgo živel in se ti bo dobro godilo na zemlji.« Nikakor se ne želim spuščati na področje religije, za katerega nisem pristojna. To zapoved, lahko bi rekli tudi prastaro življenjsko modrost, opazujem zgolj s psihološkega stališča; in čudi me, da se splošna psihologija tega doslej še ni lotila. Zapoved namreč vsebuje izjavo o pomembni povezanosti med dvema dejstvoma, ki na videz nimata nič skupnega. Koliko nekdo spoštuje ter ceni svoje starše in kako dobro se mu bo godilo kasneje v njegovem lastnem življenju, oziroma celo kako dolgo bo živel, sta vendar dve popolnoma različni zadevi, ki ju razumsko nikakor ni lahko povezati (našemu mišljenju je bliže obratno, namreč če starši ljubijo in cenijo svoje otroke, gre tem potem dobro v življenju!).

Kljub temu ne moremo zanikati dejstva, da so komaj kdaj otroci tako malo cenili svoje starše kot v drugi polovici 20. stoletja, ko je zahodna kultura pojem avtoritete tako rekoč odpravila; in da se je naši mladini komaj kdaj tako malo *dobro godilo*, da so komaj kdaj tako malo *resnično živeli* kot prav v času naše materialne preskrbljenosti ob duhovnem razsulu. Ali torej prastari izrek ni samo moralno opozorilo, ampak vsebuje tudi zrnce resnice, ki danes zahteva svoj bridki davek?

A četudi bi bilo to res, se je sploh mogoče vrniti k odnosu starši – otroci, kjer spoštovanje mlajših do starejših še ima svojo vlogo? Da bi se potem otrokom dobro godilo na zemlji ...? Večina med nami bo molče odkimala. Povratka

ni, kolo razvoja se vrti vedno hitreje, prepad med generacijama je vse širši, medsebojno razumevanje vedno težje. Pedagogi že dolgo ne morejo več sami spreminjati sveta in brez sape tekajo sem ter tja okrog tega spremenjenega sveta. Kaj torej sedaj? Se moramo odreči tudi temu, da bi se dobro godilo našim zanamcem?

Da, morda se moramo odreči tudi temu. Odreči se namreč ideji, da bi bili mi, starši ali vzgojitelji, edini odgovorni za usodo svojih varovancev, da bi morali skrbeti za njihovo srečo, in sicer za vsako ceno. Če pa bi se ti naši varovanci kljub temu napačno razvijali, potem za to ne bi bil kriv nihče drug kot spet mi sami; in potem bi se morali zaradi slabe vesti še bolj zares potruditi za to, da bi se jim dobro godilo. Od stare zapovedi bi se morali naučiti nekaj, kar velja ne glede na čas: to, da se komu *dobro godi na zemlji* – kolikor ni to odvisno od usode –, je vedno posledica *lastnega* ravnanja in ne produkt starševske skrbi. Nasprotno, čim skrbnejša je vzgoja, toliko bolj lahko otrokom hromi moč odločanja, kakor ima lahko negativne posledice tudi drugi ekstrem, zanemarjanje.

To, kar bi morala vzgoja v resnici dati, je življenjski zgled, in ta zgled naj bi bil v najresničnejšem pomenu besede vreden spoštovanja. To je vse. Vzgojitelja naj končno ne skrbi, ali ga bo odraščajoča generacija dejansko spoštovala ali ne. To spada v področje odločanja mladih in s tem v njihovo odgovornost za svoje lastno življenje. Vzgojiteljeva naloga preprosto ni proizvajati srečo ali uspešnost, ampak zgolj dajati zgled, ki je vreden spoštovanja in posnemanja. To pomeni, da bi lahko današnjim vzgojiteljem polemično, a vendar tudi dobronamerno zaklicali: »Obnašajte se tako, da si boste spoštovanje svojih otrok zaslužili, če vas ti sploh še spoštujejo!« Ta nasvet ne bo nikdar zaman.

Omenila sem, da skrivata v sebi enake nevarnosti tako preveč skrben kot tudi zanemarjajoč vzgojni stil. Zdi se, da je najboljša kombinacija *ljubezen v paru s trdnostjo*, pedagoško vodilo, ki bi lahko bilo že zadosti znano. Nasprotno pa je manj znano dejstvo, da najdemo psihične motnje tudi pri otrocih in mladostnikih, katerih vzgojno okolje nasploh označujemo kot povsem dobro. Seveda, če z lupo iščemo napake, jih bomo našli pri vsakem očetu, pri vsaki materi, pri vsakem učitelju. Zgolj nekakšen minimum vzgojnih napak pa še ne opravičuje masivno napačnega vedenja pri vzgajanih. Vse človeško je nujno nepopolno in starši bi izgubili del svoje človeškosti, če bi bili popolni. Ne, nič bolj tragičnega ni kot pedagogi, ki hočejo biti perfektni. Ne samo da izgubljajo svojo človeškost, ampak tudi svojo naravnost, to pa je velika izguba, o kateri bomo še govorili. Starši smejo imeti torej tudi svoje šibke strani, dokler so te v znosnih mejah, ne da bi se morali bati, da bodo svojim otrokom ravno škodovali. Zakaj je potem število psihično napačno vzgojenih otrok danes zastrašujoče veliko, čeprav odrasli že leta vse več razmišljajo o vzgojnih vprašanjih, čeprav vsaka ljudska univerza in vsaka posvetovalnica razpolaga z uporabnim vzgojnim tipom, čeprav knjižni trg ponuja nepregledno množico pedagoške literature in tudi mediji tej temi niso nenaklonjeni? Kako to, da imamo pri vedno večjem pedagoškem znanju vedno več problematičnih otrok?

Na vprašanje ni težko odgovoriti: ker vzgojno okolje prispeva samo del k celotni človekovi vzgoji in ker so prisotni še drugi odločilni vplivi duhovne vrste, npr. vpliv duha časa in predvsem individualnost osebnosti. Samo na kratko se ozrimo na tadva mogočna dejavnika, s katerima vzgojitelj sploh ne upravlja, in razumeli bomo,

da si napačen psihični razvoj mladih brez nadaljnjega v družinah ali v stanovanjskih skupnostih lahko zamislimo, četudi so v njih podani vsi nujni pogoji za zgledno vzgojo v ljubezni in trdnosti.

Da bi opisala vpliv tega *duha časa*, želim poudariti enega od mnogih vidikov, o katerem so spomladi leta 1984 burno razpravljali v oddaji nemške nacionalne televizije, namreč o brutalnosti med šolskimi otroki. Vsaka tretja nesreča v šoli se zgodi, ker učenci drug drugega napadajo, se pretepajo, praskajo, zbadajo ali se pobijajo s kolesarskimi verigami; v Nemčiji letno registrirajo približno 400.000 takšnih poškodb. Televizijski komentar k temu je bil naslednji: po šolah razsaja nasilje – in starši so zaskrbljeni. Učitelji, pogosto pretreseni in nemočni, bijejo plat zvona. Krivdo zvračajo drug na drugega. Učitelji bi se morali razumeti na svoj posel ter zaustaviti izbruhe pobesnelosti, argumentirajo starši. Učitelji vračajo: otroci bi se morali doma naučiti pravilnega obnašanja, toda mnogi starši jih s svojim življenjem naravnost navajajo na nasilje.

Iz pogovorov z udeleženi se je precej jasno pokazalo, da ni enega samega krivca: učitelji na splošno delajo najboljše in starši so v poprečju mnogo manj agresivni kot njihovi otroci. Vendar sta dva v oddaji sodelujoča strokovnjaka nakazala pravo smer, ko sta opozorila na čas in njegove okoliščine. Dieter Wunder, predsedujoči v sindikatu vzgoje in znanosti, je rekel: »V zadnjih letih je vse več svobode. To vsi pozdravljamo. S svobodo pa je tudi vse več – predrzne svobode otrok.« In Wilhelm Ebert, predsedujoči v Zvezi za vzgojo in izobraževanje ter nekdanji predsednik Svetovne zveze učiteljev, je dodal: »Otrokom je danes samo na videz lažje kot prejšnjim generacijam. Ni jim treba skrbeti za osnovne človekove potrebe, kot so

hrana, obleka, stanovanje. Toda mnogi odrasli ne morejo otrokom in mladostnikom nič več posredovati življenjskega smisla. Tako nastajata dolgočasje in praznina. To dvojje pa se lahko sprevrže v agresivnost.«

S tem se Wilhelm Ebert oprijemlje teze, ki jo je Viktor Frankl postavil že v času, ko so šolski otroci še pridno sedeli v svojih klopih, namreč v dvajsetih in tridesetih letih, ko je videl, da se kot mrak po vsem svetu širi občutje nesmiselnosti – patologizirajoči družbeni dejavnik novega duha časa – in je kot reakcijo nanj razvil logoterapijo. Kot smo že večkrat nakazali, se je danes ta občutek nesmiselnosti razrasel v očitno krizo modernega človeka. Bilo bi nepošteno zgolj staršem očitati, da svojim otrokom niso posredovali dovolj smisla za življenje, ker doživetja smisla sploh ne moremo posredovati, lahko ga kvečjemu pokažemo – pokažemo z zgledom. Tako smo zopet pri pedagoškem zgledu, pri tem edinem resničnem instrumentu za spodbujanje osebnosti, ki nam je na razpolago pri vzgajanju. Izpolnitev smisla je možna le tako, da ta smisel živimo. Če pa starši sami dvomijo o smiselnosti svojega življenja, zaradi česar danes trpijo mnogi (še bolj pa trpijo, če imajo skrbi s svojimi otroki!), potem niso zmožni biti s svojim življenjem za vzor, kako izpolniti smisel – in začarani krog se s tem zapre.

Odgovor na vprašanje, ali se mora kriza smisla nujno spreveriti v *nesmiselno* nasilje, ali pa se morda lahko izteče tudi v konstruktivno frustracijo, ki prizadetega spodbuja, da si poišče *smiselno* zaposlitev, je odvisen od posameznika, od posameznega otroka in od posameznega odraslega, od individualnosti posamezne osebe. Seveda je jasno, da otrok ne more imeti istih dolžnosti kot odrasli, toda tudi otroci nimajo zapisane pravice do odzivanja iz svoje jeze

ali dolgočasje, tudi oni se lahko na razne načine obvladajo ter morajo biti glede na svojo starost in spoznanje za svoje vedenje do določene mere sami odgovorni.

Tu prihajamo do drugega velikega vpliva duhovne vrste, nad katerim vzgojitelj nima moči in ki postaja z odraščanjem mladega človeka vedno pomembnejši, celo pomembnejši od vpliva duha časa: to je *individualnost*. Ali kot pravi Frankl, enkratnosti in edinstvenosti vsakega človeka, ki se začenja kristalizirati že v njegovi mladosti ter se neprestano oblikuje po lastni volji in v uravnavanju z lastnim značajem. Človek ni testo, čigar dodatki so vmeseni vanj iz njegovih dednih zasnov in ki ga vzgojiteljeva roka zgnete v zaželeno figuro, potem pa se v peči časa do konca speče – ne, človek ne nastane tako preprosto!

Sem zraven spada še nekaj čisto in povsem samostojnega, nekaj neizračunljivega, nekaj, česar ne moremo v celoti izvesti ne iz genskih raziskav, ne iz psihologije, ne iz sociologije, in to je duhovno v človeku. Frankl je v svoji knjigi *Antropološki temelji psihoterapije* o tem zapisal stavek, ki si ga je vredno zapomniti: »Starši dajo otroku pri spočetju kromosome – ne vdihnejo pa mu duha.« To izjavo lahko razširimo tudi na vzgojni proces: vzgojitelj uči, hvali, kaznuje, daje zgled, toda niti on ne more vdihniti duha. To, česar človeku ni mogoče dati pri spočetju, prav to na koncu odloča o tem, kar mu je bilo dano pri spočetju, in o psihološko merljivem odloča neizmerljivo v človeku. Ta misel vsebuje nekaj zastrašujočega in tolažilnega hkrati. Zastrašujoče je zato, ker ob tem spoznamo, da se pri spočetju vsakega človeka spuščamo v tveganje, da nimamo zagotovila, da se bo to tveganje srečno končalo, niti v najboljšem družinskem domu in celo v raju ne. V tolažbo pa nam je spoznanje, da naše pedagoško delo ni

obremenjeno z vso težo odgovornosti za mlado človeško življenje; odgovorni smo pač za zgled, ki ga dajemo, ne pa za njegovo učinkovitost.

Verjetno se bralcu zdi čudno, zakaj sedaj, ko želim reči nekaj o ravnanju s *težavnimi otroki*, začnjam z naštevanjem, kaj vse se vzgojnemu dosegu odteguje. Vzrok za to lahko hitro pojasnimo: kdor ne ve za svoje pedagoške priložnosti, jih ne bo izkoristil, kdor pa ne ve za svoje pedagoške meje, ne bo mogel *otroku nikdar kljub vsemu reči da*, če izrabljene priložnosti ne bodo dale pričakovanega uspeha. Motenj pri svojih otrocih ne povzročajo samo duševno labilni starši, ampak lahko obratno tudi duševno labilni otroci sprožijo motnje pri svojih starših. Ti jih doživljajo kot neuspeh v svoji vzgoji, bojijo se, da bodo odpovedali, drug drugega obtožujejo in napadajo ali se kako drugače neprimerno odzivajo. Da bi stabilizirali otroka, moramo vsekakor najprej stabilizirati vzgojitelje. Tega pa ne dosežemo s kritiko, s tem da jim očitamo napake, ampak samo z opogumljanjem, s tem da jim pomagamo, da otroka z ljubeznijo sprejmejo takšnega, kakršen je, ne da bi sami pri sebi neprestano iskali vzroke za njegove napake in jih hoteli popravljati. Šele potem, ko otroku *kljub vsemu rečemo da*, ko dopuščamo njegovo svojevrstno posameznost, njegove moči in šibkosti, njegova prirojena ali pridobljena nagnjenja in njegove motnje, celotno mnogovrstnost njegove bodoče osebnosti, ki nastaja pod vplivom *duha časa*, šele potem lahko v miru skupaj premislimo, kako naj didaktično najprimerneje ravnamo, da čim bolj zmanjšamo probleme, ki otroka obdajajo.

Žal imamo danes preveč mehanicistično podobo o človeku, kot da gre za računalniški model, pri katerem včasih »popusti vijak«, ki ga mora potem strokovnjak

priviti, da bi enota *človek* zopet delovala. Toda tako kot pedagog ne more proizvajati rasti, tako tudi zdravnik ne more proizvajati telesnega, psiholog pa ne duševnega zdravlja. Človek raste sam od sebe in sam od sebe tudi ozdravi, njegovi vijaki se privijajo tako rekoč sami od sebe, mi lahko od zunaj prispevamo samo zaviralne ali pospeševalne vzgibe v upanju, da bodo ti dosegli svoj cilj. In tako je tudi s psihično motenim otrokom: ko se je pojavila njegova motnja, je bil pri tem soudeležen njegov jaz, in ko se njegova motnja pozdravi, se tudi ozdravi sama od sebe – vzgojitelj lahko k temu prispeva le majhen del. In najboljše, kar lahko ponudi, je iznad vse psihološko-pedagoške spretnosti, je tisti temeljni DA otroku, je tista ljubezen, ki vedno skriva v sebi *kljub vsemu*, pa naj se zgodi karkoli.

Ko bom v nadaljevanju orisala nekaj opornih točk, ki naj bi staršem olajšale življenje z vedenjsko motenimi otroki ali mladoletniki, tega ne bom storila v veri, da bi mogla nuditi odrešilni patent za vse težave, ampak prej v prepričanju, da imajo vse težave v svoji globini smiselno možnost, saj omogočajo, da ljubezen, ki je bila obremenjena s stisko in trpljenjem, dozori ter se izkaže za vzdržno.

Prva oporna točka je tako že nakazana. To je ohranjanje naravnosti pri vzgojnem ravnanju. O tem se lahko veliko naučimo pri franklovski logoterapiji, ki se v psihoterapevtski praksi nikdar ne odpove naravnosti, čeprav svoje metode pri pacientih uporablja zelo ciljno usmerjeno. Naravnost v psihologiji in pedagogiki namreč ne pomeni nepremišljene spontanosti, marveč vključevanje metodičnih posegov v naravno okolje. To pomeni toliko terapevtske učinkovitosti, kolikor jo je možno doseči ob čim manj umetno ustvarjenih terapevtskih situacijah. Čudovit primer za

takšno metodično orientirano naravnost na medicinskem področju je objavil *Medical Tribune* 23. marca 1984. Poroča o ideji pediatra Edgarja Reya v bolnišnici San Juan de Dios v Bogoti (Kolumbija):

Novorojenčki, ki tehtajo manj od 1000 gramov, v deželah v razvoju velikokrat ne preživijo že zato, ker primanjkuje inkubatorjev in intenzivne medicinske nege. Ideja južno-ameriškega otroškega zdravnika je bila zato v tem, da naj bi si prezgodaj rojene otroke mati tesno in toplo privila na prsi. S tem se sam od sebe razreši glavni problem ne dovolj razvitih novorojenčkov, namreč problem temperaturne izravnave. Z naravnim prehranjevanjem z materinim mlekom se lahko izognemo tudi celi vrsti imunoloških in prehranjevalno fizioloških komplikacij. Ti otroci mnogo redkeje obolevajo za driskami ali zaprtjem, ne oziraje se na pozitiven psihološki učinek okrepljene povezave mati – otrok. Mednarodni sklad za pomoč otrokom pri Združenih narodih (UNICEF) je rezultate te oblike oskrbe označil kot »dramatične«, seveda v pozitivnem smislu. Z uporabo te nove metode trije od štirih dojenčkov s porodno težo okrog 1200 gramov ostanejo pri življenju. Doslej je zaradi premajhne telesne teže na svetu letno umrlo okrog 20 milijonov novorojenčkov. Število preživelih otrok, ki so ob rojstvu tehtali med 1200 ter 1800 grami, se je s tem s 30 odstotkov povzpelo na 90.

Problem prezgodnjega rojstva je sicer samo posredno povezan z našo temo, vendar pa lahko v njem vidimo zelo pomemben namig. Na eni strani imamo *metodo*, ki naj prezgodaj rojenemu otroku omogoči izravnavo telesne temperature, hrano, zaščito pred infekcijo. Gotovo vse to uspešneje dosežemo v inkubatorju, toda za ceno sterilnosti, umetnega načina, izgube stika z materjo. Na drugi strani je

povsem *naravno* ravnanje vsake zdrave matere, da svojega otroka rada pritisne na prsi ter mu nudi telesni stik, nežnost in nekaj *duševni povezanosti* podobnega. Vendar samo to instinktivno materino ravnanje pri zgodaj rojenemu otroku ne bi zadoščalo. Le *kombinacija obojega*, metode in naravnega okolja, daje optimalne rezultate. Iz tega se naučimo, da metoda sama zase ni vse, ne v psihologiji ne v psihoterapiji, sploh pa ne v vzgojiteljskem vsakdanu.

Kakršnekoli metode bomo že uporabili pri naših otrocih, skrbno porazdelitev hvale in kazni, železno doslednost ali partnersko vzajemno naklonjenost, spodbujanje ustvarjalnosti ali sporazumevajoči trening, nikdar naj se ne prikrade vmes kaj izumetničenega, kaj nepristnega, kaj nenaravnega. Zato se teh metod ne smemo držati ekstremno in zagrizeno, ampak moramo z njimi rokovati igrivo in fleksibilno, sicer se zamrači celotno vzgojno okolje. Normalni starši ne morejo nepretrgoma skrbno porazdeljevati hvale in kazni, kdaj pa kdaj smejo tudi brez vzroka reči prijazno besedo ali se nato »pomotoma« nad kom razjeziti. Prav tako ni treba, da so železno dosledni, ker so popuščanje, pustiti-se-pregovoriti, odpuščanje in sklepanje miru enako naravni načini ravnanja, ki nekako spadajo zraven. Razen tega ni treba, da so vedno partnerski, ker obstajajo tudi zadeve, ko starši in otroci ne morejo biti partnerji. In tudi ne smejo stalno postavljati nekih programov za spodbujanje ustvarjalnosti ali programov za treniranje sporazumevanja svojih otrok, ker bi s tem pretrgali naravni razvoj njihove domišljije, ki raste samo, če morajo otroci priložnostno sami razmišljati. Obratno pa se vzgojitelj tudi ne more umakniti vsakemu varuštvu svojih varovancev, sicer se mu bo godilo kot vzgojiteljici v nekem izjemno antiavtoritativnem in nedirektivno

vodenem otroškem vrtcu v Berlinu, kjer so otroci vsak dan tarnajoče spraševali: »Teta, se moramo danes zopet igrati, kar se sami hočemo?«

Z vsem tem bi želela reči, da v druženju z otroki ne smemo žrtvovati naravnosti za točno določeno vzgojno taktiko, ki smo se je naučili ali o njej kje brali in od katere si obetamo uspeh – takšna žrtev bi uspeh izničila, še preden bi do njega sploh prišli. (Žal to otroci zelo pogosto opazijo pri učiteljih, zdravnikih, psihologih in podobnih poklicih!)

Poleg naravnosti obnašanja je naslednja pomembna oporna točka, ki je prav tako nikdar ne smemo žrtvovati, samoumevnost življenja in upanja. Tu je stvar še resnejša, kajti ko je samoumevnost kake temeljne vrednote enkrat izgubljena, je izgubljena za vedno. Starši na primer, ki grozijo s samomorom, sploh ne vedo, kaj s tem delajo svojim otrokom, kajti s tem zamajejo samoumevnost glede življenja – kakorkoli že komu gre, dobro ali slabo – in dejansko prvič vzbudijo misel, da lahko človek zbeži tudi v smrt. Ali starši, ki svojim težko vzgojljivim otrokom kar naprej napovedujejo, da jih bodo nekega dne odpeljali v popravní dom, prav tako vedno bolj rušijo samoumevnost doma, kamor otroci nedvomno spadajo. Nesporo je, da obstajajo družinske situacije, ko je bivanje v domu ali internatu za otroka boljša alternativa kot bivanje pri starših; toda če je tako, mora to biti smiselna začasna rešitev za vse udeležence in ne kazenski ukrep v pomenu »napoditi jih od doma«. Lasten dom je namreč prav tako temeljna vrednota, ki je ne smemo nikdar postavljati pod vprašaj; takšna doživetja zelo ogrožajo prav psihično labilnega človeka. Če zanj ni nič več zanesljivo, niti nadaljevanje njegovega bivanja, niti smiselnost njegovega bivanja, niti varnost njegovega bivanja, ugasne upanje in ugasne njegova volja do življenja.

Govorili smo o današnji visoki stopnji glasne agresivnosti šolskih otrok. Pri tem nismo omenili, da obstaja tudi nema agresivnost, ki pedagoge skoraj bolj skrbi kot aktivna. Gre za otroke, ki so se notranje odklopili po motu: »Ne maram! Me ne briga! Me ne zanima!« Nanje ne deluje ne pohvala ne kaznovanje, nobena obljuba ne potegne, nobena grožnja ne zaleže, nobena še tako izoblikovana perspektiva jih ne more premakniti. Izgubili so upanje, lahko bi rekli samoumevnost upanja, in to je zelo slabo.

Danes smo tudi odrasli nagnjeni k temu, da z govorjenjem marsikaj dobesedno razcepimo. O miru, na primer, toliko govorimo, da nenadoma ni več samoumeven; ko pa je samoumevnost miru enkrat zapravljen, vznikne možnost za vojno. Tudi v družinah se toliko govori o razhajanjih, o zapuščanju, da je s tem spodkopan mir v družini. Imamo probleme, ki to postanejo šele zaradi pozornosti, ki jim jo posvečamo, in ki se šele z našim poimenovanjem nagrmaadijo v tiste nepremagljive ovire, ki nam ležijo napoti. Naj mi nihče ne podtika, da hočem resnične probleme potlačiti ali zamolčati – že več kot desetletje se dan za dnem borim s problemi tujih ljudi in prav to delo me je naučilo, da težave in skrbi spadajo k čisto in povsem normalnemu življenju ter postavljajo prej izziv človeškemu duhu kot pa škodo za duševno zdravje. Pretirano kopičenje problemov vsekakor blokira njihovo reševanje. To velja tudi za delo z vedenjsko motenimi otroki: več ko z njimi ali z drugimi govorimo o njihovih vedenjskih motnjah, toliko večje te postajajo.

Na splošno ni priporočljivo drug drugemu preveč prigovarjati, kar je vedel že Gottfried Keller, ki je nekoč zapisal: »Opazil sem, da mnogi ljudje, ki imajo vedno prvo besedo, zaradi tega nikdar ne postanejo pametni,

ker mnogi zaradi njih nikdar ne pridejo do besede.«⁸ Zelo modre besede, ki bi jih ob današnjem trendu, da naj bi se z otroki o vsem svobodno pogovarjali, morali upoštevati. Tudi tu zopet drži pravilo, da nobene metode ne smemo izvajati vse do bridkega konca, če je v nasprotju s preprosto naravnostjo.

Mladim ljudem, ki so nam zaupani, lahko omogočimo, da samoumevnost, da *smo tu zanje*, začutijo tudi brez besed: v potrpežljivem poslušanju, v soudeležbi, v prizadevanju, da jih razumemo, v spoštovanju njihove individualnosti. *Dobrota razorožuje*, tega naj bi se trdno držali, če se spoprijemamo z agresivnostjo, kar pa zopet ne pomeni, da naj bi vzgojitelj stalno popuščal. Od obremenjujočega napačnega vedenja se mora distancirati, vendar samo distanciranje še ne pomeni pustiti otroka pasti; lahko se odmaknemo, a kljub temu ostanemo dobri, otroškemu početju lahko rečemo *ne*, otroku pa kljub vsemu *da*, kakor sem to že povedala.

Doslej smo se osredotočali na ohranjanje, na ohranjanje naravnosti in samoumevnosti. Potem smo se posvetili govorjenju in ugotovili, da poleg premalo govorjenja, kar pedagoško gotovo ni dobro, tudi preveč govorjenja ne koristi, ker otroka neredko sili v zavračanje. Temi *govorjenje* želim dodati še en vidik, ki se mi zdi bistven in ki sem ga prav tako vzela iz franklovske logoterapije. Pri tem ne gre več za kvantiteto, ampak za kvaliteto povedanega. Kaj in kako govoriti s težavnimi otroki? Po mojem mnenju, na kratko povedano, jim lahko vse povemo tako, kot hočemo, naravnost, tako kot človeku prihajajo besede na jezik, le ena stvar se ne sme zgoditi: iatrogena poškodba.

⁸ Gottfried Keller: *Zeleni Henrik* (Cankarjeva založba, 1965).

Pojasniti moram, kaj v logoterapiji pomeni iatrogeneza, da bom lahko pokazala, da se nekaj zelo podobnega dogaja tudi pri pedagoškem delu in da nima tam nič manj nezaželenih posledic.

Beseda *iatrogen* izhaja iz grške besede *iatros* in pomeni *zdravnik*, pripona *gen* ima vedno nekaj opraviti z izvorom in nastankom; *iatrogen* torej pomeni *nekaj, kar povzroči zdravnik*. In dejansko poznamo v psihoterapiji nevroze in depresije, ki niso bile, kot je to dokazal Viktor Frankl, posledica ničesar drugega kot nepremišljenih, negativnih izjav zdravnika ali psihoterapevta, ki je – ne da bi to hotel ali za to vedel – škodoval svojim pacientom. Najbolj pretresljivo, kar sem v zvezi s tem kdaj slišala, je bilo poročilo popolnoma negotove žene o izjavi njenega psihoanalitika, ki je z njo delal štiri leta, ne da bi dosegla kakršnokoli izboljšanje. Zdravnik ji je to pojasnil na svoj način. Rekel je: »Lastovke, ki se dovolj zgodaj izvalijo, imajo dovolj časa, da zrastejo in do jeseni dobijo krepka krila, zato jim ni težko leteti preko Alp, ko se bliža zima. Lastovke, ki so se izvalile pozno spomladi, pa še niso zadosti razvite, ko se vreme ohladi: tudi one poskušajo preleteti Alpe, toda visoko pod mrzlim nebom jim kmalu poidejo moči ter popadajo na tla.« In potem je zdravnik kar najbolj prijazno dodal: »Glejte, vi ste takšni kot tiste pozno izvaljene lastovke. Prepozno ste prišli k meni v analizo in ne morem vas dovolj okrepiti za zahteve življenja. Nikdar več ne boste ozdraveli.« Gotovo si lahko predstavljamo, kako so te zdravnikove besede vplivale na občutljivo in že tako zelo potrto ženo. Zaklenila se je v svoje stanovanje, podnevi in ponoči je imela spuščene žaluzije, ker ni mogla več poslušati ščebeta lastovk pred svojim oknom. Tako bi se skoraj uničila, če je ne bi iz tega

potegnila njena zelo odločna prijateljica in jo pripeljala k meni v posvetovalnico. Pošteno sem se namučila, da sem pozdravila to iatrogeno poškodbo.

Seveda je bil to izjemen primer, toda v psihologiji in tudi v pedagogiki moramo zelo paziti, kajti takšne poškodbe nastanejo tudi na prav subtilen način. Nekoč mi je na primer neka mati, ki je prišla na posvet, nekako mimogrede pripovedovala o tem, da je bila drugorojeni otrok, prvorojeni otrok pa da se je rodil eno leto pred njo in je neposredno po rojstvu umrl. Rekla je, da je to prej vedno doživljala kot nekaj pozitivnega, ker je menila, da je bila – po izgubi, ki so jo morali starši pretrpeti – zares zaželen otrok. Ko pa je o sestri, ki je umrla pred njenim rojstvom, pripovedovala družinskemu zdravniku, je ta z zelo resnim obrazom posumil, da je bila tedaj za starše pač samo »nadomestek« in da starši svoje ljubezni v resnici verjetno niso namenjali njej, ampak mrtvemu otroku. Ta misel jo je dolga leta tlačila in odtlej ni imela več tako neobremenjenega odnosa do svojih staršev kot pred tem. Tudi v tem primeru je bila povzročena popolnoma brezsmiselna iatrogena poškodba, ki je imela za posledico samo trpljenje.

Za svarilo naj vas opozorim še na pogovor, ki sem mu bila priča med zdravniško vizito v bolnišnici za živčno bolne. Primarij je pacienta alkoholika, ki je bil že nekaj tednov v bolnišnici, vprašal, kako se počuti. Ta je odgovoril, da mu gre sorazmerno dobro, le pretekli konec tedna je po bujenju v veliki dvorani doživel napad tesnobe. Vsi njegovi sobni tovariši so že vstali, počutil se je sam in zapuščen in tedaj je začutil strah pred prihodnostjo. Primarij se je obrnil k pristojni višji zdravnici, ki je pri viziti stala ob njem, in jo vprašal, ali bi napad tesnobe lahko imel za posledico

uživanje alkohola. »Ne,« je odgovorila, »pacient je že dolgo abstinent. Toda on je čisto labilen tip ...«

»Aha,« je rekel prvi zdravnik in šel k naslednji postelji. Ne vem, ali je bralec začutil, kaj je bolnik doživel ob teh besedah? Strokovnjak ga je zaznamoval za *labilnega tipa* in primarijev *aha* je k temu dodal piko na i. Kako naj takšen pacient sploh še kdaj zaupa sam vase, kako naj se pogumno spopade s svojo nesrečno zasvojenostjo, kako naj obvlada svojo prihodnost, ki se je že tako in tako boji, če ima o sebi tako negativno predstavo?

To spoznanje lahko povežemo s tistim poglavjem pedagogike, ki nas uči, da so pričakovanja in procesi iskanja identitete pri mladem človeku kretnice, ki usmerjajo vse njegovo življenje. Pri pričakovanjih moramo vsekakor razlikovati med zunanjimi pričakovanji, torej med tem, kar od njega pričakuje okolica, in lastnimi pričakovanji, torej tem, kar vsak sam pričakuje od sebe. Največja nevarnost pri zunanjih pričakovanjih je na splošno ta, da so ta previsoka in preveč pozitivna, kar človeka močno izpostavlja stresu in pritisku, oziroma mu vceplja strah, ker lahko pričakovanja svojih staršev, učiteljev, predpostavljenih itd. izpolni le z največjimi napor. Vendar se ne varajmo, da zato niso nevarna tudi prenizka in preveč negativna zunanja pričakovanja; tudi ta ovirajo človekov razvoj, ker mu odvzemajo zaupanje okolice v njegove sposobnosti.

Pri lastnih pričakovanjih pa je že od vsega začetka največja nevarnost, da so prenizka, da si človek premalo zaupa ali misli o sebi samo negativno. Vsaj od Seligmana naprej vemo, da obstaja naučena nemoč, ki se je v otroštvu morda začela z nizkimi pričakovanji, v odraslosti pa se nadaljuje z izjemno nizkimi in negativnimi lastnimi pričakovanji, ki, izhajajoč iz prepričanja, da tega ali onega tako in tako

ne zmore, človeka ovirajo, da bi si zastavil nalogo, češ da ji še ni dorasel, če si jo iz kateregakoli vzroka že mora zastaviti. Pri lastnih pričakovanjih je zopet druga skrajnost. Človek lahko od sebe pričakuje preveč. Ta pričakovanja so nerealna in ga lahko uničijo.

Človek ni, kot sem to že zapisala, testo, ki bi se ga dalo zgnesti brez njegovega sodelovanja. Zunanjih pričakovanj si ne moremo izbirati, še najmanj v otroštvu, toda lastna pričakovanja si oblikujemo sami, celo otroci imajo možnost, da jih sooblikujejo. Tako lahko na nizka zunanja pričakovanja odgovorimo z visokimi lastnimi pričakovanji, kot na primer to dokazuje igralec, ki je pod umetniškim imenom Conan postal slaven kot posebno mišičast in močan filmski junak. Ker ga je moj krušni oče, ki je bil učitelj, učil v šoli, mi je osebno znano, da je bil ta igralec kot otrok najšibkejši v razredu. Nihče mu ni pripisoval kake večje telesne sposobnosti – nihče, razen očitno njega samega, ki si ni pustil vzeti poguma. Trdo je vadil, dokler ni postal presenetljivo uspešen. Frankl v takšnih primerih govori o *kljubovalni moči duha*, ki se preprosto ne meni za neugodne okoliščine in negativna zunanja pričakovanja.

Vrnimo se sedaj k problematiki iatrogenih poškodb oziroma pedagogenih poškodb, ki jih sedaj lahko uvrstimo v skupino neprimernih negativnih ali nizkih zunanjih pričakovanj. Izjave staršev »Tega ti vendar nikdar ne boš doumel!«, »Iz tebe nikdar nič ne bo!« in tako dalje lahko sčasoma tudi lastna pričakovanja otrok močno potisnejo navzdol, če ne premorejo dovolj kljubovalnosti, da staršem navkljub vztrajajo. In prav psihično moteni otroci, kakor tudi v sebi psihično manj trdni odrasli, so izredno sprejemljivi za takšno od zunaj vsiljeno minimiziranje pričakovanj.

V vzgoji in pri delu z otroki zato pazimo, da ne bomo nanje prenesli previsokih ali prenizkih, predvsem pa ne negativnih zunanjih pričakovanj. Za dvomljive slučaje bi celo rekla: zaupajmo jim raje nekoliko preveč kot nekoliko premalo, zaupajmo, da se tudi vedenjsko vpadljivi in nevrotični otroci še vedno lahko razvijejo v vesele in zdrave ljudi – tako jim bomo naredili največjo uslugo in jim dali najboljšo popotnico na poti v samostojnost.

Nekoč sem bila v otroškem vrtcu slučajno pri skupinski igri s kartami. Po vsaki igri so otroci zamenjali svoja mesta. Eden od stolov je bil določen za čarobni stol: kdor je sédel nanj, je zmagal. In dejansko so bili zmagovalci v naslednjih rundah vsakokratni lastniki čarobnega stola. Potem je prišla na vrsto bleda, majhna deklica, in ko se je povzpela na čarobni stol, je tiho rekla: »Jaz nimam sreče, pri meni to ne deluje!« In igro je izgubila.

To je bila pač igra na srečo, zato iz tega ne bom delala nobenih zaključkov. Toda danes vemo, da ima človekovo pričakovanje neizmerno, skrivnostno moč, da pritegne prav to, kar človek pričakuje. Na to moramo misliti, kadar delamo z otroki, ki imajo takšne ali drugačne vrste težav: dokler se imajo sami za otroke, ki nimajo sreče, so nesrečni. Pomagajmo jim, da se bodo znebili vloge »nesrečnika«, in njihovi žarki sreče bodo zasijali. Ne psihologizirajmo jih, ampak jih normalizirajmo, s tem da jih nagovarjamo kot sogovornike, ki so se sposobni razviti, pri katerih je še vse odprto, pa naj je izhodiščni položaj videti še tako zavožen. Človeški duh ima gotovo več rezerve, kot pa si o tem dovoli sanjati naša pedagogika!

S tem želim odključati točko *govorjenje* in se posvetiti zadnji točki razprave, ki morda zveni nekoliko osupljivo, namreč *mišljenje*. Gre za misli, ki se staršem porajajo

v zvezi s težavami njihovih otrok in v zvezi z nujnostjo, da jih odpravijo. Vemo, da v življenju lahko na vse gledamo različno, in glede na to vsaka stvar dobi čisto drugačen pomen. Od pomena je zopet odvisna tako imenovana *organizmična resonanca*, torej odzivanje telesnega stanja, ki je tesno povezano z duševnim stanjem. Kar zadeva otroke, se to različno gledanje začne že v času nosečnosti: ljudje se lahko srčno veselijo naraščaja ali pa imajo glede njega zelo resne pomisleke. S tem nočemo ničesar očitati nobeni bodoči mamici, če se zaradi utemeljenih razlogov nagiba k pomislekom, toda prav gotovo bo potem tudi telesno imela z nosečnostjo več težav.

Če so otroci prizadeti ali če se psihično ne razvijajo v redu, je večina staršev zaradi tega vznemirjenih. Nekateri pa lahko ostanejo tudi ravnodušni ali otroke preprosto odpišejo. S tem delom staršev se ne bomo ukvarjali, ker jim tako ni pomoči. Vznemirjeni del pa do nastale problematike v neki obliki zavzame stališče in prav to *notranje stališče* je pomembno, kajti to sodoloča srečo in gorje v družini. Franklovska logoterapija rada navaja nevarnost *pojava pretirane pozornosti*, ki nastane, ko se nekdo v težavo, ki jo ima, vedno bolj pogloblja, razmišlja samo še o tem, se popolnoma osredotoči samo na svoj problem. Posledice so katastrofalne: vse drugo, kar z obravnavano temo ni povezano in je morda popolnoma neprizadeto, izgublja pomembnost, medtem ko težava, ki je človek nanjo pretirano pozoren, gigantsko narašča in si prilasti njegovo celotno življenjsko perspektivo. To slabi človekov telesni imunski sistem ter močno zmanjšuje njegovo bolezensko odpornost. Ameriška študija, ki obsega preko 14 let dolgo raziskovanje raka, je na primer ugotovila, da se v prvem letu po izgubi partnerja, bodisi zaradi ločitve

ali smrti, tveganje za rakasto obolenje pet- do desetkrat poveča, vendar samo tam, kjer se izgubi daje pretirana pozornost, če se torej tisti, ki je ostal sam, z izgubo ne more sprijazniti, se miselno še naprej huduje nad usodo in neomajno razglablja o vzrokih za izgubo.

V isti nevarnosti se nahajajo starši, ki se ne morejo sprijazniti z otrokovo telesno ali duševno prizadetostjo in se s tem neprestano spopadajo ali zaradi tega žalostno povešajo glavo. Seveda bodo poskusili vse, da bi otroku, kolikor se pač da, pomagali. Toda prej ali slej pridejo do točke, ko se je treba sprijazniti z usodo, pa četudi le tako, da si preprosto vzamejo čas in potrpežljivo čakajo. Potrebno je, da problematiki *ne* posvečajo pretirane pozornosti, da ne bi s tem postavili na kocko še lastnega zdravja, ampak da ostanejo hladnokrvni in usmerjajo misli na pozitivno, da bi tako iz danih okoliščin napravili najboljše. In to je prava umetnost, spoštovanja vredno človeško ravnanje, za katerim lahko zavestno in hote stremimo ter ga uresničujemo! Da bi namreč lahko iz tega, kar nam je vsakokrat na razpolago, potegnili najboljše, moramo ne samo v vsej polnosti sprejeti to, kar imamo na razpolago, ampak moramo dojeti tudi celoto vseh smiselских možnosti, ki se nahajajo v tem, kar imamo. Najboljše gotovo lahko zadenemo samo z izborom med dobrimi stvarmi, zato moramo, da bi našli najboljše, nujno spoznati dobro.

Staršem in vzgojiteljem tako imenovanih težavnih otrok želim nujno položiti na srce, naj se ne pustijo zapeljati, da bi v svojih mislih neprenehoma krožili okoli motenj svojih otrok ter tako zašli v vrtinec pretirane pozornosti; škodovali bi le sami sebi – tudi telesno –, otrokom pa ne bi nič koristili. Mnogo bolj naj bi spodbujali notranjo pripravljenost, da bi se orientirali po smiselских možnostih

dane situacije. To pa ne gre drugače, kot delati s tem in biti zadovoljen s tem, kar je tukaj in kar je dobro.

Vrnimo se k našim izhodiščnim razmišljanjem, v katerih smo ugotovili, da mnoge okoliščine sploh niso v rokah vzgojitelja. Tako danes ni več ne otroštva v pravem pomenu ne pubertete. Otroštvo je preluknjano s strani medijev, ki vsa dogajanja iz sveta odraslih po video zaslonih prenašajo v otroške sobe in jih tam brezobzirno »razsvetlujejo« o vsem mogočem, kar otroke izredno hitro postara. Puberteta pa je bila daljnosežno oropana svoje funkcije z »emancipacijo« mladine, ki ločitev od domače hiše dela za takšno farso, da je komaj še kaj navezanosti na dom. Posledica vsega tega je, da mladi izredno počasi dozorevajo. Hitro staranje in počasno zorenje, izgubljeno otroštvo in prezgodnje odrasčanje, elektronika kot fascinacija in zahteve po svobodi kot provokacija – vse to in še mnogo drugega danes otežuje vzgojni proces, stanja pa tudi ne izboljša. Storimo najboljše, bodimo zgled, toda postopno jim izročajmo odgovornost; tudi naslednja generacija potrebuje svoje naloge, pred katerimi je ne moremo niti zaščititi niti jih rešiti namesto nje!

Če bomo v vzgoji ohranili naravnost svojega vedenja ter samoumevnost življenja in upanja, če bomo našo govorno komunikacijo z otroki dozirali na zdravo sredino in ne bomo na otroke prenašali preveč negativnih zunanjih pričakovanj, če se bomo končno lotevali problemov resno in mirno ter bomo pozorni tudi na to, kar je zdravega in kar še vedno obstaja – od tod moremo zajeti moči za ono drugo –, to popolnoma zadošča, opravili smo svojo dolžnost.

Znanstvena veda psihologije se je doslej z največjo natančnostjo zavzemala za odkrivanje vzgojnih napak. In ne dá se izogniti temu, da je kakšna duševna poškodba pri otrocih posledica vzgojne napake. Toda naj mi bo ob

koncu razprave dovoljeno pripomniti, da je načelo krivde v primeru razveze danes odpravljeno in da mora biti analogno postopno na novo urejeno tudi načelo krivde pri vzgojnih težavah. Če so 13-letniki dovolj stari za seksualne intimnosti (Frankfurtski inštitut za seksualno raziskovanje navaja to starost kot »spodnjo normalno mejo«) in če hočejo biti 18-letniki v našem kompliciranem svetu polnoletni in opravilno sposobni, potem morajo letniki med tema dvema starostma prevzeti tudi nekaj odgovornosti za svoja dejanja in ne morejo vsake lastne pomanjkljivosti pripisati staršem.

Razvajeni majhni otroci na primer – da sežemo samo po eni vzgojni napaki – seveda ne morejo biti odgovorni za svoje nezmerno vedenje, ki je pogosto rezultat njihove razvajenosti. Razvajeni mladostniki pa lahko vedno bolj izbirajo, ali bodo izrabili situacijo svoje razvajenosti ali ne. Imamo zelo razveseljive primere mladih ljudi, ki se nezmernosti prostovoljno odpovedo. Samo zato, ker je od staršev lahko iztržiti denar ali darila, to še zdaleč ni opravičljivo; tudi tat, ki vdre v nezaklenjeno hišo, je tat. Vidimo, da bi bilo celo preveč ceneno, če bi mladi ljudje iz svojih staršev iztisnili vse do zadnjega, da bi potem trdili, češ saj so sami krivi, zakaj so nas pa razvadili. To preprosto ne gre; mladostnik lahko družno s svojim duhovnim razvojem k zrelosti odklanja pozitivni vpliv svojih vzgojiteljev, s tem se moramo sprijazniti, toda enako dobro se lahko otrese tudi negativnega vpliva svojih vzgojiteljev ter se reši iz prijema vzgojnih napak. Nobene psihične motnje pri odraščajočem ni, ki ne bi bila dostopna samovzgoji že odraslega človeka, razen če je vzrok zanjo organska poškodba.

Mirno pojdemo vzgajat, ne bojmo se, da bomo delali napake, potrudimo se za spoštovanja vreden zgled in

položimo usodo bodoče generacije z zaupanjem v njihovo odgovornost. In predvsem ne nehajmo svojim otrokom govoriti »da«, morda bodo tako tudi oni nekega dne znali reči »da« svojim staršem.

3 Zaposlena ženska med stresom in izpolnitvijo

Pred kratkim sem v časopisu našla kratko poročilo, eno od mnogih takšne vrste:

Vedno več žensk v starosti med 30. in 50. letom se nagiba k depresijam. Po opazovanju psihologov naj bi bile prizadete večinoma poročene ženske, ki sicer živijo v dobrih gmotnih razmerah in same ne vedo, zakaj naj bi jim šlo tako slabo. Čutijo, da se od njih zahteva preveč, zato se nagibajo k razglabljanju ter si očitajo, da moža in otroke obremenjujejo s svojim stanjem. Zakoni naj bi pogosto razpadli.

To kratko poročilo želim nekoliko vzeti pod lupo, kajti v njem tiči marsikaj, s čimer se po mojem mnenju ne moremo strinjati. Kaj je v njem povedano? Mnoge ženske se počutijo slabo. Depresivne so. Depresivne gotovo ne v kliničnem pomenu, kot diagnoza, ampak bolj sledeč modnemu trendu, ki vsako obliko zlovoljnosti uvršča pod ta pojem. Potem vključimo še publicistično alarmno sireno: vedno več žensk je depresivnih. Vedno več ženskam gre duševno slabo. In kakšne ženske so to? Takšne kot ženske v deželah v razvoju, ki jim otroci na rokah umirajo od lakote? Ali takšne, kakršne so bile do nedavnega ženske v vzhodnem bloku, ki so morale vsak dan dolge ure do popolne izčrpanosti delati v tovarnah? Ali takšne kot

ženske v ameriških črnskih četrtih, ki nimajo najosnovnejših gospodinjskih sredstev in se njihovi moški preganjajo okrog v najnevarnejših bandah? Ne, to niso te ženske. To so ženske, večinoma dobro poročene, z zdravimi otroki, zaposlene ali tudi ne, v urejenih gmotnih razmerah, ki ne vedo, zakaj se slabo počutijo. Nenavadno, kajne?

S kančkom zlobe bi lahko pripomnili: človek očitno ne prenese, da mu gre dobro.

To so torej opazili psihologi, ki so bili v opazovanju vedno zelo dobri. Dejansko se tu odstirajo sence daleč razširjenega neugodja, ki ga lahko opazujemo že nekaj desetletij, če smo natančni, od gospodarskega čudeža v naših deželah naprej. Med opazovanjem in razlago pojava je vsekakor velik prepad, pri razlagi pa psihologi nikdar niso bili tako dobri kot pri opazovanju. Vedno znova so pojav napačno razlagali, in kakor bom pokazala, tudi v navedenem kratkem časopisnem poročilu, ki vedno večjo nagnjenost žensk k depresiji izraža v stavku: »Čutijo, da od njih preveč zahtevajo, zato so nagnjene k razglabljanju in si očitajo ...« Ta trditev ne ustreza resnici in je razumljiva samo na tleh zastarele psihologije, ki nič več ne drži.

Da bi zastareli način mišljenja naknadno dopolnili, si moramo priklicati v spomin, da začetek psihologije spada v čas, ko je bilo v Evropi ogromno stiske, zatiranja, brezposelnosti in smo ne nazadnje doživeli dve svetovni vojni. To je, seveda, po svoje vplivalo na mlado znanstveno vedo. Povsem razumljivo je, da so psihologi takrat izhajali iz tega, da bi človek moral biti srečen, če ne bi trpel nobene stiske, in ker se niso čutili pristojne za zunanje okoliščine življenja, kot so brezposelnost ali vojna, so se osredotočili na to, kako na kakršenkoli način odstraniti človekovo notranjo stisko, da bi ljudi pripeljali k njihovi sreči. To je

bila popolnoma čista namera, ki pa je zgrešila cilj. Kajti sreča v osnovi ne pomeni *biti prost* od *nečesa*, ampak *biti svoboden za nekaj*, o čemer bomo še govorili.

Vsekakor se je psihologija dobrih 50 let pošteno trudila, da bi odpravila človekovo notranjo stisko. Človeka je bilo treba najprej osvoboditi sleherne muke gonskega pritiska, predvsem pa naj bi si s čim manj komplikacij smel sprostiti svoje seksualne in agresivne potrebe. Temu, da lahko človek takšno sproščanje opravlja le na račun drugega, se kot neizbežnemu stranskemu učinku ne da izogniti. Samo nič potlačiti, samo nič izriniti je bilo najvišje psihološko pravilo, glede drugih ljudi pa je bilo nekoliko tiše dodano: To je njihov problem. S tem je nastalo svojevrstno protislovje, da v zahodni kulturi v nobenem prejšnjih stoletij, ko si še nismo mogli pomagati s psihološko znanostjo, niso bile družine v svojem najglobljem jedru tako močno pretresene kot v našem času, četudi nam stojijo ob strani mnogovrstna spoznanja psihologije, ki nas hoče napraviti srečne.

Toda zagnano osvobajanje od notranje stiske je šlo naprej. Sprostitvi gonov je sledila osvoboditev od avtoritete. Samo z ničimer ne biti zadovoljen, se je glasilo novo najvišje pravilo, ki je bilo v enaki meri razglašeno tako za odrasle kot za otroke. Braniti se, se uveljaviti, znati-reči-ne, to so bili novi recepti za srečo. Oprijela se jih je pedagogika, sestrška disciplina psihologije, in si upala z njimi iti vse do roba kaosa, kakor smo o tem že razpravljali. Medtem je napredovala osvoboditev od vseh socialnih prisil. Končno misliti sam nase, je o vseh svojih prizadevanjih pisala psihologija ter nas opogumljala h krepitvi jaza. Pomisleki? Proti tem je obstajalo učinkovito sredstvo: Saj so za tvojo mizerijo vendar krivi drugi! Mati, oče, okolica, ki so te

prizadeli s svojimi žalitvami, vsi ti so odgovorni za tvoje napačno ravnanje! Kako lepo, videti je, da smo se uspeli rešiti celo slabe vesti! Kaj je potem še napoti sreči? Sploh nič več! S psihologijo se da notranje zavrtosti odpraviti in celo zunanje okoliščine so se proti koncu petdesetih let začele spreminjati: nastopilo je blagostanje. Ljudje, ki so se medtem naučili uveljavljati svoje gonske zahteve, so lahko – rešeni norm avtoritete z ekstremno učvrščenim jazom – svoje potrebe nenadoma zadovoljevali brez problemov: s potrošnimi dobrinami, s spolnimi partnerji, z demonstracijami sile, z zavračanjem vsake večje zahteve, s čistim orientiranjem po lastnih željah ... po psihološki dogmatiki bi sedaj gladko morali biti srečni. Toda tu se je sesula celotna hiša iz kart. Kajti tako nesrečni, tako duševno bolni kot v današnji narcistični kulturi⁹ niso bili ljudje našega naprednega prvega sveta še nikdar.

Psihologija se mukoma uči spreminjati miselnost. V mnogočem mora še enkrat začeti znova. Danes se nahaja v tem procesu prenove in pri tem ji največ pomagajo napotila Viktorja E. Frankla, ki tudi opominja, da človeku ne gre v prvi vrsti za svobodo *od* nečesa, ampak za svobodo *za* nekaj. Da človeku torej ne zadošča, če se znebi vsakršnih dolžnosti, obveznosti in zahtev in se s tem znajde v vakuumu brez vseh potreb, ampak da je človek v prvi vrsti naravnán na to, da iz svojega življenja napravi nekaj smiselnega. Gre za to, da živi za nekaj, da je dober za nekaj, da je torej svoboden za to, *za kar* bi želel živeti.

Toda kaj ima vse to opraviti s položajem zaposlene ženske? Z njo ima opraviti toliko, kolikor ima opraviti s samorazumevanjem posameznega človeka, torej tudi s

⁹ Christopher Lasch: *Kultura narcizizma* (Mladinska knjiga, 2012).

samorazumevanjem zaposlene ženske. Dokler v glavah ljudi straši ideja o nesrečnem človeku, ki ne more zado-
stno uveljaviti svojih želja in zahtev ter »mora« zaradi tega
biti nesrečen, bomo vsako nesrečnost lahko odpravili le,
če bomo odstranili dejavnike, ki srečnost ovirajo, torej
tako imenovane stresne dejavnike, ki človeka utesnjujejo,
pritiskajo nanj itd. Popolnoma nič pa nismo pozorni na
to, da tudi z odpravljanjem stresnih dejavnikov sreča še ni
zagotovljena. Čas blagostanja je to že mnogokrat dokazal.
Da, to gledanje tako žilavo zagovarjajo, da celo tam, kjer
čisto očitno prevladujejo ugodne življenjske razmere, dom-
nevajo, da obstajajo skriti stresni dejavniki, ki morajo biti
krivi za nesrečnost. Kar preberimo si omenjeni časopisni
članek, ki o depresivnih ženskah v dobrih razmerah ne zna
govoriti drugače, kot da trdi, da ženske čutijo, da ljudje od
njih »preveč zahtevajo«.

Domnevati moramo, da se dogaja ravno nasprotno. Pre-
tirane zahteve vsekakor obstajajo, toda te redko izvirajo iz
dobrih gospodarskih razmer in imajo še redkeje za posledico
depresijo. Večinoma gre za nekakšno temeljno nezadovoljstvo
z življenjem, ki ga prinaša blagostanje in ki duši človekovo
razpoloženje. To je, če že hočemo, prej duhovno prenizka
zahtevnost, ki deluje v smeri imeti in ne vedeti, čemú; bivati
in ne vedeti, čemú, gre za bivanjsko izkušnjo, odklopljeno
od višjih ciljev in globljih vrednot. Zakaj ženske, o katerih
govori časopisno poročilo, toliko razglablajo, zakaj si to-
liko očitajo? So na poti iskanja nečesa, in to ne drži samo
zanje, to velja za modernega človeka nasploh: človek išče,
vendar ne išče kupljivih reči ali zadovoljitvenih možnosti,
vse to je že za njim, išče duhovno obzorje, ki bi njegovemu
življenju dalo orientacijo in vsebino. Tisočletja je bil človek
v svoji evoluciji še napol žival in instinkti so mu diktirali,

kaj mu je storiti. Naslednja tisočletja je bil človek že bitje, ki je ustvarjalo kulturo, in kaj naj dela, so mu narekovale vsakokratne tradicije. Danes je človek v fazi razcveta, ne instinkti ne tradicije ga več ne vodijo določno, sedaj mora sam najti, kaj hoče storiti za svojo usodo, po svoji poti mora sedaj hoditi samoodgovorno.¹⁰ In tu danes spodleti mnogim ljudem, ki so deprimirani brez očitnega razloga: ne zaradi stresnih dejavnikov njihovih življenjskih okoliščin, ampak zaradi smiselnosti, ki se jim zdi vprašljiva.

Obrnimo se torej k specialni situaciji zaposlene ženske. Ta situacija je v razvoju človeštva nekaj novega, vsaj v naši družbi. To pa ne pomeni, da ženske v prejšnjih časih ne bi delale. Nasprotno, izhajati smemo iz dejstva, da so ženske komaj kdaj imele prosti čas, zaradi česar tudi niso prišle do tega, da bi se preizkusile v umetnosti in znanosti. Ženska je v gospodinjstvu kratko malo delala kot ura, če seveda odmislimo aristokratske dame iz visoke družbe. Naloga žensk je na splošno bila, da vzgojijo pogosto celo gručo otrok, in to v primitivnih ter revnih okoliščinah, ki si jih danes težko predstavljamo. V kmečkih in obrtniških krogih so razen tega pridno pomagale svojim možem in povečevale prihodek. Praktično so delale ves dan in niso nikdar govorile o stresu, konec koncev niti ta beseda še ni obstajala. Nikakor nočem povečevati teh časov ali blagrovati vseh teh žensk minulih dni; gotovo so po eni strani neznansko trpele. Toda imele so tudi prednost: niso se spraševale po smiselnosti svojega dela. Smisel jim je bil namreč očiten: šlo je za preživetje, za preživetje otrok, za obvladanje naravnih sil, za to, da si priborijo hrano, za biti ali ne biti. Preživetje je bil zadosten smisel.

¹⁰ Viktor E. Frankl: *Človek pred vprašanjem o smislu* (Pasadena, 2005).

Danes pa je nasprotno: preživetje je postalo samoumevno, sploh ni več nič posebnega, nobena milost, noben dar, včasih postane celo nekako neprijetno, nekakšna prisila, skorajda breme. Ženske, ki danes nočejo delati v gospodinjstvu, uporabljajo gospodinjske stroje, nosijo perilo v pralnico, kupujejo že pripravljene jedi; ženske, ki nočejo delati, ostajajo doma, živijo jih možje in njihovi domači, v sili dobivajo podporo za brezposelne in socialno pomoč; ženske, ki nočejo vzgajati otrok, jemljejo tabletko, ali, če se jim že *ponesreči*, dajo svoje otroke v rejo, v dom; ženske, ki se nočejo vezati, živijo samske ali se ločijo, same zaslužijo zase, denarja jim ni treba deliti z nikomer ... Povsem vseeno je, kakšnemu življenjskemu slogu danes kdo daje prednost, njegovo preživetje je vsekakor zagotovljeno; in če komu zares zaškriplje, potem je pač moral k temu sam marsikaj prispevati. V prostoru tega samoumevnega preživetja je vprašanje o motivu osebnega ravnanja na drugačni ravni kot v preteklosti. Če je bilo prej delo nujno sredstvo za ohranitev eksistence, lahko danes ohranjamo eksistenco kot sredstvo, da z njo nekaj napravimo, tako da se vprašanje nič več ne glasi, *kaj naj delam, da bom živel*, ampak *čemu živim, kaj naj bi v življenju še naredil*.

Ta preobrnitev vprašanja za moške ni prišla tako nenadno kot za ženske. Možje so namreč imeli s svojim izbranim poklicem vedno kak vidik v svojem življenju, ki jih je onstran golega preživljanja usmerjal k objektivni nalogi. Čevljar in kovač sta seveda delala, da bi nahranila svojo družino, vendar je čevljar hotel napraviti tudi dobre čevlje, kovač pa izdelati uporabne kovinske predmete. To pomeni, da je bil smisel njunega dela večkratno, segal je preko zadovoljitve lastnih in družinskih potreb v neki zunanji svet, ki ga je bilo treba oblikovati in na njem meriti

moči. Še danes je pravilo, da moški v svojem poklicu vidi več kot zgolj pridobivanje denarja, poklic ga zanima, zanj si osebno prizadeva, svoje poklicno delo oblikuje v osebno področje delovanja.

Ženske pa so se za razliko od moških morale preoblikovati. Stoletje za stoletjem so se predajale delu za družino. Niso poznale dela, ki ne bi bilo delo za družino. Smisel njihovega ustvarjanja so bili člani družine, ki jim je ženino ustvarjanje prišlo prav. In nenadoma so se znašle z emancipacijo, ki jo podpira psihologija, spodbujene pred poklicnim delom, ki nima s člani njihove družine opraviti popolnoma ničesar, če ne upoštevamo denarja, ki ga z njim prispevajo k družinskemu proračunu. Tisto novo v zaposlenosti sodobne ženske tako ni dejstvo njene produktivnosti, nikakor ne, ampak osredotočenost njenega dela navzven, ki se začne s tem, da se poda od doma, kar na primer pomembno vpliva na otroke in kar se izteka v to, da zunaj doma spozna življenjski prostor, ki je drugačen od tistega, ki ga je pustila doma. Življenjski prostor, o smislu katerega že od davnine ne ve ničesar.

Tu se izraža šibka točka celotnega sistema: smiselnost hišnega dela je ženski našega časa šla bolj ali manj po zlu, smiselnost njenega poklicnega dela pa se tako rekoč še ni pojavila; ženske so tako ujete med dva bloka vrednot in na oba gledajo s skepso. Zgodovinsko gledano imajo neprimerljivo manj časa kot moški, da se naučijo oboje optimalno integrirati. Kljub temu ta integracija lahko uspe in dejansko lahko pomeni celo obogatitev celostne ženske biti, toda za to moramo nenehnemu govorjenju o stresu reči zbgom, poklicno delo pa razumsko povezati z nečim, kar bo podobno vzniku smiselske vsebine. S tem smo zopet prispeli do logoterapevtskega pristopa, ki se začne prav

na tisti šibki točki, na katero je moderno življenje kljub vsej psihološki osvoboditvi od duševnih ovir in kljub vsemu blagostanju trdno pripeto: da je človeški rod brez opore, ker mu ne instinkti ne tradicija ne nudijo več vodil. Sem sodi spremenjena situacija ženske, ki mora prastaro področje smisla zamenjati za neko novo področje ali ga na novo napolniti, če noče ob vsakodnevnem krčevitem hitenju opusteti v duhovni praznoti.

Če nekdo, kot na primer jaz, dela v psihološki praksi in ima zelo pogosto opravka z nesrečnimi ženskami, potem ve, da gre pri vprašanju smisla za osrednji temeljni problem, ki vse druge težave – prevelike zahteve, neuspeh ali podobno – daleč presega in prežema. Na posvet prihajajo ženske z najrazličnejših položajev, ženske, ki nimajo ne družine ne poklica, ženske z dvojno, družinsko in poklicno obremenitvijo, o kateri mnogo govorijo, ženske, ki so samo gospodinje in imajo družine, ter zaposlene ženske, ki so ostale same. Vodiijo ti različni življenjski položaji do različnih življenjskih ravnanj? Žal moram odgovoriti z ne; kjer vse delo obdajata nezadovoljstvo z življenjem in občutje nesmiselnosti, tam je to ravnanje popolnoma enako, včasih človek celo posumi, da gre pacientkam toliko slabše, kolikor boljše so njihove življenjske razmere, kar je nakazano tudi v opisanem časopisnem poročilu.

Ženske, ki nimajo *ne* družine *ne* poklica, težijo nad praznino in nekoristnostjo svojega življenja, nad osamljenostjo, ki jih hromi, in nad enoličnostjo odtekajočih dni. Ženske, ki imajo družino *in* poklic, težijo nad grozno napetostjo, nad razdvojenostjo med obema nalogama in občutkom, da niso pravične do nobene in da se nikdar ne morejo umiriti. Ženske, ki delajo *samo* v družini, gojijo manjvrednostne komplekse in se čutijo

odrezane od sveta, finančno odvisne, utesnjene v svojem osebnem razvoju in izkoriščane od drugih družinskih članov, kot Pepelka, ki je preneumna, da bi delala kaj drugega. Ženske, ki delajo *samo* poklicno ter nimajo družine, pa menijo, da so zamudile najpomembnejše v svojem življenju, hrepenijo po partnerstvu in materinstvu ter se bojijo, da se jim bo strop sesul na glavo, ko bodo zvečer odprle temno stanovanje, v katerem jih nihče ne pričakuje. Bralec naj sam presodi, ali je res stres tisti, ki ubija te ljudi. So to nezadovoljene želje in nagoni, ki jih ni bilo mogoče izživeti? So tuhtanja in samoobtoževanja tista, ki jih naredijo depresivne? So zunanje okoliščine tiste, ki jim zamračijo veselje do življenja?

Ali ni mnogo bolj res, da se v tarnanju vseh teh nesrečnih žensk sluti, kakor da vedo za smiselnost drugih položajev, manjka pa jim pripravljenost sprijazniti se z lastno situacijo? Kako bi bilo, če ženske brez družine in poklica ne bi tožile nad brezkoristnostjo in enoličnostjo svojih dni, ampak bi se kot ženske z družinami in poklici veselile nepogrešljivosti svojega dela in pestrosti sprememb v svojih delavnikih? In kako bi bilo obratno, če ženske z družino in s poklicem ne bi tožile nad napetostjo in nemirom, ampak bi se kot ženske brez družine in brez poklica veselile trenutnih odmorov za oddih ter priložnosti za ponovno osmišljanje in novo orientiranje? Podobno velja seveda tudi za druge življenjske konstelacije. Namesto da se ženske, ki živijo samo za družino, počutijo kot manjvredne pepelke, bi vendar lahko z ženskami, ki imajo samo poklicno dolžnost, delile ponos nad svojo neodvisnostjo in uspešnostjo, ki jih navdaja s samopotrditvijo in samozavestjo. In namesto da ženske, ki imajo samo poklic, jokajo za družino, ki je nimajo, bi se lahko ženske, ki so samo dobri duh svoje

družine, zahvaljevale za srečo partnerstva in materinstva, ki ju je treba varovati in obvarovati.

Vse te smiselske možnosti so nam ženskam na razpolago, pač glede na naš življenjski položaj, ob tem pa še pisana paleta različnih dodatnih stranskih zaposlitev, ki tudi niso čisto brez smiselske vsebine, na primer možnosti za nadaljnje izobraževanje, hobiji, stiki s prijatelji, delo v skupnosti, potovanja, umetniško ali rokodelsko udejstvovanje, šport, razne igre itd. Če smo seveda pripravljene začutiti in sprejeti izziv vsake konkretne situacije. V človeškem življenju sploh ni nobene situacije, ki ne bi nakazovala neke smiselske vsebine, pa naj je ta še tako utesnjena in žalostna; do te vsebine je vedno mogoče zavzeti duhovno stališče, ki je psihohigien-sko optimalno, ker dojema in predoka najboljšo možnost v konkretni situaciji. Pozitivno je v nas samih, ali pa ga ni nikjer, sem se naučila ob svojih pacientih in pacientkah. Pozitivno ni nekaj, kar bi bilo vnešeno v nas iz zunanjega sveta, tako rekoč na srebrnem pladnju, ampak je mnogo bolj nekaj, kar moramo sami izžarevati v zunanji svet, in sicer od tod, kjer se nahajamo v tem trenutku, potem bomo to pozitivno odkrivali vsepovsod, kamorkoli se bomo ozrli.

V tej zvezi govori Frankl o zdravi noodinamiki, kjer beseda *nous* pomeni toliko kot duh, smisel, dinamika pa izraža gibanje, gibanje človeškega duha. Po tem pojmovanju človek ne sme postati statičen, ne sme vztrajati v nekem stanju, tudi ne v stanju popolnega notranjega ravnotežja, ki tako ali tako ni dosegljivo. Človek se mora vse življenje nahajati v nekakšnem napetostnem loku, pod pravilno doziranem stresom, bi lahko podčrtali, namreč pod napetostjo med bitnostjo, tem, kar je, in najstvom, tem, kar naj bi bilo. To napetost pa lahko obvlada samo s svojim ravnanjem, mišljenjem in delovanjem. Te napetosti se na primer

intuitivno zaveda mati, ki svojim otrokom krpa nogavice: bitnost so strgane nogavice, najstvo pa je urejena otroška obleka; eno je z drugim moč uskladiti samo tako, da mati svoje delo sprejme – ali pa morda kupi nove nogavice, kar je v nekaterih okoliščinah lahko upravičeno, če na primer nujno potrebuje čas za kaj drugega, kot je krpanje nogavic, torej za neko drugo najstvo, ki je v odnosu z neko drugo bitnostjo v še večji napetosti. V vseh primerih bo iz krpanja nogavic črpala tihi občutek smiselnosti svojega bivanja, ki sega nazaj do izpolnitve najstvene zahteve. Kdor pa temu ugovarja, češ da ravno stalno pokoravanje kakršnim koli najstvenim nalogam pomeni za človeka hudo prisilo, pozablja, da človek s tem v temelju ne pritruje prisilnosti najstvenih zahtev okolja. Prisila bi bilo na primer kvečjemu najstvo, ki bi ga mati preložila na hčer, da naj si ta sama zakrpa nogavice, hči pa bi menila, da krpanje ni nujno, ker jih ima v omari še dovolj.

V noodinamiki s tem ni mišljena tuja najstvena zahteva, s katero se človek ne bi poistovetil. Gre za najstvo, ki se odpira lastnemu jazu. Gre za izziv, za katerega sem potreben sedaj, tukaj in zdaj, za edinstven izziv enkratne situacije, ki se ne bo nikdar več ponovila. Če začutimo to noodinamično najstvo, če mu pritrdimo in mu pridemo naproti, je plačilo morda delo, morda napor, morda stres, vsekakor pa tudi izpolnitev sebe.

Kaj iz tega sledi glede zaposlenosti? Vsakdo bo rekel: najstvo v naši poklicni dejavnosti 90-odstotno določajo drugi. Recimo, da je tako. Predpostavljeni nam povedo, kaj moramo storiti, ali pa nam, če mi sami sedimo na odgovornem mestu, nujnost same stvari kaže usmeritev, ki jo je treba sprejeti. Vendar se želim pogajati za preostalih 10 odstotkov. Vsak, kakorkoli že izoblikovan poklic

skriva v sebi majhen, nedoločen, svoboden prostor, ki ga ne strukturira nihče drug kot tisti, ki ta poklic opravlja. Prostor, poln možnosti, ki ne izhajajo iz delodajalčevega rokovnika, ampak samo iz noodinamične občutljivosti delojemalca ali, če sta delojemalec in delodajalec ista oseba, iz nobene stvarne nujnosti, ampak samo iz individualnega prizadevanja. To so, preprosto rečeno, praktične priložnosti, kako v poklicu najti izpolnitev.

Da so takšne priložnosti tudi pri zelo preprostih in manj ustvarjalnih poklicih neomejene, dokazuje zgodba o smetarju, ki jo je pripovedoval škof Georg Moser,¹¹ da bi razložil smiselno potencialnost kateregakoli delovnega mesta. Temu smetarju so pred leti podelili zvezni križ za zasluge, ker je iz smetnjakov neutrudno pobiral polomljene in zavržene igrače, jih zvečer kos za kosom znova sestavljal, zatem pa jih podarjal prikrajšanim otrokom. Pomislimo, ta mož bi se lahko odločil tudi povsem drugače! Zvečer bi lahko otožno sedel ob steklenici piva ali čepel pred televizorjem in se predajal samopomilovalnim mislim, tuhtajoč o tem, kako zelo ga vendar tepe usoda: da je osamljen, brez družine, s smrdljivim poklicem in brez upanja na poklicno izboljšanje. Skaženo življenje ...

In kaj je v resnici napravil iz njega? Svojemu vsakodnevemu že sicer smiselnemu delu je dodal še nadaljnjo smiselno razsežnost: nekaj brezvrednega je spremenil v polno vrednost, kar mu je vsebinsko bogato izpolnilo prosti čas. Poleg tega je obdaroval otroke, ki so trpeli pomanjkanje, s čimer je ustvaril medčloveški most iz osamljenosti v svet okoli sebe. Ta primer jasno kaže, kaj pomeni: *pozitivno je v nas ali pa ga ni nikjer*.

¹¹ Georg Moser: *Wie finde ich zum Sinn des Lebens?* (Herder, 1978).

Rekla sem torej, da ima vsak poklic po grobi oceni 10 odstotkov prostora za lastne spodbude in osebno oblikovanje, pa čeprav je to samo vsakokratno stališče, s katerim človek prevzema jutranjo delovno obveznost. Za smetarja je ta mali svobodni prostor obstajal v tem, da je lahko še uporabne stvari reševal iz smetnjakov. Lahko jih tudi ne bi. Vendar tudi pasivnost ni vedno smiselno revnejša alternativa, obstajajo namreč tudi situacije, v katerih je bolj smiselna opustitev nečesa; na primer opustitev popolnega telesnega razdajanja zaradi častihlepnih načrtov. Prijazna beseda sodelavki, ki ustvarja stik, je lahko pomembnejša od zbiranja pohval pred šefom, kar pospešuje razlikovanje od drugih. Umirjenost pri vodilnih lahko ustvarja boljše delovno vzdušje kot strog nadzor, ki vnaša nezaupanje. Predah je včasih bolj dobrodošel, zlasti za zaposlene matere, ki morajo biti čile še po delu, kot pa vzpon za nekaj klinov višje v hierarhiji. Kako težko je opisati, kaj točno mora človek storiti. Kako slabo to definirajo splošni kriteriji, a kako lahko to odkrije človek, ki se ravna po smislu situacije!

Nam ženam ljudje govorijo, da smo bolj čustvene kakor razumske in da mislimo bolj osebno kakor stvarno. Lahko da je v tem nekaj resnice, četudi običajne izjeme potrjujejo pravilo. Gotovo je, da se ženska psiha v nekaterih zahtevah odziva drugače kot moška. To pomeni, da so se z zaposlenostjo žensk pokazale nove perspektive v svetu dela, ki je doslej nosil pečat moških. S tem ne mislim feminizacije dela samega po sebi, ampak večjo širino odtenkov izvajanja dela na delovnem mestu. To je hkrati prava priložnost, da otrdelo rutino kakega poklica osvetlimo s humano lučko ženske čustvenosti in materinske predanosti, ki ju je mogoče prenesti na mnoge reči.

Ženske se niso brez vzroka tako močno vključile na pedagoško in socialno področje, skrb za nekoga jim je v krvi že po njihovi biološki zasnovi in naravnost greh zoper žensko bitje je, če se usmerja izključno nase. Ženski ni nujno postati mati, da bi bila srečna; ženski sploh ni treba biti zakonska žena, da bi našla srečo; toda za žensko je nujno, da za nekoga skrbi, nekje mora imeti možnost, da se lahko daje, sicer ne more biti srečna, kaj šele, da bi samo sebe uresničila, kar niti ni najvišji cilj človeškega stremljenja. Oseba se ne uresničuje v praznoti. Oseba je sploh samo abstrakten pojem, ki sam zase ne obstaja. Eksistirajo vedno samo smiselske možnosti v stvarnosti, ki je prav človekova stvarnost in v kateri uresničimo ali pa zamudimo možnosti, da oblikujemo človeško osebo.

Ženska mora imeti možnost, da nekje lahko daje, in to nima absolutno ničesar opraviti s pomočniškim sindromom, ampak edino s prastanjem vsega človeškega bivanja, ki je bistveno usmerjeno na biti za nekaj ali za nekoga. Pri moškem morda bolj na biti za nekaj, pri ženski morda bolj na biti za nekoga, toda v osnovi je usmerjeno na preseganje sebe z osebno nalogo.

Biti za nekoga se lahko poveže s poklicem, če že ne znotraj dela, pa vsaj v okviru tistih 10 odstotkov osebne svobode, ki jih je možno potegniti z vsakega delovnega področja. Možno je tudi, da biti za nekoga najde težišče zunaj poklica, v družini. Toda če je poklic za to manj pripraven in če tudi družina manjka, potem mora ta biti za nekoga priti vsaj v prosti čas. Če pa se tudi to ne zgodi, grozi še nekaj hujšega kot depresija, namreč praznота.

Nekoč sem delala z žensko, ki se je bila ločila od svojega moža, ker je bil alkoholik. Otroka, ki ga je z njim zanosila,

je splavila. Nekaj tednov po ločitvi je mož umrl. Ostala je sama. Imela pa je lep poklic. Delala je kot bibliotekarka v neki veliki knjižnici. Tam je imela dober pristop do obiskovalcev, ki jim je rada in izčrpno svetovala. Toda nekega dne je dobila novo nalogo: vse knjige naj bi na novo katalogizirala. Preselila se je v prostor, ki je bil ločen od javnosti, da bi se lahko v tišini nemoteno lotila katalogizacije. In nenadoma ni več mogla delati.

Tu lahko jasno ugotovimo bivanjsko praznoto zaradi odsotnosti kakršnegakoli biti za nekoga. Živeti za ureditev na metre visokih kupov knjig te vrzeli ne zapolnjuje. Duševni zlom te ženske je očitno sprožilo prestrukturiranje njenega delovnega mesta, vsekakor samo sprožilo, ne pa povzročilo. Vzroki niso bili v sterilnem prostoru njene nove dejavnosti, ampak v že dolgo trajajočem procesu kontinuiranega zanemarjanja smiseljskih možnosti, zlasti na medčloveškem področju. V življenju te ženske je bil edini most do soljudi stik z obiskovalci, in ko je bil ta prekinjen, se je most zrušil v globino.

Nikakor nisem upravičena soditi o tem, ali je bila ločitev res neizbežna, nedvomno je zakon z alkoholikom zelo težka usoda. Včasih to močno presega moči posameznika. Vendar ima tudi ta usoda svoje smiseljske možnosti. Ob dejstvu, da je mož umrl tako naglo po ločitvi, smemo domnevati, da je bil resno bolan. Ne moremo se znebiti vtisa, da je bila ali bi lahko bila ta žena za svojega moža zadnja bilka, ki ga je še držala pokonci. Prav tako ne bi hotela soditi o splavu, ki je sledil po ločitvi. Brez dvoma mož tako in tako ne bi mogel opravljati svoje očetovske vloge in resnično ni lahko sam vzgojiti otroka. Toda kljub temu prav ta naloga vključuje smiseljske možnosti. Če vprašamo matere samohranilke, ali svoje materinstvo

obžalujejo, večinoma slišimo, da si življenja brez otroka sploh ne morejo predstavljati.

Toda tudi če izhajamo iz tega, da sta bili obe odločitvi te ženske pravilni oziroma neizogibni, se vendarle postavlja vprašanje, kaj je namesto zavrnenih medčloveških nalog smiselnega vnesla v svoje življenje – zelo malo. Moškim ni zaupala, z ženskami je komaj vedela kaj početi, hobijev ni razvila, vikende pa je potratila za čiščenje stanovanja. Težko življenje je zamenjala za prazno življenje, v katerem je bil poklic njena edina dnevna obveznost. To pa je nevarno.

S tem primerom bi rada povezala dve svarili, namenjeni zaposleni ženski. Eno smo že obravnavali – nujno je *živeti za nekoga*. To človeško nujnost moramo imeti vedno pred očmi, pa naj še tako napredujemo v poklicu, naj nam gre še tako na tesno s prostim časom, naj bomo v službi še tako zasedeni. V nasprotju z bistvom človeka in absolutno v nasprotju z bistvom žene je, če nimamo z nikomer tesnejšega odnosa, ljubezenskega odnosa v najširšem pomenu besede, kamor lahko v celoti prištevamo tudi skrb za otroke, prijateljstva, interesne skupnosti itd. Drugo svarilo se ujema s prvim, nanaša pa se na enostranskost poklica. Poklic je pomembna, dragocena življenjsko vsebina, nikdar pa ga ne smemo narediti za edino in najvišjo življenjsko vsebino. Ne smemo je pobožanstviti,¹² sicer bomo z upokojitvijo, če ne že prej, padli v praznoto. Pa ne samo takrat: vsako bolezensko obdobje, vsak dopust in vsak praznik v tem primeru izzvenijo kot katastrofa, še zlasti pa vsaka sprememba v poklicnem življenju, ki človeku zamenja delovne razmere, kar se v današnjem času pogosto dogaja s prehodom na računalnike in robote.

¹² Viktor E. Frankl: *Psychotherapie für den Laien* (Herder, 1972).

Za nas psihoterapevte je resnično grozno videti, kako nastaja generacija, kjer bo vsak posameznik nekega dne sedel v komori pred zaslonom in se tam učil, zabaval, nakupoval ali delal. Valu duhovno-duševno deformiranih ljudi, ki bi bil posledica tega, namreč na noben način ne bi bili kos ...

Verjetno vas zanima, kaj se je zgodilo z bibliotekarko. Ker ima logoterapevtska obravnava vedno za cilj, da pacientu pomaga h konkretni smiselni možnosti njegovega življenja in ga ozavešča za njegovo odgovornost, ki ni povezana s svobodo *od* nečesa, ampak *za* nekaj, smo se tudi v tem primeru lotili odkrivanja takšne možnosti. Vprašanje se je glasilo: kako oblikovati zasebno življenje te ženske, da bi bilo vrednotno intenzivnejše, kako za stopnjo dvigniti njene medčloveške zmožnosti in kako morda iz njenega poklica potegniti celo dodatno smiselno vsebino? Ni pa se mi bilo lahko spustiti v takšno duhovno borbo, kajti pacientki so zdravniki predpisali toliko pomirjeval, da je komaj lahko povedala svoje ime, kaj šele da bi razpravljala o smiselstih svojega življenja. Spet je triumfirala teza o stresu, ki naj bi ga slepo pripisali vsaki živčni krizi in ki naj bi se mu bilo mogoče zoperstaviti samo z bolj ali manj umetno pomiritvijo. Šele ko sem se izčrpno pogovorila s pristojnim zdravnikom in ko mi je ta zagotovil, da ne gre za sum o kakšni psihozi, in ko sem mu tudi jaz razložila, da v ozadju problematike ni situacijsko pogojena preobremenjenost, ampak prej bivanjska praznosta, je ženska lahko nehala jemati zdravila in začeli smo načrtovati logoterapevtske pogovore.

Zame je bilo osrečujoče doživetje, ko sem videla, kako je, ko se je enkrat znašla na pravi poti, sama od sebe dajala ideje in predloge za obogatitev svojega življenja in s kakšnim otroškim veseljem si je prizadevala uresničiti

posamezne možnosti. Že po kratkem času se je pobrala in je v domači župniji predlagala, da bi izobesila plakat, na katerem bi ponudila tedenski literarni krožek za laike. Dobila je dovoljenje in to je bilo najboljše, česar se je lahko domislila, kajti ta literarni krožek, ki deluje še danes, je bil ravno pravi odgovor na naše vprašanje: izpolnjuje ji namreč zasebno življenje, ko mora doma pripravljati pogovore o knjigah ali izbor posameznih besedil, omogoča ji medčloveška srečanja, iz katerih se je sčasoma izkristaliziralo celo zelo harmonično poznanstvo. Poleg tega daje njenemu poklicu še tisti dodatni smiselni dejavnik, ki mu je manjkal: njeno dobro poznavanje knjižnega trga jo je usposobilo za svetovanje navdušenim bralcem in za iskanje primernih avtorjev za vsakršen okus. Gotovo ni nekoristno povedati, da se je ob tej prvotno terapevtsko iniciirani ideji pozdravila ne samo ženska, ampak je od tega imela korist tudi množica drugih ljudi.

V začetku sem omenila, da začenja psihologija danes počasi spreminjati mišljenje. Primeri, kot je pravkar opisani, opozarjajo, da delo nikakor še ni opravljeno, če potegnemo na plan stare zgodbe. Če bi v središče najinih svetovalnih pogovorov postavila zakonske travme te žene in njen prestani konflikt v zvezi z nosečnostjo, bi sicer lahko o tem ure in ure odkrivala svoje srce, v njeni sedANJI situaciji pa se ne bi nič premaknilo. Tako pa se je nasprotno naučila, da ima vsako življenjsko obdobje, vsak poklicni razvoj, celo vsak trenutek našega bivanja pozitivne priložnosti in da nam ravno vse te sprejete in v življenju uresničene priložnosti izpolnijo življenje.

Zaposlenim ženskam bi zato rada svetovala: ne bojte se stresa, bolj se bojte občutka nesmiselnosti svojega dela in nedela in ne pustite, da se ta pojavi! Ne zamenjajte

težkega življenja s praznim življenjem, zamenjavo boste bridko obžalovale. Naj vam poklic ne postane bog, ker to ni! V svojem poklicu raje odkrivajte vse razsežnosti smisla, ki jih ta še skriva v sebi, in jih zgrabite, potem boste za svoje delo prejele še čisto drugačno plačilo kot plačo. In ne pozabite ob poklicu, kakorkoli že to zveni banalno, na ljubezen, na *živeti za nekaj*, *živeti za nekoga*, na to krono človeškega in predvsem ženskega življenja. Ne živimo vedno v dobrih okoliščinah; so tudi mračne ure, osamljene ure, ure polne trpljenja ..., in vendar vsako uro našega življenja sooblikujemo me same, v lastni režiji in odgovornosti. Kako prav je imel Rainer Maria Rilke, ko je o tem zapisal: »Če se ti reven zdi tvoj vsakdan, ne obtožuj ga; sebe obtožuj, ker nisi dovolj močan, da svoje bi zbudil zaklade.«

4 Zaposleni moški med uspehom in predanostjo

Pri psihoterapevtskem svetovalnem delu imam več pacientk kot pacientov, zato sem se doslej več ukvarjala s problemi žensk in mater. Moški in še posebej očetje mi tega ne bodo zamerili – tudi njihove skrbi bodo prišle na vrsto. In prav očetje imajo dandanes zelo resne skrbi, kajti vedno bolj izgubljajo svoje otroke. Nič ne pomaga, če smo šokirani, ko to slišimo.

Iz letnih poročil moje svetovalnice, v katerih so obdelani tudi statistični podatki o klientih, je razvidno, da s svojim biološkim očetom v poprečju živi samo še tretjina vseh v posvetovalnici predstavljenih otrok; vsi drugi nimajo očetov ali pa imajo nadomestne očete oziroma znance svojih

mater, ki jih predstavljajo kot »strice«. Glede na to, da so bili otroci pri nas v posvetovalnici običajno zaradi kakih razvojnih motenj, lahko sklepamo, da v otrokovem razvoju očetu, sploh pa biološkemu očetu, pripada zelo pomembna vloga, ki je ne more kar preprosto prevzeti nekdo drug, kot to pogosto menijo ob ločitvenih in razveznih postopkih. Otroci potrebujejo očete in matere, potrebujejo ljubezen in spoštovanje obeh. Močno sumim, da očetje svoje družine, ko te razpadejo, prikrajšajo tako glede ljubezni, ki naj bi jim jo nudili, kot tudi glede ohranjanja spoštovanja: večinoma se potem spremenijo v »nedeljske« očete, ki skušajo zahrbtno odtujevanje od svojih otrok izravnati z materialnimi darili, ki jim jih prinašajo, ter plačujejo vzdrževanje za posledice ravnanja, ki zanj ne smejo biti nič več odgovorni.

S tem nočem reči, da bi se vsi otroci iz ločenih zakonov imeli pri očetih bolje kot pri svojih materah; tudi ne znam odgovoriti na vprašanje, kako najbolje *porazdeliti* otroke zavoženega zakona, kajti vprašanje je že samo po sebi slab odgovor na čisto drugo vprašanje, ki si ga postavljajo vsi starši, namreč, kako biti kos starševski nalogi, ki so si jo skupaj naložili. Starši svojih otrok v resnici sploh ne morejo porazdeliti, lahko jih samo izgubijo, in kot sem že rekla, običajno jih izgubijo očetje.

Zakonodajalec v tej zvezi navadno opozarja, da imajo očetje poklic, ki jih popolnoma prevzame. Gotovo, poklic je v življenju moškega pomembno področje, je del njegove identitete, toda bilo bi napak reči: najprej zaslužek in potem vse drugo, za kar je ta denar zaslužen. Bilo bi prav tako netočno, kot je krilatica: *primum vivere deinde philosophari*, v prilagojenem slovenskem prevodu: Najprej žrtje, potem morala. Moj stari profesor je nekoč med skupno večerjo

na Dunaju k temu pripomnil: »Veste, gospa doktor, ravno obratno je res: brez morale ne bomo premagali lakote.« Podobno se dogaja tudi s poklicnim življenjem moškega: ta brez smisla in smotra sploh ne zdrži pri vsakodnevnem delu; brez družine, ki jo s svojim delom prehranjuje, brez otrok, ki jih s tem vzdržuje, ali brez kaknega drugega cilja, ki mu določa smer, je ves njegov prihodek brez vrednosti. Zaradi tega se v naši ločitvam naklonjeni družbi, še bolj kot je videti na prvi pogled, povečuje tragedija očetov, ki izgubljajo svoje otroke. Ne izgubijo le otroci svojih očetov ter s tem pomemben del starševskega zgleda in starševskega odnosa, ampak tudi delovno mesto, kjer je oče zaposlen, izgubi del polnosti delovne zmogljivosti takšnih sodelavcev, kajti tam, kjer ni razviden *čemu*, vložena energija bliskovito upada. Tako so zakonski brodolomi tudi izguba za delovno področje, družinske težave pa pobudnice poklicnega neuspeha.

Naj na tem mestu vpletem nekaj načelnih besed na temo uspeha. Uspeh je stvar, ki je pridana samemu delu, je nameček za predanost. To pomeni: če se človek lahko popolnoma preda svojemu delu, ko ga potegne za seboj cilj nečesa in je prepričan o pravilnosti in pomembnosti svojega dela, bo morda ob delu obdarjen tudi z uspehom. Če pa se zagriže v delo z mislijo na uspeh, ki si ga hoče brezpogojno izboriti, ali ga pritegne rutina, medtem ko njegove misli tavajo drugje, potem ni pri stvari, za katero gre pri njegovem delu, potem manjka tudi predanost stvari in z njo izhlapi tudi nameček – uspeh.

Omembe vreden primer poklicne krize, pri kateri je manjkajoča predanost onemogočila kakršenkoli uspeh, sem nekoč doživela pri mladem pacientu duhovniku. Mož je šele pred kratkim prejel posvečenje in prevzel delo v župniji, ko

ga je že doletela cela vrsta težav. Te so se pojavljale ravno pri maševanju: začela so se mu tresti kolena, težko je dihal, gibi rok so bili vihravi, začel se je potiti in nazadnje je komaj še zmozel dokončati obred. Razrešili so ga službe in ga poslali na zdravniški pregled, vendar niso odkrili nič posebnega, postavili so le diagnozo, da je *v stiski* zaradi vegetativne distonije. Zatem so ga poslali k meni in zanimivo – mož me je kar naravnost vprašal naslednje: imel je možnost, da bi čez nekaj mesecev dobil majhno župnijo na deželi, vendar ni vedel, *ali to hoče*. Ni rekel: »Prosim, pomagajte mi, da bom sposoben izpolniti to nalogo!« ampak je vprašal: »Ali mislite, da naj to nalogo prevzamem?«

Na to sem postala pozorna, saj čemu pa se ljudje odločajo za duhovniški poklic, če ne zato, da bi prevzeli duhovniške naloge? Kaj mu duhovniški poklic sploh pomeni? No, to mi je že lahko razložil. Vedno se je videl kot pastir v svečanem oblačilu sredi svoje črede, obkrožen, spoštovan, blagoslavljajoč. Ta slika je bila vseč njemu, meni pa ne. Seveda je s tem opisal idilično podobo dušnega pastirja, toda v psihoterapevtskem čistopisu je to pomenilo: vedno je videl samo *sebe*.

In ko je potem dejansko maševal, je zopet videl sebe – človeka, v katerega so bile uprte oči vernikov, ki niso odmaknile pogleda, če se je gospod župnik tresel ali če se mu je pri molitvah zatikalo, ki se jim je brezobzirno odkrivalo, kako je živčen, in ki bi se neusmiljeno norčevali iz njega, če bi v svoji častitljivi službi odpovedal. Tu je bila glavna točka njegovih psihosomatskih navalov potenja z vsemi dodatki: komur gre v prvi vrsti za to, da bi bil uspešen duhovnik, ki mora trepetati pred tem, da bi postal neuspešen, in ki mu gre za občudovanje, ki bi ga želel požeti, ta se mora bati neuspeha.

»Ste že kdaj maševali Bogu na čast?« sem vprašala svojega pacienta, ki je bil videti zbečan. »Samo Bogu na čast,« sem nadaljevala, »da bi služili njemu. Čisto vseeno je, če stopite predenj kot človeški otrok, kot trepetajoč, jokajoč in odpovedujoč se, zasmehovan otrok ..., čisto vseeno je, vse je položeno v daritveni kelih – v Njegovo slavo. Ste to že kdaj poskusili?«

»To pravite vi kot psihologinja?« se je čudil pacient.

»Zakaj pa ne?« sem odvrnila. »Cepivo, ki ga potrebujete za svoje težave, morate proizvesti sami. To je predanost Vašemu poklicu. Ne smete se intenzivno opazovati, ali res vse popolno obvladate, marveč morate popolnoma pozabiti nase ter biti z mislimi pri vsebini svoje službe. Potem jo *boste* obvladali!«

Mladi duhovnik je poslušal moj nasvet ter se s srcem in dušo vrasel v svojo novo župnijo. K svoji nastopni maši me je celo pisno povabil, in da bi ga razveselila, sem se pomešala med goste. Pri povzdigovanju je še posebej dolgo zadržal mašni kelih in mislim, da vem, kaj se je takrat dogajalo v njem: svoje notranje bojazni pred tem, *ali se bo izkazal ali se ne bo*, je daroval svojemu Bogu, ki je dozdevno ta dar ljubeznivo sprejel, kajti kolikor sem kasneje slišala, se telesne težave pri maševanju niso več pojavljale.

Ob tem primeru se rada spomnim nekega drugega dušnega pastirja, ki sem ga srečala na 4. svetovnem kongresu logoterapije v San Franciscu. Njegovo zmožnost za predanost bom vedno občudovala. Ime mu je Gordon Hatcher. Nalašč ga skupaj s sinom Merrellom osebno izpostavljam, da obema postavim pisni spomenik: sinu za njegovo nezasluženo rano smrt, očetu pa za pričevanje, s katerim se je odzval na ta dogodek – namreč za pričevanje o tem, kaj vse človek duhovno zmore tudi v najtežjih urah.

Merrella je kmalu po njegovem 21. rojstnem dnevu z avtom do smrti povozil drogiran voznik. Oče, ki je po poklicu pridigar v neki verski skupnosti, je imel nekaj dni zatem najbolj bolečo pridigo svojega življenja: sam je vodil obred blagoslovitve svojega mrtvega sina ter imel ob grobu govor. Navajam izvleček iz njega, kakor so ga zapisali prijatelji (g. Hatcher je osebno dovolil navedbo svojega in sinovega imena, kot tudi objavo njegovih besed):

Moji prijatelji, tu stojim pred vami. Tu sem zato, ker bi si to želel Merrell. Stalno mi je postavljaj zahteve, zahteve, za katere je vedel, da jih bom mogel izpolniti. To pa je sedaj najtežja od vseh, kar mi jih je kdaj postavil – in jaz sem jo sprejel.

Mislim, da bi morali več napisati in več govoriti o tem, kako močno otroci vplivajo na svoje starše. Četudi po naravi na svoje otroke vplivajo starši, imam vtis, da se zelo malo govori o obratnem. Merrell je nedvomno zelo vplival na moje življenje in na moj življenjski slog – da bi bilo oboje dobro. Ta njegov vpliv želim danes povzdigniti.

Moji prijatelji, zdaj stojim tu pred vami. Tu sem, ker se lahko spomnim dogodka, ko je bil Merrell še zelo majhen. Takrat je bil še cepetajoč, čenčav majhen dečko, ki je vsako nedeljo v cerkvi sedel materi v naročju, ko je njegov oče pridigal. Nihče ni vedel, ali je sploh kaj dojel o vsem, kar se je dogajalo okrog njega. Toda nekega nedeljskega jutra, ko je pridigal nekdo drug, je Merrell opazil očetovo odsotnost. Splezal je na cerkveno klop in razločno zaklical: »To ni moj oče!« Pričakoval je, da bo tam njegov oče; ni maral nadomestila. Tudi danes ne bo namestnika.

Nisem tu, da bi kaznoval samega sebe ali da bi šel skupaj s svojimi skozi to najtežjo preizkušnjo, nisem tu, da bi se odvrnil od Merrellove smrti ali da bi Boga klical na odgovornost. Tu sem, da bi ustregel Merrellovemu pozivu ...

V nadaljevanju je g. Hatcher govoril o raznih izbranih dogodkih iz življenja svojega umrlega sina, ki so se mu zdeli vredni, da se jih še enkrat spomni ter jih pove. Končal je z mislijo, da je bila po njegovem razumevanju Merrellova smrt brezsmiselna, ni pa bilo brezsmiselno njegovo življenje.

Prepričana sem, da je ta oče na vas naredil prav tak vtis, kakor ga je name. Če bi trezno premislili, bi lahko rekli: bil je uspešen pridigar. Premislimo, s čim v svojem ravnanju je napravil tak vtis. Je bila to retorična oblika njegovega govora? Gotovo ne, četudi so bile njegove preproste besede zelo ganljive. Je bilo to vse tisto pozitivno, kar je povedal o svojem sinu? Prav tako ne, kdo pa je še kdaj o pokojnem govoril kaj negativnega, še zlasti oče? Mislim, da je bil *motiv* tisti, ki je očetu dal moči, da je tistega žalostnega dne stopil pred žalujoče občestvo ter ga nagovoril. Ta motiv je jasno izrazil v prej navedenih besedah: »Tu sem zato ...« Zakaj? ... da ustrežem Merrellovemu pozivu,« to pomeni, da je bil tam *svojemu sinu na ljubo*. Prežet z ljubeznijo, ki je smrt ne more uničiti. Ni ga skrbelo, kako se počuti *on sam*, ali bo *on sam* kos situaciji, ali bodo besede *njemu* obtičale v grlu; to ga ni skrbelo. V svoji navzočnosti je videl priložnost za zadnje dejanje ljubezni svojemu sinu – in jo je sprejel.

Ko sem, kot sem že omenila, leta kasneje v kongresni dvorani sedela nasproti gospodu Hatcherju in poslušala njegovo zgodbo, sem tudi sama videla priložnost ter jo

zgrabila. Namreč priložnost, da objavim bistvo te zgodbe. Ljudi, ki jim je bilo prizadejano veliko trpljenje, moramo opogumljati, naj ostanejo tam, kjer je treba ostati, pa naj bo to še tako težko. Če je le enega samega samcatega bralca to nagnilo, da kot skala pokončno vztraja, neupognjen in nezlomljen v predanosti službi, ki jo mora izpolniti, potem Merrell ni umrl zaman in gospod Hatcher se sme potolažiti, ker je še celo nesmiselna smrt njegovega sina nekoč in neke našla svoj smisel.

Vrnimo se k temi *zaposlenosti*, ki je – kot kažeta oba primera – ne smemo ločiti od višje vrednote, ki v konkretnem delu pomeni nekaj abstraktnega. Mnogi zaposleni moški pri konkretnem opravljanju svojega dela radi izgorevajo, kar vodi do tipične menedžerske bolezni ter povzroča izjemno veliko obremenitev za srce in za krvni obtok. To se lahko zgodi le, če nič več ne vidimo tega abstraktnega, ki ga moramo videti za delom in nad njim kot njegov duhovni cilj. Drugim se zdi njihovo delo dolgočasno in nezadovoljujoče, toda tudi to se zgodi samo, če ni povezave med konkretnim delom in njegovim abstraktnim ozadjem, ki ga napolnjuje s smislom. »Človek zaračuna usodi za tisto, česar nima, dvakrat toliko kot za tisto, kar dejansko ima,« je zapisal Gottfried Keller. Ta misel se še najbolj uresničuje pri zaposlenih moških, ki se neprestano pehajo za še večjim uspehom, ne da bi pomislili, kaj imajo že dolgo v lasti: *nekaj* ali *nekoga*, za kar ali za koga so poklicani, da po najboljših močeh opravljajo svoj poklic.

Uspeh pride samo v dom človeka, ki svoje delo podreja nalogi, ki od zunaj trka na njegova vrata. Kdor hoče, da se mu dom lesketa samo od znotraj, da izpopolnjuje samo lastno stanovanjsko udobje, ta spregleda, da so se pri tem zaprla vrata in da je zaradi tega postal sam svoj ujetnik.

5 O ljubezni in delu

Kljub mnogovrstnosti psiholoških usmeritev imamo v glavnem samo dve kompletni predstavi o človeku, ki ju je do danes zasnovala mlada psihološka znanost. Eno, ki ima svoj začetek pri Sigmundu Freudu in so jo molče prevzele skoraj vse naslednje šole vključno s popolnoma drugovrstno zgrajenim behaviorizmom, ter drugo, katere začetnik je Viktor E. Frankl in ki ji morda pripada prihodnost. Da je rojstni kraj obeh predstav o človeku prav avstrijsko glavno mesto Dunaj, je presenetljiv slučaj. V tem bi vsekakor lahko videli tudi dosleden nujen razvoj, ki se je začel s prvimi genialnimi odkritji na temelju poskusa in zmote ter je potekal v procesu, ki je samega sebe nenehno korigiral ter pripeljal do »aha« doživetja pri spoznavni težnji, ki je blizu resničnosti. Obeh predstav o človeku, stare in nove, ne moremo spraviti v sklad; kakorkoli se zdita blizu tezi in antitezi, sta daleč od sinteze. Zato je zaenkrat vsakemu posameznemu v praksi delujočemu psihologu prepuščeno, da si predstavo o človeku izbere po svoji volji; ko pa si jo enkrat izbere, lahko deluje, raziskuje in interpretira samo še znotraj sistema, če noče postati nezvest svojemu lastnemu pojmovanju človeka.

Ker sta obe veliki življenjski vsebini, delo in ljubezen, nujno povezani s temeljnimi predstavami o človeškem bivanju, želim v nadaljevanju v grobih obrisih primerjati obe predstavi o človeku, da bi na podlagi tega lahko izoblikovala točno določeno značilnost, po kateri se nezamenljivo razlikujeta. To značilnost lahko še najbolje opišemo s pojmom monada¹³ in samopresežnost, ali

¹³ Filozofski pojem, po Leibnizu najmanjša nematerialna enota sveta, težeča k dejavnosti.

preprosto s pojmom človekove zaprtosti in odprtosti v svet.

Vse tradicionalne psihološke teorije, bodisi da izvirajo iz psihoanalitičnega miselnega sveta bodisi da temeljijo na razmišljanjih teorije učenja, obravnavajo človeka kot monado. To pomeni, človeka vidijo kot samega vase zaprt sistem. Znotraj tega sistema je vrsta vzgibov in postopkov: sile gonov in volje, občutki in spoznanja, pogojevanja in avtomatizmi, kreativnost in spontanost, zavedno in nezavedno, notranji in zunanji vplivi ter vse polno odzivov na to. Mnogo se je že teoretiziralo o posameznih plasteh jaza in posameznih stopnjah zrelosti, ki temu sistemu dajejo ravnotežje oziroma ga mečejo iz ravnotežja ter s tem povzročajo duševne motnje. Zelo veliko gradiva je tudi zbranega o moči potreb in o vprašanju njihove zadovoljitve, ki bistveno prispeva k vzdrževanju normalnega delovanja tega zaprtega sistema *človeka*, medtem ko ga obremenitve, šoki in prikrajšanosti ogrožajo.

Z vidika takšne perspektive ima normalnost enak pomen kot notranje ravnotežje, psihična stabilnost pa je opredeljena kot intaktnost monade. Kdor je v stanju, da ustrezno obvlada svoje gonske sile, da primerno uveljavi svoje potrebe in želje, da ne potlači svojih sanj, da svoje pogojevalne mehanizme prilagodi zahtevam ter da končno najde svojo identiteto, ta je po vsem tem zdrav. Toda tam, kjer se monada znajde v neredu, ker so goni potlačeni, kjer kompleksi silijo iz nezavednega k iracionalnim napačnim dejanjem, kjer od zunaj povzročene duševne poškodbe zavirajo notranji razvoj jaza ali kjer napačna pogojevanja krnijo samozavednost, tam se nič več ne da uresničiti naravnih želja po sreči, po uspehu in naklonjenosti; duševna stabilnost se sesuje v nevrozo in psihopatijo. Vidimo, da

takšna zaprtost predstave o človeku obstaja v fundamentalni naravnosti sistema k jazu, ki se, povzeta v čisto preprosto formulo, glasi: *Dobro je tisto, kar je dobro zame, oziroma zdrav sem, če dobim tisto, kar je dobro zame, in zbolel bom, če ne bom dobil tistega, kar je dobro zame.*

Tudi če bi hoteli govoriti o fenomenu dela, ne bi mogli narediti izjeme. V tej psihološki miselni zasnovi bi morali tudi delo definirati kot »dobro delo«, če je dobro zame, če torej ni dolgočasno, če ni preveč stresno, če od mene ne zahteva preveč, če mi prinaša dovolj dobička in priznanja ter zadosti prostosti. In če bi hoteli govoriti o *ljubezni*, prav tako ne bi mogli napraviti izjeme. Tudi ta bi bila ovrednotena za pozitivno toliko, kolikor bi jazu prinašala prednosti: človeško bližino, partnerja za pogovor, priložnost za pogovor, varnost in zanesljivost, zadovoljitev gona in poželenja.

S tem nočem zanikati, da si pri monadologičnem konceptu človeka ne moremo zamisliti vzajemnih odnosov z zunanjim svetom, kajti samoumevno je, da moramo v delo ali v partnerstvo nekaj investirati, sicer tudi nobenega dobička ne bomo dobili. Toda vzajemni odnos je prav tako podrejen najvišji doktrini optimalne zadovoljitve želja nekega človeka, kakor tudi nasploh vsako človeško početje in občutenje, ki je od svojih najglobljih motivacijskih korenin za pokrivanje lastne potrebe usmerjeno h konstantnemu ohranjanju notranjega ravnotežja. To je podoba o človeku, ki je videti zelo prepričljiva in razumljiva, vendar pušča za seboj nekakšno nelagodnost, ko na prastaro vprašanje o človeku odgovarja s priznanjem, da je človek bitje na lovu za srečo, in sicer za svojo lastno srečo.

V temelju drugačna miselna zasnova, ki jo je razvil Viktor Frankl, pa izhaja iz ugotovitve, da človek v resnici

ni monada, torej nikakršen vase zaprt sistem. Po Franklu je človek – za razliko od vseh drugih nam znanih živih bitij – odprt v svet. Frankl v svoji podobi človeka seveda ne zanika različnih energijskih potencialov, ki so odkriti v modelu monade, saj so dokazljivi. Seveda pa jih dopolnjuje in povišuje tista motivacijska moč, ki je v psihi ne moremo postaviti na isto stopnjo s potrebami in postopki, ker sega preko jaza, ker ga transcendirira v smeri zunanjega sveta. Vemo že, o čem je beseda: o *volji do smisla*.

Moč volje je seveda tudi v tradicionalni podobi, ki jo ima psihologija o človeku, toda posebnost v konceptu *volje do smisla*, ki naj razstreli monado, je že večkrat osvetljeno dejstvo, da s smislom ni mišljen smisel, ki je naravnana na jaz. Gre za vsakokratni smisel situacije, ki vsebuje subjektivno doumeto objektivno komponento. Po tem je smisel vmesni člen med človekom in svetom. Nikdar ni zgolj smisel zame, ampak vedno hkrati tudi del smisla samega na sebi. Odgovor na vprašanje o človeku se torej sedaj ne glasi več, da je človek bitje na lovu za srečo, in sicer za svojo lastno srečo, ampak da je človek bitje, ki išče smisel, in sicer smisel v svetu.

Oglejmo si to razširjeno zamisel o človeku na primeru dela in ljubezni. Z vključitvijo človeške zmožnosti za samopreseganje postane dobro delo istovetno s smiselnim delom, smiselno delo pa zopet pomeni delo, ki v svet prinaša nekaj smiselnega, ali to, kar na svetu že obstaja, spreminja v dobro, skratka, ki pozitivno delo usmerja k popolnosti.

Takšno smiselno delo normalno prinaša veselje, celo več veselja kakor delo, ki je samo ne preveč zahtevno ali ki prinaša denar. Lahko pa so tudi izjemne življenjske situacije, v katerih je smiselno delo zelo težko in izredno naporno, torej neposredno sploh ne nudi kakega veselja,

a je kljub temu pomembno in vredno in je zaradi tega vztrajati pri njem pogumno dejanje. Kriterij lastne koristi velja samo do meje monade, od tam naprej pa velja smisel stvari same na sebi.

Nič drugače tudi ni glede fenomena ljubezni. Po franklovski zamisli je ljubezen mnogo več kot zadostitev elementarnega ali sublimiranega seksualnega gona. V igri se zopet pojavi smiselni element, ki pripada zunanjemu svetu, namreč ljubljeni človek. Kakor se vrednost ustvarjalnega dela steka v človeka vredno delo, tako se steka vrednost ljubljenega partnerja, kateremu in čigar sreči je namenjena pozornost ljubečega človeka, v človeka vredno ljubezen tistega, ki ljubi. In zopet je tako, da predanost drugemu običajno seva nazaj v lastno srce. Toda v življenju so lahko tudi situacije, ko je težko obdržati tesen medčloveški odnos ali ga prekiniti, pač glede na to, kaj zahteva smisel situacije. In kjer to kljub vsemu uspe, uspe zaradi prave ljubezni, zaradi ljubezni, ki zmore iti preko lastnih interesov.

Lep primer za primerjavo obeh psiholoških usmeritev nam daje Bertold Brecht v svoji drami *Kavkaški kredni krog*, v kateri opisuje ženi, ki se borita za istega otroka. Ena je otrokova biološka mati, druga pa je otroka vzgojila v zelo trdih razmerah in ga ljubi kot svojega lastnega. Ob vedenju biološke matere lahko pojasnimo delovanje monade: njena pravica je okrnjena, njen občutek lastne vrednosti zaradi tega izgubi ravnotežje, in da bi ga ponovno vzpostavila, mora vztrajati pri uveljavitvi svoje pravice. Sodnik zatem postavi otroka na sredo s kredo zarisanega kroga, ženi pa postavi levo in desno od kroga in jima reče, da bo prava mati že zmožna potegniti otroka k sebi. Prava mati povleče z vso močjo. Nasprotno pa žena, ki je otroka vzgojila, mobilizira svojo sposobnost za samopreseganje in otroka

spusti, ker si misli: »Preden bova otroka na sredi kroga raztrgali, se mu raje odpovem!« Sodniku potem v drami ni težko odločiti, kateri ženi otrok resnično pripada ...

Toda tudi psihološko izobraženemu opazovalcu ni težko napovedati, katera od obeh žena bi bila na koncu srečnejša, če bi se sodnik odločil v skladu s svojimi prvotnimi besedami: telesna mati s svojim zmagošlavjem nad tekmico na škodo otroka ali pa žena s svojo bolečo žrtvijo iz ljubezni do otroka. Mirno smemo reči, da bi notranje zadovoljstvo našli pri drugi ženi, četudi bi bila njena samozavest veliko huje prizadeta kot samozavest njene nasprotnice.

Četudi gre v tej zgodbi za zelo izjemen primer, lahko nedvoumno nakažemo, kaj je mišljeno z odprtostjo človeka v svet. Biološka mati se ni odprla, ostala je zaprta vase. Svojo travmo, izgubo otroka, mora predelati, proti tekmici se mora odzvati s svojo agresijo in zagovarjati svoje interese. Ukvarja se s tem, da bi ponovno vzpostavila svoje lastno duševno ravnotežje, ob ukvarjanju zgolj s samo sabo ter s svojimi problemi pa skorajda več ne zaznava zunanjega sveta; v bistvu svojega otroka sploh ne vidi, čeprav se zanj bori. Pravzaprav se sploh ne bori za otroka, marveč le za svojo lastno srečo. Ta žena je prototip bitja na lovu za srečo.

Druga ženska pa se, nasprotno, odpre svetu. Tudi ona doživlja travmo, kajti zaradi otroka je zapustila svojega prijatelja, tudi ona ima v sebi agresivnost, namreč do tega, da mati, ki je nekoč otroka ravnodušno pustila ležati, sedaj pride in ga zahteva nazaj. Da, njeno duševno ravnotežje je vsaj toliko prizadeto kot ravnotežje prve žene, njeni interesi, ki jih velja zagovarjati, so vsaj tako veliki kot interesi prve ženske. Toda kljub lastnim interesom zmore začutiti zunanji svet in v tem zunanjem svetu videti nedolžnega otroka, ki naj mu bo prizadejano trpljenje. Trpljenje, ki

ni smiselno. Tu jo njena volja do smisla spodbudi in ji da moči, da zapusti monado in zanemari vse svoje lastne probleme. Objektivni smisel situacije postane spoznat in se glasi: obvarovati je treba otrokovo zdravje! In žena pohiti, da ga obvaruje s preseganjem same sebe. Ravna tako, kot mora ravnati bitje, ki išče smisel.

Če se torej pridružimo pojmovanju, da človek lahko s pomočjo svojega duhovnega zaznavanja prodre v obdajajoči ga zunanji svet in tam najde smisle, ki niso v neposredni zvezi z njegovimi emocionalnimi potrebami, lahko so celo usmerjeni proti njim, ki pa jim kljub temu lahko sledi, potem moramo ponovno vpeljati v psihologijo dva pojma, ki smo ju nekoč že izločili: pojem svobode in pojem odgovornosti. Nobenega od teh dveh ni v zaprtem sistemu, kajti v njem določajo trenutni način ravnanja pretežno nezavedne sile gonskega življenja in naučenega. Tam, kjer pa sta vnaprejšnja določenost in vtisnjenost, tam ni krivde. V odprtih sistemih je bolj zapleteno: impulzi iz zunanjega sveta s svojim vsakokratnim atributom smiselni ali brez smisla zadenejo na človekovo bivanjsko hrepenenje po smiselnem življenju in terjajo duhovne moči, ki niso ne vnaprej določljive ne vnaprej vtisljive. To so svobodne moči. Njihova uporaba ali neuporaba mora biti povezana tudi z odgovornostjo. Razmislimo o tem na primeru, ki nima več toliko opraviti z ljubeznijo, ampak bolj z delom.

Nekoč so prikazovali impresiven film *Hudičevo poročilo*.¹⁴ Prikazoval naj bi resničen dogodek, ko je nekega gradbenega delavca zasulo. Treba ga je bilo rešiti iz luknje pod zemljo. Po mnenju izvedencev sta obstajali dve poti, kako ga rešiti: prva sorazmerno hitra z neposredno vrtino

¹⁴ Film Billyja Wilderja *Ace in the Hole* (1951) so v nemškem govornem prostoru prevedli kot *Reporter des Satans*.

in druga nekoliko dolgotrajnejša z vrtanjem predora. Po oceni količine kisika, ki naj bi bil zasutemu na razpolago, in glede na njegovo telesno vzdržljivost so domnevali, da bi moral oba reševalna ukrepa dobro prestati, torej da bi moral preživeti tudi dolgotrajnejše reševanje. Seveda pa so bile to bolj ali manj domneve, kajti komunikacija z zasutim je bila otežena.

Nesreča je privabila mnoge radovedneže, med njimi tudi novinarja, ki je bil zaradi svojih sijajnih poročil znan daleč naokrog. Ta poročevalec se je na vso moč zavzemal za vrtanje predora, torej za dolgotrajnejšo reševalno akcijo, ker bi tako imel dovolj časa, da svojim bralcem ponudi napeto zgodbo in dan za dnem polni časopisne stolpce. Ker so mnogi tujci, ki so od vsepovsod pripotovali, da bi prisostvovali reševanju, prinašali kraju dodaten zaslužek – saj so morali jesti in prenočevati –, so odgovorni privolili v dolgotrajno vrtanje predora in reševanje se je začelo. Toda ko so končno prišli do gradbenega delavca, je bil ta že mrtev.

Ta zgodba nam v liku poročevalca kaže človeka, ki odlično opravlja svoje delo in je zaradi tega tudi nagrajen z uspehom. Objavlja poročila, ki »zažigajo«, ter žanje zato dobiček in publiciteto. Toda vsak bo pritrdil, da je šel v opisanem primeru predaleč. Na kocki je bilo namreč človekovo življenje, kar bi moralo imeti prednost pred vsakim, še tako dobrim poročilom. Vsekakor lahko s psihološkega zornega kota zagovarjamo dve stališči: stališče, ki izhaja iz modela monade, in tistega, ki dopušča človeško zmožnost za samopreseganje. Kot smo rekli, v modelu monade ni nikakršne krivde. Poročevalčevo ravnanje se da po tem modelu popolnoma jasno razložiti kot izraz njegove osebnosti; morda bi tipali za iz otroštva

izvirajočim kompleksom manjvrednosti, ki potrebuje za kompenzacijo poklicni *veliki let*, ali pa bi zagovarjali deficit socialne empatije, ki ima svoj izvor v manjkajočih učnih procesih v njegovem razvoju. Nekateri bi menili, da so soodgovorni tudi družbeni pogoji okolja, ki podpirajo tako sebične namere poročevalca kot tudi občuten pritisk, ki ga na poročevalca izvaja bralstvo.

V Franklovi predstavi o človeku imajo vse te argumentacije samo delno veljavo, ker so samo ena stran na tehtnici: izmenično učinkovanje *inputa* in *outputa* v psihi poročevalca. Na drugi strani tehtnice je smisel situacije, namreč rešitev zasutega. Tu moramo čisto natančno razlikovati med zunanjimi psihičnimi vplivi, kot je na primer socialni pritisk okolja, in danostmi objektivnega smiselskega gestalta, ki sam po sebi in sam zase sploh ne vpliva na človeka, ampak se predaja samo človekovemu duhovnemu dožemanju. Situacija zasutega in smisel njegovega reševanja, ki je v to situacijo zapisan, sta samo elementa zunanjega sveta. Četudi nosita v sebi nekoliko zahtevalnosti, nimata nič opraviti s poročevalčevo psihično stabilnostjo ali obremenjenostjo.

Do tod je v mišljenju soglasje, sedaj pa se pojavi trditev, ki *novo* predstavo o človeku loči od *stare*. Gre za trditev, da človek, ki je zaradi svoje zmožnosti za samopreseganje domala enako neodvisen od svoje psihične stabilnosti ali obremenjenosti, zmore duhovno odgovoriti na smisle v zunanjem svetu, s tem da jih izpolni ali ne izpolni. *To* je človekova odgovorna svoboda, ki jo je Frankl vpeljal v psihologijo, svoboda za izpolnjevanje smiselskih nalog *kljub* različnim (zaviralnim?) vplivom. Preseganje sebe zaobjema prav tako zmožnost premagati samega sebe, zmožnost dejavno posegati prek meja monade v svet,

ki je poln smisla, čeprav ga pogosto doumevamo samo nejasno. Po definiciji je človeški organ dojemanja, ki zmore vsakokrat zaslutiti smisel situacije, vest; svoboda pa, ki se odziva dojetemu, je odgovornost. Krivdo lahko opišemo kot *ne* na vprašanje po smislu, *ne*, ki ga je med drugim izrekel naš poročevalec v opisanem filmu.

Tudi ta drugi primer zadeva nenavaden dogodek, ki se prav gotovo ne dogaja vsakodnevno. Toda številne podobne izzive, četudi z manj hudimi posledicami, bomo našli v vsakem povprečnem življenju, če jih bomo seveda iskali. Pri tem je zanimivo, da se pletejo večinoma okoli fenomena ljubezni in dela. Imamo matere, ki hočejo iz svojih otrok kar največ iztisniti, da bi same sijale v ponosu nad njimi, in imamo matere, ki si prizadevajo, da bi njihovi otroci dobili čim boljšo šolsko izobrazbo, da bi jim s tem olajšale vstop v življenje. Razlikovanje med enimi in drugimi je v samopreseganju teh zadnjih. Imamo ženske, ki se pritožujejo nad frigidnostjo, ker jih njihovi možje ne privedejo do optimalnega doživetja naslade, in imamo ženske, ki se lahko svojim možem nežno predajajo, četudi same v seksualnosti ne uživajo prav dosti. Tudi tu je razlika v samopreseganju. Kdor resnično ljubi drugega človeka, otroka ali zakonca, se ne more za njegovim hrbtom poditi samo za lastno srečo in drugega zlorabiti kot sredstvo za zadovoljitev svojih želja.

Analogno velja za delo. Imamo avtorje, ki pišejo knjige, da bi prišli na seznam najbolj branih piscev, in imamo avtorje, ki pišejo, da bi svoje bralce obdarili. Imamo zdravnike, ki si hočejo zgraditi donosno prakso, in imamo zdravnike, ki hočejo napovedati boj bolezni. Imamo delavce ob tekočem traku, ki delajo na akord oziroma na učinek, da bi si lahko privoščili višji življenjski standard, in imamo delavce,

ki s tem preživljajo svoje velike družine. Fina razlika je zopet vsakokrat v samopreseganju, namreč v tem, ali je v lastno motivacijo včlenjen objektivni smisel iz zunanjega sveta.

Kot zastopnici psihologije mi pri teh razmišljanjih nikakor ne gre za moralne interese, ampak za psihološko interpretacijo človeka. Ali *more* človek vključiti v svoje osebne odločitve blagor druge osebe ali smisel dela, ki naj ga opravi? Sigmund Freud je rekel *ne*, Viktor Frankl pravi *da*. Da, ki ni, kakor sem to že pojasnila, nikakršna antiteza, ki ni preprosto zanikanje ne-ja, ampak nič več in nič manj kakor nova definicija človeka, o katerem Viktor Frankl trdi: »Kolikor bolj se človek loti svoje naloge, kolikor bolj se predaja svojemu partnerju, toliko bolj je človek, toliko bolj je on sam.¹⁵ Sreče, ki jo imajo vse druge psihološke šole za najvišji cilj vsakega človeškega stremljenja, Frankl sploh nima za cilj: zanj je sreča avtomatičen stranski učinek smiselno izpolnjenega bivanja, ki po besedah Bernanosa črpa svoje zadovoljstvo iz »milosti, da smeš samega sebe pozabiti«.

Potem, ko smo si razjasnili različni poziciji obeh predstav o človeku, naj za zaokrožitev povedanega navedem še dve kratki poročili iz svoje psihoterapevtske prakse, ki sta povezani s franklovskim načinom razmišljanja o ljubezni in delu in ki bi lahko bili snov za razmišljanje strokovnjakom in laikom.

Prvi primer je zanimiv diagnostično, zadeva pa fobijo pred pajki. Mlado dekle je zapadalo v vsa mogoča stanja, vključno s histeričnimi napadi in omedlevicami, če je le kje videlo kakega pajka. Anamneza je navajala celo vrsto pripetljajev iz njenega otroštva, ki bi mogli izzvati omenjene

¹⁵ Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn (Piper, 1980).

napade, predvsem dejstvo, da je kot otrok stanovala v propadajoči stari podeželski hiši, kjer je bilo mnogo pajkov, ki so se pogosto zalezli tudi v posteljo, in še drugo dejstvo, da so jo namreč njeni starši za kazen pogosto ob belem dnevu pošiljali v posteljo, zaradi česar je bila deklica vselej zelo nesrečna. Kakorkoli že, starši so se kasneje preselili v čedno hišo, kaznovanje se je nehalo, strah pred pajki pa je ostal in se celo tako razširil, da je že samo slika pajka v kaki ilustrirani reviji izzvala napad tesnobe.

Ker pri svojih anamnezah načeloma ne raziskujem samo prevladujočega problema in njegovega nastanka, ampak se hkrati oziram tudi na pozitivne spremljajoče okoliščine, sem dekle vprašala, ali se spominja kakega dogodka s pajki, ki se je slučajno dobro iztekla, in presenetljivo – na vprašanje je odgovorila pritrdilno. Enkrat samkrat v življenju naj bi ji uspelo z žepnim robcem odstraniti z okenske police majhnega pajka in ga vreči skozi okno, ne da bi jo obšla panika ali da bi oddivjala iz sobe in klicala na pomoč. Seveda sem hotela izvedeti, kako to, da nekdo, ki ga je še kot otroka obšel gnus, če je videl pajka, in ga nikdar ni mogel prijeti, nekdo, pri katerem se je kasneje razvila dokazana arahnofobija, kako torej, da je ta nekdo nenadoma stopil k oknu in, ne da bi pisnil, poslal pajka skozi okno. Kaj se je tedaj dogajalo?

Gotovo slutite, da je moralo pri tem iti za kanček samo-presežnosti, sicer se monada ne bi bila odprla. Na obisku je bila njena draga prijateljica, ki ji ni šlo posebno dobro. Prav tedaj so jo odpustili iz bolnišnice in je bila zares slabotna, tako da je legla v njeni sobi. Kramljali sta in potem je prijateljica zaspala. Ko je dekle vstalo in stopilo k oknu, je tam videlo pajka. Znašlo se je torej pred izbiro, ali naj kriče zbeži iz sobe in s tem zbudi ter prestraši prijateljico

ali pa naj pajka po tistem odstrani – in glejte, odločilo se je za drugo. Obzirnost do prijateljice je bila močnejša od strahu. Upam, da se iz tega primera lahko nekaj naučimo za psihološko diagnostiko, namreč da se človek ne pusti podrediti trdi mreži tipičnih načinov vedenja; vsak med nami se lahko vedno odzove tudi atipično, če ima zato globlji vzrok. Pri diagnostičnih preiskavah je zato nevarno zbirati izključno negativne povezave, ki obstajajo med človekovo preteklostjo in sedanjostjo, ker bi te lahko vzbudile vtis, da je sedanjost neizogibno odvisna od dogajanj v preteklosti. To pa ne drži. Včasih zadošča že malce ljubezni do druge osebe, ljubezni v najširšem pomenu besede, da damo sedanjosti nove in nepričakovane vzgibe.

Drugi primer, ki se mi ga zdi vredno omeniti, je zanimiv terapevtsko. Zadeva pa požrešnost oziroma pretirano sladkosnednost, torej prekomerno porabo. Primer je še dodatno tragičen zaradi tega, ker je šlo za moža, ki ni mogel hoditi, ker je bil vezan na invalidski voziček in se je že zaradi tega manj gibal. Vse to je skupaj z njegovo simptomatiko in iz tega izhajajočo preveliko telesno težo zdravju zelo škodovalo: trpel je zaradi hude lenobnosti črevesja, trebušnih krčev in podobnega, kar vse so močna odvajala pogosto še poslabševala.

Medicinske diagnoze so že dalj časa navajale psihične vzroke za prekomerno telesno težo in zelo hitro je bila pri roki hipoteza o nadomestni zadovoljitvi. Ta je bila seveda pri prizadetem človeku, ki se je moral marsičemu neprenehoma odpovedovati, izjemno primerna. Kljub temu so bili vsi na njej zgrajeni terapevtski poskusi neuspešni, in ko je prišel na posvet k meni, je komajda še upal na izboljšanje. Pošteno rečeno sem tudi sama videla kaj malo možnosti za zajezitev njegove zasvojenosti, vendar sem

svojo pozornost usmerila na nekaj drugega. Če je moral mož že nositi težko breme svoje prizadetosti in k temu še neprijetna prebavna dogajanja, ki jih tudi ni bilo mogoče na hitro odpraviti, je moralo biti v njegovem življenju kakršnokoli delno področje, zaradi katerega je bilo njegovo življenje kljub vsemu še vredno življenja. Zato sem z njim naredila bivanjsko analizo v najboljšem franklovskem pomenu besede, ki naj bi odkrila, kje so različni interesi, nadarjenosti in sposobnosti tega moškega, ki bi jih lahko intenzivirali, da bi v njegovo dotedanje enolično in utesnjeno bivanje vnesli vsebino, zanos in izpolnitev smisla.

Med bivanjskoanalitičnim pogovorom je prišlo na dan, da je med vojno več let preživel v ujetniškem taborišču in zaradi grenke lastne izkušnje močno občutil bolečo usodo nedolžno zaprtih po svetu. Ob poročilih o mučenjih ali nehumanih zaporih se je znal močno razburiti in je vedno znova poudarjal, kako rad bi se zavzel za tako uboge in mučene ljudi.

Res ne vem, kdo je napeljal pogovor na organizacijo Amnesty International, toda bilo je pač neizogibno, da je najin pogovor zadel obnjo, in nenadoma je mož doumel smisel, ki se mu je ponujal: organizacijo, kot je Amnesty International, se da podpirati tudi iz invalidskega vozička. Telefoniral je, navezoval stike, v svojem stanovanju ustanovil krajevno podružnico, katalogiziral članke in pisal okrožnice članom organizacije, skratka postal sposoben prostovoljec pri delovanju organizacije Amnesty International, h komur so se čez nekaj časa stekale mnoge pomembne niti. Ob priliki sem ga povabila na terapevtski pogovor, vendar ni prišel, ker ni imel časa. Po enem tednu sem mu pisala nekaj vrstic, vendar ni dal od sebe nobenega glasu. Nekako sem to ocenjevala kot pozitivno, kajti čutila sem,

da je bila nova osmislitev, ki mu je naenkrat obogatila življenje, pomembnejša in predvsem zdravilnejša od vsake, še tako dobre psihoterapije. Kljub temu sem osupnila, ko se je po nekaj mesecih popolnoma nenajavljen pojavil v moji posvetovalnici. Slučajno ga je pot vodila mimo in mi je hotel povedati, koliko zanimivih dejavnosti je prevzel. Začel mi je podrobno pripovedovati, vendar sem se komaj lahko osredotočila na njegove besede, kajti ves čas sem se mu morala čuditi, ker je postal tako vitek, kot ga nisem videla še nikoli.

»Kako ste se rešili prekomerne teže?« sem se čudila. In mož se je nasmehnil.

»Tega še sam ne vem,« mi je odgovoril, »vem pa nekaj: ko me potrebuje Amnesty International, popolnoma pozabim na hrano ...«

Kako naj si z vidika psihologije razložimo to bolezensko dogajanje? Ali lahko to brez pomisleka sprejmemo kot dogajanje znotraj monade, da je pacient denimo zgolj zamenjal vrsto nadomestne zadovoljitve in se sedaj namesto s hrano zadovoljuje s smiselnimi nalogami? Menim, da bi bili zelo krivični ne samo do njega, ampak tudi do njegove nove naloge, če bi njegovo delavnost razglasili za izraz nevroze, pomoč političnim jetnikom pa za sredstvo za odpravljanje duševnih kompleksov. V vsakem človeškem prispevku, pa naj bo še tako majhen, če le kaj izboljša ali polepša na svetu, je objektivni smisel, ki daleč presega subjektivno raven kompleksa in kompenzacije.

Zato ni prav nič sramotno priznati, da smiselno delo lahko napravi naše terapevtske ponudbe popolnoma odvečne, kajti tam, kjer se udejanji doživetje smisla, tam se aktivira toliko samopresežnosti, da nevroza nima več nobene možnosti. Psihoterapevti smo slej ko prej potrebni

prav zato, da paciente vodimo k doživetju smisla. Prav to je funkcija, ki jo je Viktor Frankl naložil svojim učencem, namreč onstran vsake duševne bolezni zagledati človeka kot *bitje, ki išče smisel*. Takšnemu človeku moramo pomagati ne samo v njegovi psihični zmedenosti, ampak tudi v njegovi duhovni stiski. Naj bosta ljubezen in delo še tako močna nosilca notranjih duševnih procesov, naj še tako močno izhajata iz gonskega in nagonskega življenja, sta ciljno vendarle usmerjena v zunanji svet, v katerem se hoče človeško bivanje smiselno uresničiti. In samo v obsegu, v katerem se to zgodi, je bivanje resnično človeško.¹⁶

¹⁶ Iz: *Psychologische Seelsorge*, Herder, Freiburg im Breisgau 1988, 77–159.

DRUŽINA – GRAVITACIJSKO SREDIŠČE LJUBEZNI

Družino imenujemo zarodna celica vsega človeškega življenja, vendar je družina več kot to, je kratko malo središče življenja. Še nikdar doslej, v nobenem prejšnjem obdobju, nismo bili o tem tako prepričani kot danes, ko spoznavamo kritične posledice decentralizacije družine. Stari so izseljeni v domove, sorodniki se odmikajo drug od drugega, matere in očetje razmišljajo o ločitvi, napol odrasli otroci bežijo od doma, majhne otroke vzgaja televizija, o nerojenih pa se postavlja vprašanje, ali naj bodo sploh še donošeni ...

Priznati moram, da je to zelo grob, toda žal prav nič nerealističen opis procesa decentralizacije in razdrobljenosti, ki danes ogroža družino. Ogrožanje, ki je – če mi je dovoljeno pripomniti – mnogo hujše kot grožnja sovražnikovih raket. V zgodovini so namreč velike kulture redko kdaj propadle zaradi zunanjih sovražnikov, propad se je skoraj vedno začel od znotraj.

Vendar tu ne bomo prisegali na temne napovedi za prihodnost. Nikomur tudi ne bo koristilo, če bomo skušali teoretično analizirati današnjo razdrobljenost družine,

mного bolj gre za to, da zopet sestavimo posamezne drobce. To pa pomeni: voditi skupaj, kar spada skupaj, držati skupaj, kar je medsebojno povezano, in rešiti, kar se zdi izgubljeno.

Ko smo se tu v štiridesetih in petdesetih letih trudili ponovno združiti zaradi vojne vihre prostorsko ločene člane družin, gotovo ni nihče pomislil, da bomo v osemdesetih in devetdesetih letih potrebovali novo vrsto družinske ureditve. Ne prostorske, ampak duševne, takšne, ki bo ljudem, negotovim v njihovih temeljnih prepričanjih, pomagala najti pot do drugega. Sedaj smo že tako daleč. Družinska skupnost mora zopet oživeti. Zopet moramo spoznati njeno vrednost, zopet doživeti njen bivanjski pomen. Zato potrebujemo spremembo miselnosti, ki bi jo rada povzela v en sam stavek: *ne smemo misliti več samo vzročno (kavzalno), ampak tudi smotrnostno (finalno)*.

Za kaj gre? Kavzalni način mišljenja je populariziral predvsem znanstveni nauk globinske psihologije. Ta je razvila resnično mojstrstvo, kako odkriti ozadje človeških konfliktov, kako osvetliti vzroke neuspešnih odnosov in kako potisniti v zavedanje primanjkljaj človeške narave vključno z močjo in nemočjo nezavedne gonskosti. Tudi povprečen državljani je, sledeč psihološkemu kavzalnemu modelu, začel bolj razumevati temne strani svojega jaza in imeti pri roki razlage za svoja negativna ravnanja.

V psihološki praksi je sedaj že tako, da pacienti pojasnijo več kot terapevti. Matere prihajajo in pravijo: »Z enim svojih otrok imam velike težave. Že v začetku sem ga odklanjala, ni bil zaželen in v času nosečnosti sem celo razmišljala, da bi svojega moža zapustila. Zaradi nosečnosti sem potem vendarle ostala, toda te prisile, da sem morala ostati, na tistem otroku nisem nikdar odpustila.« Ali pa pridejo

očetje in pravijo: »Moja žena me odklanja, če hočem biti z njo intimen. To je zato, ker jo je prej njen dominantni oče zatiral in sedaj svoj odpor do njega prenaša name.«

Ena mojih študentk je nekoč sredi klavzurne naloge odvrгла pisalni pribor in stekla iz predavalnice. Ko je kasneje prišla k meni s prošnjo, naj bi jo ustno izprašala, ker potrebuje potrdilo, je v opravičilo navedla, da sem jo nenadoma spomnila na njeno osovraženo mater, od katere naj bi nekoč kot otrok zbežala, zato jo je ob tej misli zgrabila takšna panika, da je morala zbežati ven.

Mladi so se kavzalnega mišljenja po tej shemi že kar dobro naučili. Kolikokrat slišim izjavo: »Stari so sami krivi, če zvečer ne pridem domov – s svojim stalnim vreščanjem me naravnost silijo od doma ...« ali »moji starši, saj so naravnost zavrti, z njimi se ne da pogovarjati, zato z njimi že dolgo več ne govorim«.

Kavzalno mišljenje išče vzroke za to, kar *je*, finalno mišljenje pa išče temelje za to, kar *naj bi bilo*. Finalnost je usmerjena k cilju, k smislu, k smotru, k temu, kar iz že obstoječega še lahko nastane. Poznamo celo psihološko smer, ki v nasprotju z globinsko psihologijo daje prednost finalnemu miselnemu pristopu, in to je logoterapija dunajskega psihiatra Viktorja E. Frankla. Psihoterapija, ki je ponovno spravila skupaj že mnogo družin. Ta bi materi, ki odklanja svojega otroka, pokazala razloge, zaradi katerih je vredno preseči odklanjanje, da bi ljubezen vendar še lahko rastle. V primeru seksualnih motenj pri zakonskem paru zaradi ženinih nekdanjih bojazni do očeta bi se morala žena naučiti razlikovati med edinstvenostjo očeta in edinstvenostjo zakonskega moža, ne bi ju smela med seboj mešati. Izzvati bi bilo treba pripravljenost za spravo z očetom in pripravljenost za zaupanje do moža.

Na podoben način sem tudi svoji nevrotični študentki pojasnila, da je najpomembnejši izpit njenega življenja dokazati, da ima sicer lahko takšno ali drugačno razpoloženje, ne pa, da imajo razpoloženja njo. Zato se ne sme predati trenutnim miselnim asociacijam, če hoče uspešno dokončati študij. Bojeviti mladini pa bi, upoštevajoč finalno stališče, priporočili, naj se odpove udobni prevalitvi krivde na starše in naj namesto tega raje sami kaj konstruktivnega prispevajo k družinski harmoniji.

Rešitev uganke ni vedno v tem, da prepoznamo vzroke zanj. Včasih je bolje, da kaj sprejmemo brez vprašanj, da sprejmemo stvar takšno, kakršna pač je, in nato iz nje napravimo najboljše. Prav v zvezi z družino sem ponovno doživljala, da poznavanje resničnih ali domnevnih vzrokov položaj prej poslabša kot ne: če npr. eden od zakoncev končno le izvrti, da se partner z njim sploh ni poročil iz ljubezni, ali če otroci spoznajo, da so bili samo nadomestilo za neizpolnjene želje staršev. S takšnim vedenjem še zdaleč nismo dosegli ničesar pozitivnega.

Gotovo je napredek, da je psihologija v svoj raziskovalni in svetovalni koncept postopno pritegnila celotno družino. Toda tudi tako imenovana družinska terapija je še vedno zaznamovana z namero razgaliti vse, kar je v družini na področju občutkov in motivov prikrito. Popolnoma pravilno je, da sprožimo odprt pošten pogovor med vsemi udeleženci, toda iz tega nikakor ne sme nastati monolog dveh, treh ali štirih! Če vsak razpravlja samo o svojih notranjih željah in strahovih, potrebah in zahtevah, izgine iz vidnega polja celota, to, kar je vsem skupno.

Celota pa je več kot samo seštevek njenih delov, kakor so nas učili že staroste filozofije, in tudi družina je več kot samo vsota njenih članov. Družina je gravitacijsko

središče ljubezni, ki v veselju in trpljenju priteguje ljudi, ki pripadajo drug drugemu, jim daje varnost in zatočišče, jih spodbuja in ščiti, hrani in varuje, jih spremlja od rojstva do smrti. Da bi ohranili takšno središče dejavno, je vsekakor potrebno zanj tudi kaj storiti. Tu zopet prihaja do izraza finalni vidik, ki posamezne člane usmerja k skupnemu smiselnemu cilju in nasproti morebitnim vzrokom razpada postavlja razloge za obnovo in ozdravljenje. Rekli smo, da ni dovolj, če v družini razgaljamo, kar je v njej prikrito, ampak moramo čim vidneje izpostaviti *presežno*. Tega, kar družinske člane med seboj odgovorno povezuje, naj njihova rodbina ne razdružuje.

Včasih, ko pridejo k meni na posvet starši in otroci, ker ne vedo več, kako naprej, in se vsak razbremeni očitkov do drugih, jim rečem: »V blagajni vaših medsebojnih odnosov je trenutno oseka, zato je nujno treba nekaj vplačati, vsak mora vanjo vložiti nekaj »dobre volje«, pa bomo kasneje lahko delili vsebino, toda prej ni mogoče ničesar zahtevati – najprej je treba nekaj *podariti*!« Zatem vsakega družinskega člana posebej vprašam, kaj bi bil sam pri sebi pripravljen v korist družine prostovoljno spremeniti na boljše, ne da bi za to drugim postavljал kak pogoj, ali da bi to povezoval s kakimi pričakovanji ali zahtevami do drugih. Kaj bi bil pripravljen dati sam od sebe glede na vrednoto skupne celote, ki presega vse razlike. Presenetljivo je, kaj vse se da dejansko vzbuditi pri takšnih logoterapevtskih družinskih pogovorih, da se dokaže dobra volja. In to ne le pri starših, ki so že leta trdno v svojih odnosih, ampak tudi pri otrocih, ki si v dnu svojih src ničesar ne želijo bolj kot ubranega družinskega vzdušja.

Na ugovor, da ob takšnem ravnanju zastane lastni razvoj posameznika, odgovarja švicarski psihiater Jürg Willi, ki je tudi zagovornik finalnega mišljenja. Willi poudarja, da je

v sistemu odnosov možna koevolucija, se pravi skupna rast, vse dotlej, dokler kdo ne izživilja svojih potreb, ne da bi se pri tem oziral na druge. Takole pravi: »... lastnost odnosnega procesa je, da nas uresničuje intenzivneje, kot bi se mogli uresničiti sami zase. Svoj jaz doživljamo v nastajanju ob drugih ljudeh in z njimi. Naše osebne lastnosti, občutki in ravnanja se pojavljajo ali se vsaj intenzivneje pojavljajo, ko jih potrebujejo drugi ljudje.«¹⁷

Postati koristen družini je nedvomno najlepša izpolnitev smisla človeškega bivanja. Samo da se to ne sme sprevreči v zahtevo, izsiljevanje in bolj ali manj prikrite oblike nasilja, marveč naj bi bila to spodbuda in priložnost, da se smeš v ljubezni žrtvovati.

Kako pomembno je, da te perspektive odpremo že mladim ljudem, sem se zavedela na nekem posvetu leta 1985, kjer so strokovnjaki razpravljali o Letu mladine. Dolge ure so z vseh strani prihajala prežvečena vprašanja: Kaj mladi potrebujejo, da bi se lahko dobro razvijali? Nasprotno vprašanje, za kaj so mladi *že koristni* in komu služijo, se ni postavilo niti enkrat, to sploh ni prišlo na vrsto. Pri tem je vendarle jasno, da se služiti in postati koristen medsebojno pogojujeta in da je biti koristen oziroma uporabljan v mnogih ozirih zrelejša in vrednejša varianta, h kateri mora biti usmerjen vzgojni proces.

Sadove tega enostranskega vrednotenja doživljamo med drugim na mnogih sodnih procesih, ki jih dandanes odrasli otroci vodijo proti svojim staršem. Če 44-letni brezposelni alkoholik svojo mater, ki dobiva samo pokojnino, toži za vzdrževanje in v tem lahko celo uspe, kar je samo eden od mnogih primerov, je resnično nekaj premaknjeno.

¹⁷ Jürg Willi: *Koevolution – Die Kunst gemeinsamen Wachsen* (Rowohlt, 1987).

Premaknjen je celoten vrednotni sistem, in sicer niti ne toliko zaradi neupravičenih finančnih zahtev do starke kot zaradi nezaslišane nesramnosti neupravičene terjatve same po sebi. Mati pač lahko svojemu sinu priskoči na pomoč, če se ji to zdi pametno, toda to se lahko zgodi edino v obliki njenega daru, ne pa na silo.

S tem se vračam na tisto, kar sem rekla v začetku: ponovna oživitev družine potrebuje spremembo v mišljenju. Odgovorne odločitve nosilcev družinskega dogajanja naj določa končni cilj, h kateremu naj se to dogajanje steeka, ne pa dosednji potek razvoja. Da je takšen končni cilj kot oddaljen, a vendar usmerjajoči ideal v vsakem človeškem srcu, dokazuje prizadevanje, da se zgradi nova družina takoj, ko je bila prejšnja razbita. Ljudje se ne ločujejo zato, da bi bili svobodni in neodvisni. Večina ločenih sploh ne prenese osamljenosti. Prepirljivost otrok še dodatno zaostri njihov položaj, toda tudi na te zagrizene boje, ki se večinoma bijejo na stroške otrok, moramo gledati kot na izraz tiste prave po končnem cilju zdrave družine, v kateri otroci niso nikjer drugje kot pri svojih starših.

Dejansko imamo danes toliko očimskih družin kot še nikoli doslej, s tem pa probleme, kakršnih še ni bilo. Te družine morajo po svoji notranji nuji zopet postati gravitacijska središča ljubezni. To pa ni tako preprosto, kajti posamezni družinski člani pripadajo gravitacijskemu središču, ki je tuje sedanji družini, ter so razdvojeni med prvo in drugo družino. Pri svojem delu sem srečala otroke, ki so na vprašanje, kaj je njihov oče po poklicu, odgovorili z vprašanjem »kateri«, nakar se je izkazalo, da imajo v družini že tretjega očeta. To dejstvo ne bega le otrok, temveč postavlja v razdvojen položaj tudi očima in mačeho.

Tadva ne vesta, kako naj se vedeta drug do drugega; nimata niti naravnih instinktov, ki bi ju pri tem vodili, niti tradicionalnih vzorov, niti iz skupne preteklosti zraslega temelja, niti nobenih predstav o povezujočih rečeh v prihodnosti. Očim in mačeha nimata opredeljenih vlog: ne moreta igrati staršev, ker to že po zakonu ne pripada njunemu statusu (ne glede na to, da starejši otroci takšne vloge tako in tako zlepa ne sprejmejo), kljub temu pa vsekakor *morata* igrati starševski vlogi, če naj bi bila družina družina. Tako se ne moreta izogniti dolžnostim, pravic pa nimata. Toda tudi njune dolžnosti so določene le v zakoniku njune vesti.

S tem nikakor nočem namigovati, da sta očim in mačeha nujno slaba starša, nasprotno, včasih storita za otroke celo več kot njihovi biološki starši. Znan mi je primer ženske, ki jo je vzgojila izredno dobra mačeha, potem ko je njena lastna mati zapustila družino zaradi ljubimca. Tudi kot odrasla je bila mačehi še vedno naklonjena in jo je obiskovala, dokler se ni ta nekega dne smrtno ponesrečila. Ščasoma je njena biološka mati začela bolehati in je bila vedno bolj nebogljenja; njeno ljubezensko razmerje je že zdavnaj propadlo in tudi sicer razen odrasle hčere ni bilo nikogar, ki bi zanjo skrbel. Tako je prišlo do protislovja, da je bila ženska po smrti mačehi, ki je do konca svojega življenja zares ljubeče skrbela zanjo, prisiljena več let skrbeti za svojo popolnoma odtujeno biološko mater.

Ta primer, kljub mnogim dobrim prizadevanjem, ponazarja stalno tlečo tragedijo raztrganih družin, ne da bi sploh omenjali zaplete zaradi »mojih, tvojih in najinih« otrok ločenih in ponovno poročenih zakoncev, zaplete zaradi neizogibnih ljubosumnosti med biološkimi in krušnimi starši, kakor tudi zaradi umetno postavljenih določil o obiskih s pridihom nečlovečnosti, ki se ga nikdar

ni mogoče otresti. Četudi je postopek še tako obziren, decentralizacijskega procesa po ločitvah skoraj ni mogoče zadržati, gravitacijsko polje ljubezni izgubi svojo celovitost.

Tudi tu bi lahko miselnost spremenila le temeljita sprememba notranjega prepričanja. A kako zlahka in prenačljeno pri zakonskih problemih menimo, da nima smisla ostati skupaj *samo zaradi otrok* in kako močno ob tem pozabljamo, kakšna vrednota so otroci in njihov zdrav razvoj! Dovolj velika vrednota, da se zakon ohrani in problemi rešijo sporazumno. Podcenjevanje, ki prihaja iz tega samo zaradi otrok, izvira iz miselnosti, da je težišče v osvetlitvi ozadja in torej tudi v osvetlitvi ozadja vsakega družinskega spora. Nasprotno pa bi se vrednotenje, ki bi ga izražala zavestna in hotena namera priti postopno do razumevanja *vsaj zaradi otrok*, že približalo mišljenju, ki se orientira v presegajočem. V našem primeru v presegajoči nalogi vsake družinske skupnosti: v ohranjanju in posredovanju življenja.

Tema *spraviti skupaj družino* je nedvomno – če že ne v prostorskem, pa v duševnem smislu – neizčrpna. Tudi strokovnjaki nimamo patentiranih receptov, tudi mi iščemo veljavna merila v svetu, polnem vprašajev. Toda velika vprašanja zahtevajo velikopotezne odgovore. V tem smislu smo poklicani, da gradimo mostove med materami, očeti in otroki, mostove tiste vrste, o katerih moj učitelj Viktor Frankl običajno pravi:¹⁸ »Če hočemo graditi mostove od človeka do človeka – in to velja tudi za mostove spoznanja in razumevanja –, potem temeljni kamni mostov ne smejo biti kamni, ampak srca.«¹⁹

¹⁸ Viktor E. Frankl: *Psychotherapie für den Laien* (Herder, 1972).

¹⁹ Iz: *Gesinnung und Gesundheit*, Herder, Freiburg im Breisgau 1987, 27–35.

KAKO V DRUŽINI ŽIVETI Z DUŠEVNIM BOLNIKOM

Domnevamo lahko, da duševno trpljenje nastane tam, kjer življenjska vsebina ni izpolnjena. Po drugi strani pa obstajajo tudi življenjske situacije, pri katerih nam ne ugaja prav njihova *vsebina*. Tudi v takšnih primerih moramo življenju odgovoriti. Z načinom našega odgovora na to vprašanje pa si duševno trpljenje bodisi večamo ali pa ga blažimo. Tu se bomo posvetili slednjemu, kajti v tem se zrcalijo nazori, ki nas v neugodnih razmerah rešujejo in ohranjajo zdravje, ko grozi bolezen.

Ena od vsebin, ki nam niso všeč, nas pa življenje z njo tu in tam sooča, je duševno nerazpoloženje oziroma prizadetost znanca ali sorodnika. Na to *odgovoriti* pravilno ni lahko, še zlasti ne za družinske člane. Toda spričo mnogih problemov našega časa in neobičajnega dejstva, da ljudem naše kulture navzven še nikdar ni šlo tako dobro, navznoter pa še nikdar tako slabo kot v drugi polovici 20. stoletja, ima skoraj vsaka družina koga, ki se ne more ujeti ne sam s seboj ne z drugimi. Posledično družinskim članom povzroča nesorazmerno

velike skrbi in občutno zaostruje zaskrbljenost celotne družine.

Lahko bi rekli, naj si prizadeti družinski član pač poišče psihoterapevta, in s tem zadevo uredili. Toda v resnici se tako ne uredi nič, kajti družina je in ostaja sredi bolezenskega dogajanja – ali bolje povedano: sredi dogajanja, ki odstopa od normalnega.

Kritično vprašanje je, ali nevroze sploh smemo obravnavati kot duševne bolezni. Temu vsekakor ne moremo kar tako pritrditi; vsaj v ožjem psihiatričnem smislu se ne prištevajo k boleznim. Za razliko od psihoz, ki so uvrščene med prave bolezni, so to duševna nerazpoloženja z višjo ali nižjo stopnjo bolezenskosti.

Na obremenilno situacijo, v kakršno spravlja družino »ta nesrečni otrok« – nekdo to vedno tudi je –, se mora družina tako ali drugače odzvati. Na nenormalno situacijo pa se skoraj ni mogoče odzvati normalno! Strokovno temu pravimo: *Nevrotik nevrotizira svojo okolico*.

Temu prastaremu izkustvu stoji nasproti najmodernejša teorija, ki hoče voz tako rekoč postaviti pred konja. Po njej je vedno bolan družinski sestav kot celota, njen najšibkejši člen pa postane »nosilec simptoma«. Ta naj bi torej v svojih nevrotičnih simptomih zgolj odseval nevrozo celotne družine. Na tej hipotezi gradi sistemsko orientirana družinska terapija. Zato si ta prizadeva delati terapevtsko z vso družino, kar gotovo ni slaba zamisel, vendar doslej še ni dosegla kakih večjih uspehov. Morda zato, ker zagovorniki te teorije močno precenjujejo vzajemne odvisnostne odnose v družini.

Nazadnje vedno pridemo do posameznega človeka, tudi tam, kjer ta živi v timu, v skupinski ali družinski zvezi, kar je za človeka običajno. Pridemo do posameznika in do

tega, kar ta napravi iz vsakokratne življenjske situacije, v kateri se nahaja, z vsemi posledicami, ki jih ima njegovo ravnanje za njegovo sočloveško okolje. Posameznik lahko, če hoče, korak za korakom razbije celotno družino. Vendar pri najboljši volji ne moremo trditi, da je pri tem že vnaprej šlo za uničeno družino, ki je prizadetega le izbrala za svojega grešnega kozla.

Seveda se lahko tudi zgodi, da dve ali tri posamezne osebe, vsaka na svoj način, zastrupljajo družinsko vzdušje, toda celo tedaj je vprašljivo o vsej družini govoriti kot o »duševno bolnem pacientu«, čigar bolezen naj bi slučajno prizadela tega ali onega člana. To bi pomenilo posameznikovo odgovornost prenesti na skupnost, kar pomeni, da je odgovornost nikogaršnja! Potemtakem lahko vsak kaže na drugega in ima sebe za žrtev splošne disharmonije – na koncu so samo še žrtve, storilca pa nobenega.

Mnogo od tega se odraža tudi v modernem ločitvenem pravu, po katerem je precej nepomembno, kako se posamezni zakonec vede do drugega; če je še tako nezvest, nasilen ali prostaški, je vselej žrtev nevzdržnosti tega zakona, ki ga je zaradi njegove nevzdržnosti treba ločiti. Seveda drži, da sta za prepir potrebna dva, vendar pri tem pozabljamo, da za žalitev zadostuje eden! In vsak prepir ima še vedno možnosti za pozitiven izid, dokler v njegovem poteku ne pride do težkih obojestranskih žalitev. Zato sta oba, ki se prepirata, odgovorna za to, ali se bo spor izrodil v žalitve ali ne. In o tem, kako se bo prepir končal, soodloča vsak od udeležencev. Posameznik je tisti, ki določa srečo skupnosti, ni skupnost tista, ki določa srečo posameznika, vsaj primarno ne, kvečjemu sekundarno!

Podobne interpretacijske negotovosti poznamo tudi iz vzgojnega svetovanja, ki ima v skladu s sedanjimi

psihološkimi teorijami starše za edine povzročitelje nevroz. Toda obstajajo tudi otroci, ki so težavni že po svoji značajske zasnovi in naravi. Ne glede na to, kako jih vzgajajo, se preprosto nagibajo k nevrotičnemu pretiravanju (hiperaktivnosti). Nedvomno so pri tem v igri tudi dedni, včasih tudi minimalni cerebralni dejavniki. Nekateri starši v takih primerih ne vedo, kako ravnati, in konflikti se v družini dramatično zaostrojujejo. Matere se pogosto odzovejo boječe in preveč varovalno, očetje bolj odklanjajoče hladno. Ravnanje enih in drugih ni povsem normalno, ampak je bolj reakcija na od otroka izzvano abnormalno vzgojno situacijo. Včasih se v svoji nemoči obrnejo tudi na vzgojno posvetovalnico. Toda ko tam razkrijejo svoje težave, se zadeva kaj hitro obrne proti njim. Kakor hitro namreč psiholog opazi omenjeno materino pretirano varovalno težnjo ali očetovo odklonilno namero, ga to lahko zavede k pomisleku: No, pri takšni materi in pri takšnem očetu je otrok res moral postati nevrotičen! S tem se svetovalni koncept že vnaprej programira, kar pa komaj še ustreza dejanskemu stanju.

V psihologiji moramo biti zaradi tega nadvse previdni tako s pripisovanjem kot z oproščanjem krivde. To, da je nekdo postal takšen, kakršen je, ni nikdar povsem pogojeno z drugimi ljudmi, s katerimi je bil v stiku, ampak ima vsakdo tudi osebni, svobodni prostor odločanja. Otroci niso proizvodi vzgoje svojih staršev, starši pa ne sužnji svojih lastnih vzgojnih nazorov. Oboji so odvisni od vrste drugih vplivov. Oboji so tudi bolj ali manj neodvisni, otroci sorazmerno svoji zrelosti, neodvisnost mladostnikov pa je že tako povsod opazna. In znotraj tega območja neodvisnosti teorija žrtve izgublja veljavo. Človek dela stvari, za katere se sam čuti odgovornega, on je storilec tako dobrega kot slabega.

Te uvodne pripombe imam za pomembne, ker razpravljamo o vprašanju, kako čim boljše ravnati z osebami, pri katerih je podan sum na duševno prizadetost na stopnji bolezni. Logično je, da bo strokovnjak z njimi ravnal drugače kakor laik, vendar nikakor ne moremo reči, da je ukvarjati se s takimi osebami izključno zadeva strokovnjaka. Nasprotno, laiki se večinoma dosti pogosteje soočajo z duševno bolnimi ali labilnimi ljudmi kot pa strokovnjaki. Ko je bolnik na ambulantnem zdravljenju, gre k svojemu psihiatru oziroma psihoterapevtu povprečno enkrat ali dvakrat na teden za 45 minut, preostali čas v tednu pa je dolge ure v stikih s svojimi domačimi, s poklicnimi kolegi itd. Če mladoletnik, ki živi v domu, vzbuja pozornost, pokličejo specialnega pedagoga ali domskega psihologa; tudi ta dva vidita mladoletnika samo priložnostno, medtem ko se vse drugo – prehranjevanje, delo, skupni izleti itd. – dogaja v krogu vzgojitelja in vrstnikov. Da, celo ko pacient tako zboli, da ga morajo napotiti na psihiatrično kliniko, preživi tam mnogo več časa s svojimi sopacienti in osebjem bolnišnice kot z zdravniki specialisti. Zaradi tega je upravičeno smernice, kako najbolje ravnati ob soočanju z abnormnim, ne da bi zapadli v terapevtski diletantizem, ponuditi tudi laikom, se pravi, duševno zdravim ljudem, ki morajo skrbeti za duševno bolne, četudi ne v strokovnem smislu.

Pri tem imamo troje med seboj prekrivajočih se *komunikacijskih polj*, namreč:

- komunikacijo pacienta s samim seboj,
- komunikacijo terapevta s pacientom in
- komunikacijo ožje pacientove okolice s pacientom.

Pri tem je najvažnejša komunikacija pacienta s samim seboj, ta namreč praktično odloča o poteku bolezni in

o okrevanju. Nihče ne more pacientu odvzeti osebnega boja z njegovimi lastnimi nevrotičnimi ali celo psihotičnimi vzgibi. Takšen boj je možno podpreti le od znotraj – z zdravili – ali od zunaj – z razgovorom.

Ta podpora se v glavnem nudi preko strokovne komunikacije terapevta s pacientom, deloma pa tudi preko komunikacije ožjega laičnega okolja z njim. Komunikacija ne more potekati, ne da bi na njem pustila kako sled, in zaviralno ali pa spodbujevalno vpliva tudi na njegove vzgibe. Za laično okolico je še dodatni razlog, zakaj naj bo čim boljše poučena o ravnanju z duševno bolnimi ali labilnimi ljudmi: to je psihohigienski razlog, ki ga je bilo zaznati že v mojih uvodnih opombah: okolica bolniku ne sme postati sonevrotična! Toda v njegovi bližini je stalno ogrožena. Niso nalezljive samo telesne bolezni, ampak tudi duševne krize!

Tako naj moja nadaljnja izvajanja začrtajo smernice za laike, ki poklicno delajo ali družinsko živijo z ljudmi, ki se kakorkoli neprimerno obnašajo, ker duševno niso kos zahtevam svojega bivanja ali vsaj menijo, da jim niso kos.

Pravilo št. 1:

Ne reflektiraj, ne spekuliraj in ne interpretiraj preveč!

Nikdar ne bomo natančno vedeli, od kod izvira duševna neskladnost, katere mnogovrstne korenine ima abnormno ravnanje, kaj dejansko tiči ali ne tiči v ozadju, kaj prizadeti namerava ali izraža s svojimi simptomi. Kdor se zakoplje v tuhtanje, zakaj je bolnik zbolel, zakaj se vede ravno tako in ne drugače, ali so za njegovo sedanje stanje krivi še drugi in kdo bi to lahko bili, ta zapravlja energijo, ki jo

nujno potrebuje, da bo kar najbolje obvladal svojo lastno držo v odnosu do bolnika.

Dober primer za to je agresivnost. Predpostavimo, da mati udobno sedi v dnevni sobi in šiva. Nenadoma njena 17-letna hči odpre vrata in zakriči nanjo, kje je njena kozmetična torbica, ker da je ne more najti. Mati skomigne z rameni, ker ne ve, kje so raztresene hčerine stvari, nakar hči besno oddirja iz sobe in zaloputne vrata za seboj. Ko mati po tem pripetljaju mukoma skuša dognati, kaj je moglo pri hčeri povzročiti takšen izbruh besa, si lahko izmišlja najrazličnejše reči. Morda se je hči sprla z novim prijateljem, lahko da je v šoli prišla navzkriž z učiteljem in hoče doma preprosto sprostiti svojo jezo. Morda se je vrgla po očetu, ki je od časa do časa prav tako jezljiv in v tem pogledu ni bil vedno idealen vzgojni zgled, morda ima hči ravno sedaj svoje dneve ter je nekoliko nervozna in razdražena.

Njen izbruh bi lahko izražal marsikaj in najbolje bi se bilo s hčerjo zvečer lepo v miru še enkrat pogovoriti. Lahko pa je to tudi neizvedljivo, če gre pri hčeri dejansko za duševno neskladnost. Potem se bo zaklenila v svojo sobo in se niti pri skupni večerji ne bo pojavila. Ali pa bo šla ven in bo na vprašanje staršev, kdaj misli priti domov, odsekano navrgla »ne vem« in izginila. Pustimo mater na tej točki z njenim tuhtanjem. Tudi z očetom, ki prav tako trpi zaradi atmosferskih motenj v družini, se ne bi bilo smiselno spuščati v polemiko o domnevni vzgojni napaki z njegove strani, sicer bi v hiši lahko prišlo še do hudega zakonskega prepira, medtem ko bi se hči zabavala v kaki diskoteki.

Gre torej zgolj za to, kako naj starši ravnajo v dani situaciji. Tu še največ koristi sproščenost, prijazna

zadržanost, zmožnost čakanja na trenutek, ko bo s hčerjo spet možen pameten pogovor brez nestrpnosti, ne da bi jo k temu silili. Morda tega trenutka nikoli ne bo, a treba je zdržati, toda zdržati dostojanstveno in ne da bi izgubili upanje. Zelo verjetno bo do tega trenutka prišlo samo po sebi, ker bo hčeri hudo in bo iskala stik s starši. V družinskem svetovanju o takšnem zadržanem, a hkrati dostopnem suspendiranem stanju govorimo kot o tem, da človek ostaja dovzeten brez pošiljanja signalov, kar je zelo nazoren napotek za ravnanje z agresivno-psihopatičnimi ljudmi. Odgovor na pošiljanje signalov je namreč takoj spet agresivnost, prekinitev dovzetnosti pa bi izključila vsako bodočo spravo. Zato je najboljša taktika počakati toliko časa, da agresivni zagon preide v mrtvi tek, ker ne naleti na odpor, ki bi mu dal nov zagon. S tem, da se delamo, kot da se ni nič zgodilo, ne dosežemo ničesar. Nasprotno moramo pogovor, ko ta spet steče, izkoristiti za to, da opozorimo na neobhodno potrebno medsebojno spoštovanje, brez katerega se ne da uresničiti človeškega odnosa in človeškega sožitja.

Pravilo št. 2:

Ostanimo realistični in hkrati optimistični!

To zveni lažje, kot pa je v resnici, kajti resničnost žal ne daje vedno povoda za optimizem. Kljub temu je v komunikaciji z duševno labilnimi ali bolnimi ljudmi oboje, realizem in optimizem, neobhodno potrebno. Osnova za to je v naslednjem:

Ne samo da nikdar ne bomo natančno vedeli, od kod izhaja duševna bolezen, marveč tudi nikdar ne bomo na-

tančno vedeli, česa bolnik – zaradi bolezni – ne zmore, in kaj – prav tako zaradi bolezni – misli, da ne zmore. Ljudje zelo hitro rečejo: Ta bi že lahko, samo če bi hotel! – toda to je samo pol resnice. Res je, da nevrotični ljudje zmorejo veliko več, kot lahko pokažejo vnaprej. Agresivno dekle v prej opisanem primeru bi se gotovo lahko obnašalo vljudno, če bi to zares želelo, tudi po prepiru v šoli, tudi če ima jezljivega očeta ali če po postavi ni ravno najlepše. Mirno smemo reči, da takšne reči prej služijo za izgovor, ker se je udobneje prepustiti kot pa se obvladati.

Veliko pa je duševno labilnih ljudi, ki se ne obnašajo neprimerno, ker se ne bi hoteli drugače, ampak ker verjamejo, da se drugače *ne morejo*. To je skupina boječih, negotovih, zavrtih ljudi, ki si malo ali nič ne zaupajo in si s tem žagajo svoje lastne možnosti. Prava tragika nevrotika je, da ne ve, kaj vse zmore, in da zaradi tega svoje pozitivne zmožnosti in talente pušča neobdelane, namesto da bi si z njimi gradil smiselno eksistenco. Če mu okolica še dodatno očita, da tega samo noče in da bi si moral le zadosti prizadevati, to še povečuje njegov strah pred neuspehom in njegovo gotovost, da je nesposobnejš. To ga še globlje potiska v prepričanje, da ničesar ne zmore, dokler nazadnje povsem ne odpove. Tako na koncu njegova negativna samoprognoza postane realistična, čeprav prvotno to sploh ni bila.

Takšnim ljudem moramo vlivati manjkajoči optimizem, ne da bi seveda zašli v drugo skrajnost ter od njih zahtevali preveč. Da drugega vidimo takšnega, kakršen je, in hkrati vendarle uvidimo, kakšen bi v svojem najboljšem možnem bistvu lahko bil, potrebujemo kanček modrosti in dobrote. Blaise Pascal je nekoč dejal: »Kolikor modrejši in boljši je človek, toliko več dobrega opazi v ljudeh.« To je tehtno načelo za komuniciranje z duševnimi bolniki,

pri katerih moramo šele opaziti prikrito dobro, da bi ga s skupnimi močmi dvignili na površje.

Ob tem si oglejmo naslednji primer. Predstavljajmo si, da ima neka ženska sodelavko, ki je nervozna in ob vsaki stvari vztrepeta, se zaradi vsake malenkosti razburi, se včasih z mislimi prilepi na nepomembne podrobnosti in si zatem spet vročično prizadeva, da bi vse naredila pravilno. Rezultat tega je, da zaradi prevelike vneme v svoje delo vnaša še več lahkomišelnih napak. Sodelavko očitno bremeni neka notranja stiska, ki ji otežuje sproščeno zaključiti delovni dan. Dodajmo še, da se je njen predpostavljeni že večkrat ponorčeval, kot je dejal, iz tega »histeričnega cirkusa«, sem ter tja je bilo slišati tudi že resne grožnje o prekinitvi delovnega razmerja, če bi v njenem delu znova ugotovili hude napake.

Sploh lahko in kako lahko ta ženska pomaga svoji sodelavki? Gotovo ne bo mogla raziskati, od kod njeno s strahom prežeto nezbrano vedenje, kajti to je gotovo izziv tudi za strokovnjake. Toda strah in možnost, da človek odpove, sta povezana in se medsebojno spodbujata. Ker človeku manjka poguma, da bi delal z vso močjo, dela negotovo, se obotavlja, je zbežan, vse dela le polovičarsko, polovičarstvo pa plačuje z neuspehi, ki ga v negotovosti, obotavljivosti in zbežanosti še utrjujejo. Čim popolnejši hoče biti v svojem strahu, da ne bi odpovedal, toliko nepopolnejši postaja, in kolikor bolj se hoče zavarovati pred nadaljnjo nevarnostjo, toliko ranljivejši je njegov dejanski položaj.

Če za to povezanost vemo, se ji lahko poskusimo upreti. To seveda lahko storimo samo z neprestanim opogumljanjem v dveh smereh: prizadevati si mora naučiti se zaupati vase in v svoje sposobnosti; drugič pa se opogumiti, da bo kdaj storil tudi kakšno napako, ne da bi že ob misli na kaj

takega postal paničen. V našem primeru bi ženska lahko svoji sodelavki priporočila, naj dejanskega položaja nikar ne jemlje tako smrtno resno, ampak naj se svojih problemov za spremembo loti s humorjem. Ni zgolj slučajen star pedagoški nasvet boječim učencem, naj si pri ustnem izpitu svoje izpraševalce za nekaj trenutkov predstavljajo popolnoma gole. Vsaj pol strahu pred izpitom bo v trenutku izginilo. Če bi se sodelavka zjutraj, ko odhaja na delo, notranje odločila predpostavljenemu dokazati, da bi z malo sreče lahko dosegla svetovni rekord v delanju napak, potem bi dan začela s smehljajem, z drobnim nasmeškom nad seboj in nad svojo lastno negotovostjo, kar bi ji že vnaprej omogočilo bolj sproščen začetek.

Vzporedno s pogumom, da smeš odpovedati, pa mora rasti tudi zaupanje vase. To najbolje uspeva, če obstajajo kakršnekoli opazne, oprijemljive ali zaznavne povratne informacije o doseženem v življenju. Presenetljivo je, kako pogosto ljudje spregledajo prav svoje dosežke, tisto osrečujoče in pozitivno. Na to enostavno niso pozorni in kar izgine iz njihovega vidnega polja. V psihologiji se nenehno govori o potlačitvi neprijetnih doživetij in občutkov ter iz tega izvirajočih psihosomatskih bolezni. Toda meni se zdi, da je danes mnogo gorja prej zaradi tega, ker ljudje iz svojega zavedanja izrinjajo prijetna doživetja, podarjene radosti, po svoji lepoti enkratne trenutke in zato nič več ne ustvarjajo trajnega duševnega odmeva. Nevrotik ne ve, česa ne zmore, vendar pogosto tudi ne ve, kako dobro mu pravzaprav gre; in ker tega ne ve, mu tudi ne gre dobro.

V povezavi s tem bi bila lahko ta ženska svoji sodelavki s povratno informacijo o njenih dosežkih v veliko oporo. Lahko bi ji na primer rekla: *To ste pa danes prima uredili!* ali *No, bolje tudi šef ne bi mogel napraviti!* Če imata ženski

dobre medsebojne odnose, ji celo lahko zaupa majhen trik, kako dobro ujeti oziroma kako svoj uspeh zasidrati v zavest, da ji ne bi prehitro pobegnil. Trik je v tem, da človek v koledar vnaša simbole za majhne zmage nad strahom kot simbole za duhovne triumfe nad duševno šibkostjo, ki ga muči. Ni pomembno, kakšne simbole za to uporabljamo: zvezdice, križce ali sončke, pomembno je le, kaj pomenijo, in važno je, da v svojem seštevku boječemu človeku, ki ne zaupa vase, sporočajo: Kaj obupuješ? Česa te je strah? Imaš blesteče uspehe, čudovite zmage nad samim seboj. Več moči imaš v sebi, kot si misliš, torej ne bodi malodušen, ceni življenje!

Religiozni ljudje lahko zadaj za svojimi v žepni koledar zarisanimi simboli zagledajo še globlji, nezapisani simbol, katerega spoznanje jim je bilo dotlej zastrto: simbol milosti. Morda je ob tem primeru postalo jasno, kaj hoče povedati naše pravilo št. 2: poziva, naj v komuniciranju z boječe obupanimi, preobčutljivimi osebami *sporočila realistično sprejemamo in jih optimistično pošiljamo (oddajamo) naprej*; to pomeni, da ne sebe ne sogovornikov ne varamo, da jih sprejemamo v njihovi nepopolnosti, vendar jim kljub temu s konkretnim ciljem dvigamo v zavest tiste pozitivne rezervoarje moči, ki, četudi so od časa do časa neodprti, nedotaknjeni počivajo v njih.

Nekoč mi je neki izrazit pesimist pojasnil svojo opredeljenost. Rekel je: »*Vedno* pričakujem slabo in *pogosto* imam prav.« Na to sem mu odvrnila: »Potem je razlika med *vedno* in *pogosto* obseg, v katerem se motite.«

»Da,« je rekel, »toda ta zmota ne boli, je celo prijetna. Če bi namreč pričakoval dobro in se zmotil, bi bil razočaran, razočaranje pa boli.« Torej je bil pesimist zato, da bi se izognil bolečim razočaranjem. Pri komuniciranju

z duševno bolnimi ali labilnimi osebami ne smemo biti tako sebični, sprejeti moramo tveganje bolečega razočaranja, da bi lahko izžarevali tako potreben optimizem. Če se motimo – in vedno znova se bomo motili, kajti za nobenega človeka ne moremo natančno napovedati, kako bo ravnal in mislil –, če se torej motimo, potem naj bo to takšna zmota, da bomo vsakomur pripisovali nekoliko preveč uspehov, nekoliko preveč trdnosti, nekoliko preveč samozavestnega nastopa in *fair playa*, ne pa takšna zmota, da bi nekoga imeli za nesposobnega, nenormalnega ali zlobnega, ko si tega ne zasluži. Potrudimo se, da bomo soljudem in še zlasti duševno prizadetim verjeli in bomo dopustili, da nas tudi razočarajo – razočaranje bomo mi vsekakor lahko prenesli, ne vemo pa, ali bodo oni zmogli prenesti *naše* nezaupanje.

Pravilo št. 3 (za koga presenetljivo):

Prisluhnimo svojemu notranjemu glasu!

Preden poskusim opredeliti, kaj naj pod takšnim *notranjim glasom* razumemo, želim spregovoriti o nekem dogodku iz svojega življenja. Imela sem veliko srečo, da sem imela ne samo ljubeznivo mater, ampak tudi srčno dobrega očeta. Po materini smrti se je moj oče še enkrat poročil. Z ženo je živel na Dunaju. Tudi sama sem po rodu z Dunaja, toda z možem sva odšla v Nemčijo, kjer sva se leta 1977 ustalila v Münchnu. Tako se je zgodilo, da sva se z očetom v letih, ki so sledila, redkokdaj videla. Toda srečanj sva se vedno zelo veselila. V letih 1982/83 pa se je moj oče spremenil. Za nič več se ni zanimal, postal je ravnodušen, celo odsoten, in ko sem prišla na obisk, je to komajda opazil. To me je

nekako težilo, saj ni bilo med nama nikakršnega vzroka za nesoglasje. Ni bil več takšen kot prej, in jaz, četudi psihologinja ter – kar pove še mnogo več – njegova hči, nisem razumela, kako je to mogoče. Tudi pogovor z njim o tem je bil brezuspešen, kar zehal je in se skrival za svojo utrujenostjo.

Spomladi 1983 je izšla moja četrta knjiga, in ker sem ravno potovala na Dunaj, sem vzela s seboj čisto nov izvod pravkar natisnjene knjige in jo po uvodnem pozdravu izročila očetu. Na hitro jo je pogledal in mi jo vrnil s pojasnilom, da jo lahko obdržim, ker je tako in tako ne bo bral. Tedaj sem začutila, kako se v meni dviga val jeze, zame je bilo to skoraj kot žalitev. Končno bi mu darilo njegove hčere, sploh pa knjiga, ki jo je sama napisala, moralo pomeniti neko vrednoto, neodvisno od tega, ali ga vsebina knjige zanima ali ne. Bila sem že na tem, da bi svojo jezo izkašljala, takrat pa me je nekaj zadržalo. Tega ne morem povedati drugače kot z besedami: zaustavil me je neki notranji glas. Vtaknila sem knjigo nazaj v torbico in nisem rekla ničesar.

S psihološkega stališča se lahko na najrazličnejše načine spustimo v razlago te scene. Lahko bi na primer domnevali, da se nisem upala upreti svojemu očetu, ker da sem zapadla v jaz svojega otroštva in počepnila pred strogim gospodom očetom. Toda to preprosto ni držalo, saj se nisem čisto nič bala razpravljati z njim. Temu sem se odpovedala povsem in popolnoma prostovoljno, sledeč nenavadni gotovosti, da je to iz neugotovljivih vzrokov edino pravilno.

Leto pozneje, 1984, je bila uganka pojasnjena. Pri mojem očetu so odkrili za pest velik možganski tumor, ki so ga tudi operativno odstranili, vendar oče posega ni preživel.

Od zdravnikov sem izvedela, da je tumor rasel več let in da je moral okrniti očetovo miselno sposobnost, o čemer pa ni nihče ničesar slutil.

S tem primerom želim opozoriti na dejstvo, da v človeku ne obstaja le gonsko nezavedno, ampak tudi duhovno nezavedno, kakor je to dokazal Viktor Frankl.²⁰ Človeško bitje za razliko od živalskega ni gonsko bitje, marveč odločujoče se bitje, in kolikor je odločujoče se bitje, toliko je tudi odgovorno bitje. Vendar kriteriji, po katerih se človek odloča in soodloča glede eksistencialno pomembnega v svojem življenju, segajo v globino nezavednega področja. To so, če hočete, odločitve vesti, ki se ne sprejemajo z glavo, ampak s srcem.

Duhovno nezavednega ne smemo enačiti z intelektom ali celo z inteligenco. To tudi ni instinktiven občutek, s področja gonskih občutkov, ki silijo k uživanju in zadovoljtvu. Še najboljše lahko to opišemo s pojmi: občutek, intuicija, inspiracija. Navsezadnje gre za nekaj, kar ni razumljeno ali še ni razumljeno, za nekaj, kar se bo morda nekoč nekomu razodelo ali pa bo morda večno odtegnjeno dosegu razuma. Pomislimo samo na bistvo človeške ljubezni: nikdar ni mogoče razumsko doumeti, zakaj nekega človeka ljubimo, prav njega med številnimi drugimi, zakaj je prav on ali ona nekomu bližji ali bližja kot vsi drugi na svetu. Pomislimo tudi na bistvo umetnosti: nemogoče je logično osvetliti nastanek pesmi ali glasbenega dela, stvariteljska iskra ostaja skrivnost. Oboje, tako ljubezen kot umetnost, je več kot le občutek; ljubezen ali umetnost celo doseže, da ljudje sprejmejo boleče občutke, kadar so ti nujno potrebni za njihovo ljubezensko ali umetniško uresničitev.

²⁰ Viktor E. Frankl: *Človekovo iskanje najvišjega smisla* (Celjska Mohorjeva družba, 2021).

Podobno je vest enaka notranjemu, iz duhovne nezavedne globine dvigajočemu se glasu, ki ne vključuje niti racionalno niti emocionalno utemeljenih uvidov, ki jih razum in čustvo lahko *uvidita* kvečjemu naknadno. Pri tem gre za odpiranje stalno spreminjajočega se, tega, kar je *edinstveno* zahtevano od nas v vsakokratni življenjski situaciji, v kateri se nahajamo, tega, kar je s to situacijo *mišljeno*.

Po tem kratkem sprehodu v franklovsko miselno zakladnico se vrnimo k našemu pravilu št. 3, ki ne govori drugega kot to, da moramo biti pripravljeni sprejeti duhovno nezavedno v sebi, medtem ko dajemo, oddajamo duhovno zavedno. Duševno bolni ali labilni ljudje se pogosto vedejo na način, ki soljudem zelo otežuje, da bi jih razumeli. Nasproti tem imajo telesno bolni ali oslabei ljudje veliko prednost: na splošno so od svojega okolja deležni bistveno več simpatije in razumevanja. Toda to, da nekaj razumemo, nam še ne daje pristojnosti, da to presojamo, to, da nečesa ne razumemo, pa nam še ne daje pravice, da to obsojamo!

Kdo na primer ne bi spričo naraščajočega problema bolezenskega hujšanja pri dekletih najraje pomislil: Dekleta bi morala samo več jesti in problem bi bil odpravljen! Da, problematiko je resnično težko razumeti, toda kdo natančno pozna njeno ozadje? Večina psihoterapevtov nakazuje težke duševne travme iz otroštva. Glede tega bi lahko bili skeptični, toda to teorijo so medtem že prehitela medicinska dognanja. Pri telesni teži, ki je za več kot dva standardna odklona pod normalno težo, v računalniškem tomogramu opazamo izrazito povečanje kortikalnega likvorja in medhemisfernih fisur. To pomeni, da ima odmik od norme v telesni teži svojo vzporednico v odmiku od norme v možganih. Pri vzporejanju obeh stanj ne vemo,

kaj je bilo prej in kaj je povzročilo drugo: ali je izguba telesne teže povzročila spremembo v možganih ali pa je sprememba v možganih imela za posledico izgubo telesne teže. Razen tega je kljub vzporednici možen še kak tretji psihosocialni dejavnik, ki hkrati sproža izgubo telesne teže in spremembo v možganih.

Spričo množice takšnih prepletenosti telesnih in duševnih aspektov, socialnih vplivov in osebnih odločitev se moramo zadovoljiti s tem, da vedno dojamemo le delčke *sestavljanke človek* in da moramo biti pri našem ravnanju s temi delčki skrajno previdni. Prisluhnimo svojemu notranjemu glasu; svetuje nam, naj duševno bolnega spoštujemo v njegovi drugačnosti, in nas zadržuje, da ga ne prizadenemo zaradi nepoznavanja njegovega položaja, kakor je ta glas takrat obvaroval mene, da nisem očetu z očitki storila krivice. Vest je *signalna naprava*, katere mehanizma ne moremo raziskati. Toda če njen signal sveti *rdeče*, potem je priporočljivo takoj pritisniti na zavoro, kajti smer, ki smo jo ubrali, ni prava, pa naj je videti še tako razumljiva in upravičena.

Temu naj dodamo še zadnjo opombo. V začetku sem omenila, da se ob tesnem stiku z nevrotičnimi osebami ne da izključiti nevarnosti, da sčasoma tudi sami ne postanemo nevrotični. Tudi agresivno in depresivno vedenje se lahko prenaša. Kdor mora poklicno ali v družini delati z ljudmi, pri katerih nikdar ne ve, kako je z njimi, ker skokovito menjajo svoje vedenje, ta je tudi sam duševno vedno pred skokom. S tem polagoma izgublja svojo notranjo uravnoteženost in suverenost.

Da bi se pred tem zavaroval, mora do duševno bolnih ali labilnih oseb držati nekolikšno razdaljo, ampak takšno, da že zaradi nje bolnik ne bo osamljen in zapuščen. Nasprotno,

razdalja naj prizadetemu zagotovi ostanek samostojnosti in lastne pobude. Zdravemu pa šele razdalja do bolnega daje možnost, da se bolniku vedno znova posveča z ljubeznijo in potrpljenjem. Samo iz zdrave distance nam namreč vedno znova lahko postane jasno, da ni zaman nič od tega, kar v nekoga drugega investiramo, kar za nekoga drugega žrtvujemo, kar zaradi drugega trpimo. Pot, na kateri spremljamo duševno prizadete ljudi, je tlakovana z neuspehi, ponovnimi padci in vsakovrstnimi nepreglednostmi, ki se jim ne da izogniti, in vendar je to pot, ki vodi k smiselnemu cilju. Nikjer nisem našla tega bolj posrečeno zapisanega kot v adventnem odlomku Oswalda Gritscha, ki je svoji gospe Elisi položil na jezik naslednje besede:

Natančno ne vem povedati, kajti ko gledam pot pred seboj, jo vidim le do obzorja. Kar je zadaj za tem, se skriva za soparo in meglo. In kar želim spoznati, je le domneva, oprta na skromno izkustvo, da se vse, kar delamo iz poštenega prepričanja in iz popolne predanosti, nikdar ne more izgubiti. Nekje mora to, kar smo darovali, kar smo izgubili, čemur smo se odpovedali – v neki obliki zopet zrasti; tako kot mora v naravi na čudežen način eno preminiti, da bi porajalo drugo.²¹

²¹ Iz: *Gesinnung und Gesundheit*, Herder, Freiburg im Breisgau 1987, 124–140.

PRILOŽNOST ZA DRUŽINO

Nedavno tega mi je znan založnik zagotavljal, da se knjige, ki imajo v naslovu besedo *družina*, danes slabo prodajajo. Po njegovih opažanjih naj bi bile še druge besede, ki so postale literarni tabu, na primer beseda *mir*. Knjige o miru so tačas najbolj nekurantno blago.

Da si razložimo ta pojav, ne potrebujemo nujno freudovskega nauka o potlačitvi. Na dlani je, da ni samo mir, ampak tudi družina kot institucija na majavih tleh, in da torej vsako razmišljanje o tem prinaša nelagodje.

Poglejmo na kratko najnovejšo statistiko nemške telefonske pomoči v duševni stiski, ki je registrirala povode oziroma razloge za pogovore pri tipičnih sto tisoč telefonskih klicih. V 56 odstotkih klicev je šlo za vsakovrstne družinske in medčloveške probleme, v 28 odstotkih klicev – torej točno polovici – je šlo za osebne probleme in za probleme lastne življenjske situacije, v 16 odstotkih klicev pa sploh ni šlo za probleme, ampak za splošna obvestila, za tihe klice, za šale itd. To pomeni, da vsaj v našem kulturnem krogu družinske težave zavzemajo enkratni vrh med vsemi skrbmi sedanjega časa, četudi bi se lahko zgodilo, da bi

jim nekega dne globalni problemi odvzeli prvo mesto. Če izhajamo iz statistike dunajske telefonske službe za pomoč v duševni stiski, kjer je po černobilski katastrofi odstotek s povprečno 60 klici na dan padel na povprečno 30 klicev, lahko sklepamo, da je zunanja skupnostna grožnja v družini spodbudilo tesnejše vezi, skupna nevarnost pa povečala slogo. Vse to je zmanjšalo potrebo po anonimnem iskanju nasvetov preko telefona.

Obe statistiki skupaj jasno odsevata krizo in priložnost za družino v naših dneh. Po eni strani se namreč kaže njena lastna kriza, po drugi pa tudi njena priložnost, da v nevarnostih ponudi višjo stopnjo duševne opore posamezniku, ki mu je sicer nihče ne nudi, s čimer pa dejansko prerašča svojo lastno krizo. Če se hočemo v nadaljevanju osredotočiti bolj na priložnost za družino in manj na njeno dovzetnost za krize, se pravi na njeno varovalno funkcijo in ne na njeno rizičnost, moramo upoštevati dva vidika, ki sta bila v zadnjih desetletjih deležna velikih sprememb. Tem spremembam je bil izpostavljen tudi sam sistem družine. Ta vidika zadevata: 1) človekovo razumevanje samega sebe in 2) njegovo razumevanje ljubezni.

O človekovem razumevanju samega sebe

Začnimo s človekovim razumevanjem samega sebe. To je postalo svobodno, osrednje, središčno – toda tudi negativno. Danes človek iz dogajanja v svojem življenju o sebi razume bistveno več kot prej, toda sprejemanje tega dogajanja se mu zdi težko.

Imam dnevniški zapis neke gospe, ki je šla skozi več terapij in je nazadnje poiskala nasvet tudi pri meni. Vrstice,

ki jih z njenim soglasjem navajam, je zapisala po najinem prvem pogovoru:

Najraje sploh ne bi šla tja, še pred vrati sem se hotela obrniti. Že toliko terapevtskih poskusov in kaj imam od vsega tega? Vedno isto. Potem sem le vstopila in nova terapevtka me je vprašala: »Kaj vas je privedlo k meni, kaj vas skrbi?«

In nenadoma se mi je spet vse uprlo. Naj začnem znova s svojo zgodbo? Tega ne morem več prenašati. Solze so mi stopile v oči, nič nisem spravila iz sebe. »Že vidim, skrbi imate,« je rekla, »zato moram vprašanje zastaviti drugače. Ali je v vašem življenju kakšno področje, ki ni prizadeto, ki je tako rekoč uspešno, kjer ste s svojim življenjem zadovoljni?«

Nenadoma sem prisluhnila. Tega vprašanja mi ni še nikdar nihče postavil. Nekaj nenavadnega je zavelo skozi prostor. S čim sem zadovoljna – kako je to zvenelo! Čisto počasi se je v meni nekaj razklenilo, oklep, ki mi je obdajal prsi, se je razprl. Nisem vedela, kaj bi odgovorila, toda vprašanje me je iz terapevtskega pogovora spremljalo domov. Gotovo sva se pogovarjali dve uri, toda zapomnila sem si samo to. Nekaj uspešnega? O tem moram razmisliti ...

Odlomek iz dnevnika nima na prvi pogled ničesar opraviti z družino. Gre za refleksijo nekega človeka o sebi in svojem življenju. Skoraj vsako človeško življenje ima zgodovino, ki opravičuje tudi solze. Ne pravijo zaman, da življenje samo piše najlepše, toda tudi najbolj grozljive, vznemirljive in ganljive zgodbe. V primeru prej opisane ženske ji je njena življenjska zgodba res kot oklep stiskala prsi, ker je v njej videla le negativno in neuspehe, kar je povzročilo, da se

je počutila ogoljufano, ogoljufano od življenja, da se je počutila kot nekdo, ki na mizi z darili pogreša tiste darove, ki jih je naročil, želel, prosil zanje in upal, da jih bo dobil.

Priznajmo, da na mizi bivanja včasih res zelo manjka daril. Toda povejmo to drugače: miza sama je dar. Dar je, *da* bivanje sploh eksistira, *da* sploh živimo. Od nas je odvisno, kaj bomo iz tega napravili – *mi* polnimo praznino, *mi* pogrinjamo mizo. Ženska, ki je pisala dnevnik, tega še ni uspela doumeti, česar po prvem (logo)terapevtskem pogovoru niti ne moremo pričakovati, toda že s premaknitvijo vprašanja v smer pozitivnega in uspelega je popustil oklep, ki jo je oviral, da bi spoznala vrhunce svoje življenjske zgodbe in z njimi merila sedanje možnosti.

Kako zelo so človekove sedanje možnosti v negativnem in pozitivnem povezane z njegovim vsakokratnim načinom gledanja na svoje življenje, jasno demonstrirata dva oslepela moža, ki sem ju spoznala nekoč na obisku pri skupini za samopomoč. Oba sta sorazmerno pozno oslepela: eden s sedemnajstimi, drugi z dvajsetimi leti. Eden je živel odmaknjeno življenje v osamljenosti in zagrenjenosti, drugi se je neprisiljeno gibal med svojimi tovariši, bil odprt za vsako šalo in se celo pripravljaj na pomočniški izpit. Razlika je bila v njunem stališču do dejstva, da sta oslepela.

Prvi mi je s stisnjenim glasom razlagal, kako težko da mu je, ker ni slep že od rojstva, ampak je nekoč še normalno videl. Zato ve, kaj je izgubil, in ne bo nikdar pozabil, kaj mu je za vedno odvzeto. Drugi se mi je smehljaj in menil: »Veste, moja velika sreča je, da sem dolga leta imel luč oči, četudi je vid vedno bolj slabel. Zato imam notranjo predstavo o oblikah in barvah in si lahko vse, kar se mi optično odteguje, zamišljam slikovno.«

Opažamo: dve podobni življenji lahko pri različnem gledanju porajata osupljivo različne izide v kakovosti življenja. Tudi glede družine ni nič drugače: kdor jo občuti kot breme, tega ta obremenjuje, kdor pa se v njej počuti varnega, tega varuje. Toda vrnimo se ponovno k človekovemu razumevanju samega sebe v spremembah časa. Ugotavljamo, da se človek danes bolj kot prej spoštuje in se ima za pomembnega. Takšen razvoj je v načelu vredno pozdraviti. Pri procesu individuacije se, kot je to zelo diferencirano opisal C. G. Jung, spodbuja jaz, da naj jaz postane individuum in naj najde pot do samega sebe. Tudi po Viktorju E. Franklu je jaz vse življenje na poti k svojemu razcvetu, čeprav je v bistvu že od vedno bil individuum, nedeljiv in nezdružljiv z drugim individuumom. Toda Frankl gre – kot pred njim že Alfred Adler – še korak dlje, česar pa ljudje v okviru današnjega samorazumevanja zlepa ne razumejo: smisel individualnosti vidi izpolnjen šele v skupnosti. To pomeni, da celotno najdenje sebe in razvoj samega sebe ni in ne more biti končni cilj vsega človekovega stremljenja, v neki obliki mora preko sebe segati k drugim ljudem. Frankl o tem dobesedno piše:

Čim bolj je človek diferenciran, tem manj ustreza normi – tako glede povprečja kot glede ideala; ampak za ceno te normalnosti oziroma idealnosti si je kupil individualnost. Toda pomen take individualnosti, smisel človeške osebnosti je vsakokrat usmerjen v skupnost in v razmerju do nje. Kakor namreč enkratnost daje mozaičnemu kamenčku vrednost izključno v razmerju do celotnega mozaika, tako je smisel vsake človekove osebne edinstvenosti izključno v njeni pomembnosti za nadrejeno celoto. Tako smisel osebne bivanja kot

oseb, kot smisel človeške osebe kot osebnosti, presega lastne meje, napotuje na skupnost; smisel individua presega sam sebe v smer skupnosti.

In dodaja: Tako se nad čutno, torej nekako le »na stanje vezano« danostjo človekove družbenosti kaže skupnost v njeni odpovedi. Iz njene gole psihološke ali celo biološke dejanskosti – človek je vendar »zoon politikon« – postane etična zahteva.²²

S tem hočem reči, da človek nikdar ne stoji v družbi zgolj kot posamičen individuum, kot da se v njej samo nahaja, podobno kot bi kdo stal sredi pokrajine, ki mu ugaja ali ne ugaja, ki je dostopna ali nedostopna, ampak hočem reči, da je človeku družba, ki ji pripada, *podana*, tako rekoč položena na srce kot nekaj, za kar mora samega sebe sovlagati, da jo v dobrem sooblikuje – kot nekaj, za kar je potem dober tudi sam. Ta biti-dober-za-družbo daje individuu smisel, to bistveno prispeva k osmišljenemu življenju.

S tega vidika sedaj bolje razumemo, zakaj v samorazumevanju današnjega človeka miza z darovi življenja včasih deluje tako prazno. Ljudje mnogokrat spregledajo, kaj je bilo nanjo naloženo za tiste, s katerimi sedijo skupaj pri mizi. Da, včasih celo pozabimo postaviti zanje kaj na mizo in cenimo edino tisto, kar najdemo na njej samo zase in je tja postavila usoda ali drugi ljudje. Potem na njej pogosto ne ostane kaj dosti.

Nekoč je prišla k meni pacientka in mi v joku povedala, da je njen 19-letni z drogo zasvojeni vnuk pred letom in pol umrl, čeprav se je zanj zelo zavzemala, ter da si od tedaj duševno ne more opomoči. »Sedaj me nihče več ne potrebuje,« je hlipala. Oklenila sem se teh besed, kajti zdele

²² Viktor E. Frankl: *Zdravnik in duša* (Celjska Mohorjeva družba, 2015).

so se mi ključne za njeno žalost. Pacientki sem rekla, da je njeno žalovanje za vnukom popolnoma razumljivo in da za njim tudi mora žalovati kot v spomin na mrtvega, ki ostaja nepozabljen. Žalovanje na neki način objokovanega gotovo ohranja v živem spominu. Toda z dejstvom *potrebnosti* ni imela bolečina njenega žalovanja ničesar opraviti. Če bi vse potekalo idealno in bi pacientkin vnuk ostal zdrav, bi bilo zelo verjetno, da je s svojimi 19 leti tudi skoraj ne bi več potreboval, vsaj ne tako intenzivno kot potrebuje bolnik pomoč svoje okolice; šel bi po svojih poteh. Iz tega sledi, da vnuk babice tako ali tako – ne v tragičnem ne v idealnem primeru – ne bi več potreboval. Njena dolžnost je bila, da si kljub svoji žalosti za umrlim poišče novo nalogo, poišče nekaj, kjer bo znova potrebna, kar bi bila morala storiti tudi, če bi njen vnuk ozdravel in še naprej živel. Občutka, da je nihče več ne potrebuje, ni mogla pripisovati smrti vnuka. To dejstvo je morala obvladati in odpraviti neodvisno od vnukove izgube.

Ko je pacientka med najinim pogovorom to uvidela, je tudi spoznala, da miza njenega bivanja sploh ni prazna, kot je menila pred letom in pol. Pogrnjena je bila z ljubeznijo in skrbjo, ki ju je namenjala mlademu možu, in tam je bilo tudi to, kar je k skrbi dodala po njegovi smrti, namreč da ga ni pozabila. Toda zraven je bil še prostor; prostor, da se znova vključi v družbo, ki potrebuje njo in morda tudi njeno osebno izkustvo trpljenja, zaradi katerega je bila zdaj občutljivejša za trpljenje drugih. In sčasoma ji je res uspelo ta prostor zapolniti, tako da se je priključila laičnim prostovoljcem za svetovanje na področju problemov z drogami.

Govorili smo o človekovem razumevanju samega sebe in o tem, da je vsak človek absoluten individuum, čeprav se

smisel te individualnosti določa šele v skupnosti. To trditev se da obrniti, kajti tudi vsaka prava družba je usmerjena k harmoničnemu sodelovanju samoodgovornih in samostojnih posameznikov.²³ Po tem se razlikuje od množice, ki ne trpi nobene individualnosti, ampak vse svoje pripadnike, ali bolje rečeno sotekače, poravna, enako usmerja, sili k podrejanju prevladujoči volji. Posameznik, ki se pusti vsrkati množici, doživi razosebljenost, izmakne se samokontroli in množica ga le še izkorišča za dosego svojih ciljev.

Skupnost pa nasprotno temelji na prostovoljnem sklepu posameznih osebnosti, ki obdržijo svojo osebnost neokrnjeno in temu primerno znotraj skupnosti tudi izvršujejo osebne funkcije, ki tej skupnosti dajejo smisel.

Vprašajmo se sedaj: kaj od vsega tega imamo lahko za priložnost družine v našem času? Na prvi pogled se srečujemo z goro dvomov, ki se stalno napajajo z zastrašujočimi podatki. Narašča število razbitih zakonov. Vse to se ne dogaja povsem neodvisno od tega, da je začel človek samega sebe potiskati v središče. Zaradi tega je vse bolj dovzeten za doživljanje lastne ogoljufanosti s strani življenja, ki smo ga že omenjali, vse preveč poudarja negativno. Po drugi strani pa se oblikuje njegova zavest individualnosti, in to je – pa naj zveni še tako nasprotujoče si – razvoj, ki družino podpira. Kajti tudi družina je skupnost, morda sploh najtesnejša in najintimnejša skupnost, in kot takšna posamezniku nudi priložnost, ki je ne sme podcenjevati, da se prek izpolnjevanja družinskih nalog – v njihovi individualni danosti – prebije do eksistence, izpolnjene s smislom.

Zaradi tega pomeni naraščajoča zavest individualnosti celo pozitivno priložnost za institucijo družine. Ta preneha

²³ Prav tam.

biti hierarhična tvorba, v kateri ima samo eden oblast govoriti in kjer velja samo poglavarjeva beseda, ne glede na to, ali je pravilna ali napačna. Spreminja se v pravo skupnost, v kateri vsak – na svoj način – prispeva svoje.

V tem času se nahajamo v vihnem prehodnem obdobju, ki pogosto omahuje med že ne več zadostnim občutenjem skupnosti ter še ne zadostno zavestjo individualnosti, razdvojenim med *jaz* in *mi*, ki ne upošteva, da se enega brez drugega ne da uresničiti. Toda to še ni razlog, da instituciji družine sploh ne bi več priznavali njene priljubljenosti, nasprotno: kolikor bolj se bo posameznik oziral prek svojega bivanja v njegov smisel, toliko bolj bo zopet odkrival družino kot skupnost, ki bivanje ohranja in smisel daje.

Kako zelo še tičimo v prehodni stopnji, se med drugim kaže tudi v psihološkem ukvarjanju z družinskimi problemi, kjer niti strokovnjaki ne uberejo vedno pravega tona. Doživela sem na primer, kako se je nekoliko zavrt, plah moški med skupinskim terapevtskim pogovorom odprl in priznal, da se je med zadnjim zdraviliškim zdravljenjem spozabil s skokom čez plot. Takrat se je vodja skupine zasmel in vzkliknil: »No, hvala Bogu, končno ste le napravili nekaj zase!«

Seveda vem, kaj je hotel kolega s tem izraziti. Pacient je bil očitno vse življenje pod dominanco drugih oseb, morda celo pod copato svoje žene, kakor temu pravimo. Torej se mu je zdelo, da je v interesu njegovega lastnega razvoja, da si upa enkrat uiti iz jarma. Kljub temu se sprašujem, ali je bil ta »pobeg« dejanje osebne odločitve ali pa samo upor proti dominanci – četudi s podreditvijo neki drugi dominanci –, namreč dominanci gonskega življenja. In človek se vprašuje naprej, ali je pacient s takšnim

tveganjem skupnosti, ki ji je pripadal, v tem primeru zakonske skupnosti, *zares napravil nekaj zase* – name vsekakor ni napravil vtisa zelo srečnega, ampak prej ranjenega človeka, česar niti terapevtove besede niso mogle spremeniti.

Po mojem mnenju bi bilo treba tega moža usmerjati k višji stopnji samorazvoja; razviti bi morali njegovo dovezetnost za to, kar je *njegovo*, za to, kar naj bi smiselno prispeval. Drži, da samo s podrejanjem in pridno ubogljivostjo ni prispeval k skupnosti mnogo smiselnega, tudi potem ne, če bi bil svoji ženi zvest le iz strahu. Toda storil bi lahko nekaj drugega, ne samo da bil naredil nekaj zase, ampak za oba, zase in za družino, s tem da bi se v prihodnosti prostovoljno odpovedal skokom čez plot. Tako bi individualno prispeval k uspehu zakonskega življenja, pri tem pa bi se dobro zavedal, da mu zunajzakonski odnosi ne povzročajo nobenih težav, da mu prinašajo celo zadovoljstvo, a ga oddaljujejo od ljubezni do žene. *To* bi bila stopnja, katere doseg bi odvzel bolečino iz njegovega srca. S tem pa smo dospeli do drugega dogovorjenega aspekta, do razumevanja ljubezni modernega človeka.

O človekovem razumevanju ljubezni

Medtem ko je človekovo razumevanje samega sebe v spremembi časa postalo bolj centralno v pomenu bolj središčne točke, je njegovo razumevanje ljubezni postalo bolj decentralno v pomenu, da se z lahkoto oddalji od notranjega jedra bitja človeka, ki ga ljubi, in so v to mnogo močnejše vključene zunanje danosti.

Tako sem še pred kratkim v neki rubriki medicinskih nasvetov brala o izpovedi mlade žene, ki je zapustila leto

dni starega otroka, ker se je rodil s pohabljenimi nogami, ona pa je odtlej trpela zaradi depresij. Zdravniški komentar k temu: preden je otroka zapustila, naj bi se izčrpno pozanimala o možnostih za njegovo zdravljenje, ker bi bilo to ob današnji stopnji razvitosti operacijske in kompenzacijske tehnike iz tega ali onega razloga zelo verjetno uspešno.

Odkrito povedano, se mi je komentar zdel izrazito ciničen, četudi je bil verjetno mišljen drugače, verjetno tolažil en za matere v podobnih položajih. Toda ostati-pri-otroku, podarjati-mu-materino-ljubezen, tega ne moremo povezovati z dobrimi ali slabimi možnostmi za ozdravljenje po prirojeni napaki. Po mojem prepričanju gre tu za drugačno navzkrižno povezavo: za povezavo med depresijami, ki so se pri materi pojavile, potem ko je otroka zapustila, in materinim občutkom krivde.

Na srečo ta primer ni pravilo, vendar kljub temu pojasnjuje, kaj je mišljeno z decentralnim razumevanjem ljubezni. Pri tem ne ljubimo osebe, tega, kar nekdo *je*, ne ljubimo njenega najbolj notranjega jaza, središča njene biti, ampak nekaj, kar ta oseba *ima*, kar *ima* na sebi, nekaj, kar nekomu *na njej* ugaja. Njen zunanji videz, morda nepohabljene noge, modre oči ali akademski naslov, vpluden nastop, napolnjen bančni račun itd. Viktor E. Frankl v svoji knjigi *Zdravnik in duša*, v znamenitem 4. poglavju O smislu ljubezni, opisuje tri različne stopnje ljubezenskega odnosa med možem in ženo, ki jih imenuje seksualna ljubezen, erotična ljubezen in prava ljubezen.

Seksualna ljubezen se zadovolji s partnerjevo telesno privlačnostjo in z lastno odzivnostjo nanjo, je preprosta in najbolj animalna. Erotična ljubezen, ki pomeni to, kar na splošno označujemo z zaljubljenostjo, prek telesnega

vključuje tudi partnerjev duševni svet, njegove lastnosti, njegov način obnašanja, njegova razpoloženja in občutke. Tudi nanjo je odgovor emocionalen. Vendar prava oseba, tista, ki stoji zadaj, individuum v vsej svoji svojevrstnosti in nezamenljivosti, o katerem smo govorili prej, v njej še ni zajeta. Samo prava ljubezen prodre do duhovnosti in individualnosti druge osebe in jo uzre v polnosti njene biti. Ker pa biti v nasprotju z vsem, kar človek ima, ni moč izgubiti, je tudi prava ljubezen neminljiva, ne potrebuje nujno izvrševanja seksualnega srečanja, ne potrebuje čustvene skladnosti, ne potrebuje niti prisotnosti, niti bližine, niti živosti partnerja. Nobena skrivnost ni, da prava ljubezen do človeka ostane tudi po njegovi smrti.

Iz povedanega je razvidno, da razumevanje ljubezni, ki je močno usmerjeno na zunanje danosti – te nujno obstajajo na ravni posedovanja –, kot je to v našem opisanem primeru, potisne fenomen ljubezni na minljivo stopnjo. Če nekdo nima več tega, kar je drugemu na njem simpatično, če nima več česa dati, če ne more dati, kar se od njega pričakuje, potem ne spadata več skupaj. Ključavnica nima več oblike, v katero bi bilo moč vtakniti njej pripadajoči ključ – da, potem je treba ta ključ spiliti ali pa ga nadomestiti z novim. Vidimo, da veliko število razvez in ločitev, ki danes pretresajo naš zahodni svet, ni povezano le s tem, da se v središče pozornosti vedno bolj potiska lastni jaz, ampak tudi s tem, da nam izpred oči vse bolj in bolj izginja središče zakonca, njegova bistvena bit.

Te tri stopnje razumevanja ljubezni, kakor jih je predložil Viktor E. Frankl, lahko z odnosa med zakoncema razširimo na celotno družino. V okviru te razširitve seksualni ljubezni, ki nima drugega namena kot zadostitev nagona, na družinskem področju ustreza namenska

skupnost, ki je prav tako ne drži skupaj nobena druga vez kot zadostitev potrebe, ki je brez družinske strukture ni mogoče zadovoljiti. Na splošno do zaveznitva namenske skupnosti vodi delitev premoženja, povečanje premoženja ali rojevanje (produkcija) potomcev, poslovnih dedičev ipd. ter njihova vzreja. Pri tem ne smemo prezreti, da skupne želje in interesi močno povezujejo, tudi če pri tem ni nobene ljubezni (kar pa je še vedno odprto), vendar je z dokončnim dosegom smotra nadaljevanje skupnosti nenadoma odveč, podobno kot seksualni višek v nekem trenutku pogasi seksualno poželenje. Vsak nagon in vsaka potreba sta kot zapognjena sama vase: ko se jima zadosti, se izniči njun motiv.

Drugi stopnji, erotični ljubezni, na družinskem področju ustreza storitvena skupnost. Ta je nedvomno trajnejša, dokler je v ravnotežju, ker temelji na biti-si-vzajemno-koristen, kar služi vsem družinskim članom. Ti se niso združili samo zato, da bi dosegli točno določeni smoter, ki ga vsak zase ne bi mogel, ampak si medsebojno pomagajo, se dopolnjujejo, dajejo, ker hočejo tudi prejemati, in prejemajo, ker so pripravljeni tudi dajati. Nekdo ima nekaj, kar koristi drugemu, ta pa ima zopet nekaj, kar nekomu služi. Takšen vzajemni odnos med starimi starši, starši in otroki je lahko zelo soliden in stabilen. Kritičen postane šele, če kdo od družinskih članov zavrača svojo storitvenost za druge ali ko zaradi drugih vzrokov nenadoma ni več koristen. Vzajemno ravnotežje med dajati in jemati je s tem porušeno in tisti, ki dajejo, se sprašujejo, kako to, da morajo odslej dajati, ne da bi smeli tudi jemati. Sami zase začno računati, začne se analiza stroškov in koristi, in bolj ko se bilanca nagiba v smeri stroškov, toliko manjša je pripravljenost družino ohraniti. Kolikor bolj je takšno

utilitaristično stališče po meri potrošniške in industrijske družbe, kot je naša, toliko manj je primerno pravi ljubezenski skupnosti, ki na družinskem področju ustreza tretji stopnji, pravi ljubezni. Za razliko od namenske in storitvene skupnosti hoče v ljubezenski skupnosti vsak za vse storiti najboljše, najboljše za vsakega posameznega v skupnosti. In ker to hoče, bo njegovo posebno prizadevanje stalno prednostno na strani šibkejših družinskih članov. To načelo »hoteti–najboljše–za–vse« vključuje seveda tudi zdravo načelo »skrbeti–za–samega–sebe«, še zlasti tedaj, kadar »jaz« potrebuje skrb zase. S tem pa se storitev člana, ki ni koristen ali ni več koristen, porazdeli na druge družinske člane, kar ga razbremeni in mu nudi najvišjo možno podporo, tako da je pozitivna bilanca dobička končno dosegljiva vsem.

Tu se pojavi še en dejavnik: prave ljubezni ne smemo razveljaviti, niti takrat ne, ko ostane brez odziva. Kajti če ta ljubezen po svoji definiciji predstavlja slutnjo bistva ljubljene osebe oziroma ljubljenih oseb in zazrtost vanje, neke vrste duhovno bližino do njih, ki je v veliki meri neodvisna od prostorsko-časovne bližine, pa zaradi tega ta zazrtost in bližina ne postaneta tako nepredmetna, da bi ljubljene osebe s svoje strani manj intenzivno videle tistega, ki jih ljubi, in mu morda bile manj blizu. Saj lahko tudi pogled na osamljen gorski vrh, ki se veličastno dviga v nebo, poplavljen v žar zahajajočega sonca, v človekovem srcu zaneti globok občutek vznesenosti in ljubezni do narave, ne da bi ta vrh sam na primerljiv način z daljne gorske konice zrl nazaj na svojega občudovalca. Viktor E. Frankl govori celo o tem, da načeloma sploh ni in ne more biti nesrečne ljubezni; kdor je v ljubezni resnično naklonjen človeku ali več ljudem, doživi notranjo obogatitev, ki mu je z ničimer

ni moč odvzeti, pa naj tega človeka ali te druge ljudi ima zase ali nima zase, vseeno je, ali so tu ali niso tu. Terapija nesrečne ljubezni bi zato morala biti v pojasnilu, da bodisi ne gre za pravo ljubezen bodisi ne za pravo nesrečo. Eno in drugo se da popraviti s spremembo miselnosti.

To lahko ilustriramo s primerom neke moje pacientke. Ženska je imela za seboj slab zakon in ločitev. Po njenih izpovedih se je zdelo, da je bil njen zakon povsem namenska skupnost. Poročila se je kot mlado dekle, da bi se odtrgala od svojega nekoliko preveč zaščitniškega doma in se osamosvojila. Njen mož se je poročil, ker je hotel odpreti delikateso in je potreboval brezplačno pomoč, da bi se prebil skozi začetno obdobje. Njen namen je bil praktično dosežen s poroko in z odhodom od doma, njegov pa nekaj let kasneje, ko si je lahko privoščil dve zaposleni prodajalki. S tem je namenska skupnost razpadla, ostal pa je sin, ki je moral prevzeti nase običajna nihanja med očetom in materjo, oba pa sta ga indoktrinirala s sovražnostmi do nasprotni strani. Ko so se pojavile prve vedenjske motnje, je pristal v internatu.

Nekaj let pozneje je ločena žena spoznala nekega vdovca in se še enkrat odločila za zakon. Drugače kot ona je vdovec prej živel v zelo lepem zakonu in se je še vedno poln ljubezni spominjal svoje mrtve žene. Tudi na že odraslo hčer iz prvega zakona ga je vezal zelo prisrčen odnos, čeprav jo je videval le poredkoma. Nad njegovo posteljo je poleg hčerine slike visela slika umrle žene.

Potem se je zgodilo nekaj, kar je novo oblikovano družinico izredno ogrozilo. Žena se je v svojem novem odnosu histerično ljubosumno odzivala na pozitivne spomine, s katerimi se je mož spominjal svoje prve sopotnice. Ker ona ni imela nikakršnih pozitivnih spominov na svoj

razbiti zakon, bi se po njenem moral takšnim pozitivnim spominom odpovedati tudi on. Njegovo staro pohištvo je moralo iz hiše, slike so morale s sten, urejanje groba umrle naj bi prevzela pokopališka vrtnarija. Nobena podrobnost ni smela spominjati na prejšnje obdobje. Vendar je bilo vse to seveda zaman, kajti prave ljubezni se ne da izničiti in tudi ne iztrgati iz srca, pa naj obstajajo spominki na ljubljenega človeka ali ne.

Žena sploh ni dojela, kako velika priložnost je bila zanj, da je našla partnerja, ki je bil sposoben prave ljubezni, kajti samo to je njen drugi zakon obvarovalo pred ponovno katastrofo. Njen mož je za plohami njenih zmerjanj prepoznal duševno stisko in ji poiskal svetovalca za duševne težave, ki bi ji lahko pomagal. Na tej poti sta prispela k meni.

Ker je žena vedela, da sem psihologinja, si je takoj sama postregla s psihološko interpretacijo svojega vedenja. Očitno naj bi potlačila mnoge neprijaznosti in poniževanja svojega prvega moža, zdaj pa naj bi se te ob kontrastu s prijaznostjo njenega drugega moža postopno dvigale v njeno zavest ter ji tam motile dobro počutje. To je bil zelo površen poskus analize, ki mu je nasprotovalo samo to, da je manj potlačila, več pa hiperreflektirala. To pomeni: ni šlo za to, da o nečem ni hotela ničesar vedeti, ampak je nekaj preveč upoštevala in precenjevala, namreč odnos svojega moža do njegove prve žene. In zakaj je ta odnos hiperreflektirala? Ker je v njem prvič v življenju spoznala pravo, pristno ljubezen, kar pa ji je predočilo, da sama za takšno ljubezen doslej ni bila sposobna. Sram jo je bilo pred seboj – to je bilo vse.

Potrebno je bilo le nekaj pogovorov in lahko je pustila pri miru neprestane neprijaznosti in poniževanja svojega

prvega moža preprosto zaradi tega, ker je uvidela, da tudi sama ni nikdar prednjačila v ljubezni do njega. Naslednji terapijski korak se je ponujal kar sam od sebe: vsaj enkrat v življenju je hotela nekega človeka resnično ljubiti in zato je imela v svojem drugem zakonu najboljšo priložnost. Sedaj je ob sebi imela resnično ljubezni vrednega tovariša, morala bi samo prav videti, prav prisluhniti, zaslutiti in začutiti njegov resnični jaz. Njeno krčevito kroženje v samopomilovanju je počasi izginjalo, oklep njene življenjske zgodbe ji je padel s prsi, podobno kot pri ženi, ki sem jo predstavila v začetku poglavja. Vedno bolj ji je uspevalo obdržati pogled na notranjem bistvu svojega zakonca. In bolj ko se je tega zavedala, bolj ji je bilo jasno, da ji spomin na prvo ženo v njegovem srcu ničesar ne jemlje; ta spomin je bil namreč že zunaj prostora in časa, v razsežnosti, v kateri ni več kategorij mnogo ali malo, pred tem ali za tem. Tu in zdaj pa je bil v njegovem srcu zagotovo prostor zanjo, in kakor se je izkazalo pozneje, je bil v njem celo prostor za njenega sina. Skupaj sta se odločila, da ga iz internata vzameta domov, s čimer je družina zopet postala prava, in to celo zares srečna družina.

Priložnost za družino

Potem ko smo razmislili o človekovem razumevanju samega sebe in o njegovem razumevanju ljubezni v našem času, bomo za zaključek iz vsega tega potegnili posledice, ki se nakazujejo kot priložnost za družino. Priložnost je, kot smo to že večkrat omenili, dvojna. Prvič je družina skupnost, v kateri se lahko izpolni smisel posameznikove individualnosti, kakor bi to izrazil Viktor E. Frankl. Vsak

človek vse svoje življenje išče smisel in lahko ta proces iskanja smisla optimizira le, če zadene ob zahtevo, ki terja njegov individualni odgovor in njegov osebni prispevek. Tega nihče ne more dati takšnega in tako kot on.

Takšna zahteva je za posameznika družina. Mnogo bolj kot tim delovne skupnosti živi družina od nezamenljivih prispevkov svojih članov. Pri delu je nekdo varilec in nekdo mojster, nekdo inšpektor in drugi pismonoša. Če varilca ni, je treba zaposliti novega, in če pismonoša zboli, mora njegovo delo prevzeti drug pismonoša. V družini pa ni oče le tisti, ki služi denar, mati le gospodinja in čistilka, stara mati varuška in dojenček splošni objekt skrbi. V družini se ob izpadu enega družinskega člana ne da preprosto poiskati drugega, ki naj bi prevzel njegovo vlogo. Gotovo bo morebitni izpad dohodka v kakšnih okoliščinah lahko nadomestila zavarovalnica ali socialna služba, nič pa ne more nadomestiti očeta. Sosea tudi lahko priložnostno vskoči pri kuhanju ali čiščenju, toda nikdar ne more nadomestiti matere. Ne, niti babice ali dojenčka ne more odtehtati druga babica ali drug dojenček, četudi tadv zmoreta k skupnosti prispevati kaj malo produktivnega. Poskusimo samo materi, ki je izgubila svojega dojenčka, potisniti v naročje tujega – odzvala se bo s solzami. Za družino posameznik ni najvažnejši zaradi tega, ker dela nekaj pomembnega, ampak zato, ker vse, kar dela, dela na svoj individualni način in s tem v družini doseže stopnjo zaupnosti, da je zaradi nje za družino na vsem svetu edinstven.

V tem tiči tudi problem, zakaj se ni mogoče ločiti od zakonca, da bi ustanovili partnerstvo z drugim partnerjem, brez občutnega duševnega nasilja. Drugi, naslednji partner ima svojo lastno individualnost, ne more igrati nadomestnega moža ali nadomestne žene. Zakona, ki se konča z ločitvijo

ali smrtjo, ni mogoče ponovno vzpostaviti, lahko se sklene le popolnoma nov zakon. Tudi ni mogoče, da bi eden od staršev otrokom nehal biti oče ali mati, nekdo od krušnih staršev pa jim postal oče ali mati. Seveda lahko stari odnosi zbledijo in se stkejo novi, toda vsak družinski odnos ima svojo enkratnost z vsemi prednostmi in pomanjkljivostmi. Dejansko je enak mozaiku, ki ni nikdar več zopet istoveten sam s seboj, če en njegov delček odvezamemo oziroma ga nadomestimo z drugim. Če vse to povzamemo, lahko torej rečemo: družina daje posamezniku priložnost, da postane individualen del smiselne celote in da na tej poti pride do najglobljega smisla svojega lastnega bivanja.

Naj omenimo še drugo veliko priložnost za družino, ki se pokaže takrat, ko gre v družini za pravo ljubezensko skupnost. V tem primeru to ni samo posebnost vsakega kamenčka v mozaiku, zaradi katere je ta edinstven in nepogrešljiv za celotno sliko, ampak je tu tudi vezivo, ki kamenčke nerazdružno drži skupaj na mestu, ki jim v njihovi posebnosti pripada. To vezivo je ljubezen. Človekovemu prahrepenenju po s smislom izpolnjenem življenju se pridružuje tudi prahrepenenje po tem, da bi bil ljubljen, in to takšen, kakršen je, brezpogojno, brez »če« in »toda«. Kljub slabostim in krivdi, v vsej bednosti, ki se drži tako nepopolnega bitja, kot je človek, in vendar tudi ob priznanju dobrega, ki mu je uspelo ali se je do njega mukoma dokopal, v čemer je dostojanstvo človeka, duhovno svobodnega bitja. V vseh pomembnih religijah je živa ideja, lahko jo imenujemo tudi upanje, da mora obstajati absolutna varnost, ki ni od tega sveta, ki pa nas spremlja skozi ta svet, varnost, ki nas pozna bolj, kot smo kadarkoli sposobni spoznati sami sebe, ki nas ljubi, kot more ljubiti samo Bog.

Slaboten odsev tega pada kot las tanek žarek v socialno zgradbo družine, če tam niso okna in vrata zaplankana. Ljubezen, pravo ljubezen, smo definirali kot slutnjo bistva biti ljubljenega človeka, kot zazrtost v njegovo bistvo – kaj je to drugega kot najvišje možno poznavanje drugega? Nadalje smo glede tega ugotovili, da prava ljubezen sega preko obojestranskega »biti-na-uslugo« in »biti-koristen« ter želi drugemu najboljše zaradi njega samega – kaj je to drugega kot človeku brezpogojno dana varnost?

Tako družina kot ljubezenska skupnost zmore svojim članom podariti to, da so spoznani, kar jih rešuje vsakršne lastne odtujenosti ter jih približa njihovemu resničnemu jazu. S tem jim daje občutek varnosti, kakršnega ni nikjer na tem svetu, če pa že je, je tam, kjer človeka ljubijo zaradi njega samega.

Ni čudež, da je človekovo prazaupanje odvisno od tega, koliko ga je kot otroka nekdo spoznal in koliko se je pri nekom počutil varnega. Da moremo za svoje otroke ujeti tisti mali odsev Božje ljubezni, katere odblesek je človeško prazaupanje, moramo kot odrasli sprejeti to dvakratno priložnost za družino.²⁴

²⁴ Iz: *Rat in ratloser Zeit*, Herder, Freiburg im Breisgau 1988, 55–73.

SOBIVANJSKI AKT LJUBEZNI

Sigmund Freud je s svojega vidika poimenoval dva cilja, ki naj bi ju dosegla terapija. Duševno bolni pacienti naj bi znova pridobili:

- a) *zmožnost za uživanje,*
- b) *zmožnost za delo.*

Viktor E. Frankl je enega teh dveh terapevtskih ciljev preoblikoval in jima dodal še tretjega. Z njegovega vidika naj bi duševno bolni pacienti znova pridobili:

- a) (namesto zmožnosti za uživanje) *zmožnost za ljubezen,*
- b) *zmožnost za delo,*
- c) (in še dodatno) *zmožnost za trpljenje.*

Če so torej to terapevtski cilji, ki jih moramo doseči s posredovanjem v krizah, potem moramo za preprečevanje krize čim bolj ohranjati in ne izgubiti nobene od naštetih treh zmožnosti, sicer nam grozi duševna bolezen, zaradi katere je potem nujna psihoterapija. Da zaokrožimo našo malo znanost o psihohigieni, v nadaljevanju premislimo, kaj človekovi zmožnosti za ljubezen in za delo vsebujeta in zahtevata. Pri tem bomo neprestano mislili na to, da

je duševna trdnost možna tudi potem, ko ostanemo brez ljubezenskih odnosov in se nam tudi poklicna pričakovanja ne izpolnijo, ko smo torej zadeli ob človekovo zmožnost za trpljenje.

Oglejmo si najprej zmožnost za ljubezen. Viktor E. Frankl je popolnoma zavestno spremenil besedo zmožnost za uživanje v zmožnost za ljubezen, ker v ljubezni ne vidi užitka za zadovoljitev lastne potrebe – tudi v obliki sublimacije spolnosti ne –, marveč izraz nečesa, kar močno presega zadovoljevanje lastnih potreb, namreč sobivanjsko dejanje. Človek, ki ljubi in je tridimenzionalno bitje, lahko v tej svoji telesno-duševno-duhovni celovitosti do-sega (do-ume) drugega človeka v njegovi telesno-duševno-duhovni celovitosti (totalnosti) tako rekoč s srečanjem enega bivanja z drugim bivanjem. Lahko pa tudi vztraja v dvo- ali celo enodimenzionalnem odnosu. Takrat sicer pride do telesnih in duševnih stikov, ne pride pa do sobivanjskega akta.²⁵

Enodimenzionalni odnos se vzpostavlja z zgolj seksualnim zanimanjem za spolnega partnerja, čigar telesna privlačnost prebuja to zanimanje. Dvodimenzionalni odnos pa temu nasprotno že predstavlja razmerje do partnerjeve duševne zgradbe. Njegove lastnosti, način obnašanja in izžarevanje spodbujajo opazovalčevo čustvenost k zaljubljenosti. Vendar je tu partnerja še vedno mogoče zamenjati z vsakim, ki ima podobne lastnosti ali obnašanje, s tipom primerljivega izžarevanja. Šele pristna ljubezen prodre do osebne strukture drugega človeka in se zave neprimerljivosti jedra njegovega bitja: duhovno do-seže (do-ume) duhovno.

²⁵ Izčrpen opis v knjigi Viktorja E. Frankla *Zdravnik in duša*, poglavje »O smislu ljubezni«

Kdor ljubi v tem smislu, tudi sam ni več vznburjen v lastni telesnosti ali spodbujen v lastni čustvenosti, ampak dotaknjen v svoji duhovni globini, dotakne se ga duhovni nosilec telesnosti in duševnosti njegovega partnerja, njegovo osebno jedro. Tedaj je ljubezen neposredna naravnost na duhovno osebo ljubljenega človeka, na njegovo osebo v vsej njeni edinstvenosti in enkratnosti ... Medtem ko spolno naravnemu ali zaljubljenemu ugaja kakšna telesna značilnost ali duševna lastnost »pri« partnerju, torej nekaj, kar ta človek »ima«, ljubeči ne ljubi samo nečesa »pri« ljubljenem človeku, ampak njega samega; torej ničesar takega, kar ta človek »ima«, ampak to, kar »je«.²⁶

Ob tej definiciji se zelo dobro pokaže razlika med Freudovim in Franklovim gledanjem. Freudu zaljubljenost pomeni obliko ciljno ovirane težnje, namreč ciljno ovirane na poti k užitkov polni seksualni združitvi. Frankl pa ima zaljubljenost prav tako za obliko ciljno ovirane težnje, vendar to oviranost razlaga ravno nasprotno, namreč kot oviro na poti k pristni in resnični ljubezni.

duhovna raven	pristna, resnična ljubezen	
duševna raven	čustvena zaljubljenost	
telesna raven	zgolj spolno zanimanje	

Iz tega se vidi, kako je Frankl pojem zmožnosti za ljubezen vstavil tja, kjer Freud o cilju terapije govori kot o zmožnosti za užitek. Logoterapija zaradi tega ne trdi, da ne bi kdaj pa

²⁶ Viktor E. Frankl: *Zdravnik in duša* (Celjska Mohorjeva družba, 2015).

kdaj smeli biti zaljubljeni, toda če nikdar ne pride do globokih dvoosebnih odnosov, manjka v človekovem življenju veliko izpolnitveno področje. Ne oziraje se na to, da se kdo temu prostovoljno odpove, morda zaradi intenzivnega transcendentnega odnosa, ali da bi bil svoboden za služenje bližnjemu, kar oboje pomeni podobno duhovno bližino do sočloveka (do *ti*-ja!), seveda brez telesnega izraza, in kar zato pomeni analogno izpolnitveno področje, to za posameznega človeka pomeni, da a) bodisi ostane na stopnji zgolj seksualnega interesa do drugega spola, kar zožuje njegovo zaznavno in doživljajsko področje spolnega gona in odzivanja, bodisi b) ostane pri občudovanju anonimnega tipa partnerja in vedno znova naseda pripadnikom tega tipa.

Za zakonca to nadalje pomeni, da a) doživljata relativno malo kriz, če se srečujeta na isti ljubezenski stopnji, in da je še zlasti optimalno, če se srečujeta na najvišji stopnji pristne ljubezni, da pa seveda b) prihaja do kriz in celo do nesrečnih oziroma neizpolnjenih odnosov ali seksualnih blokad, če zakonca drug drugega srečujeta na različnih ljubezenskih stopnjah.

Največja nevarnost za zakonca je postavljati pod vprašaj nezamenljivost ljubezenskega partnerja ali trajnost ljubezenskega odnosa. Takšnega postavljanja pod vprašaj si v okvirih franklovske definicije pristne ljubezni ne moremo zamisliti.

»/T/elesna stanja preminejo, čustvena stanja niso trajna, duhovni akti pa nekako preživijo same sebe« (Frankl). Saj je znano, da ljubezen do drugega človeka preživi celo njegovo smrt. Ni odvisna od telesnosti in čustvenega odziva, marveč je z logoterapevtskega vidika *nujni pogoj* za telesno-duševno združitev. In ko ta ni ali naj ne bi bila več možna, nujni pogoj zanjo zaradi tega ne ugasne.

Partner I \ Partner II	spolno zanimanje	zaljubljenost	pristna ljubezen
pristna ljubezen	nesrečen, neizpolnjen odnos		optimalen ljubezenski odnos
zaljubljenost	nevarnost	nevarno ljubimkanje	nesrečen, neizpolnjen odnos
spolno zanimanje	nepomembna spolna avantura	spolnih blokad	

ne poraja kriz

Zato je velika naloga pedagogike in preprečevanja kriz ljudem pomagati, da prerastejo stopnjo zgolj seksualnega interesa in zaljubljenosti ter se dvignejo do pristne ljubezni. Človek, ki v tem uspe, je tudi sposoben biti zvest (→ nezamenljivost ljubezenskega partnerja) in stanovitven (→ trajnost ljubezenskega odnosa), in tako – v normalnih razmerah – samo po sebi pride do zdravega seksualnega življenja.

Vprašajmo se: kako lahko v praksi spodbujamo to preraščanje v ljubezen, zlasti prehod od zaljubljenosti do prave ljubezni? Lahko bi rekla: med drugim s pogovorom o bistvu človeške ljubezni.

Moderni človek je kljub svoji nepopisni ošabnosti v mnogih rečeh tako negotov, da mora najenostavnejše in najpreprostejše življenjske modrosti odkriti znova, četudi že tisočletja spadajo k bogastvu človekovih spoznanj. Pogosto ne ve, kaj hoče. Pogosto tudi ne ve, kaj bi lahko počel s svojim prostim časom, kar je eno najbolj nedoumljivih pričevanj bede našega časa. Nadalje ne ve, kako vzgajati otroke, o čemer priča velika zmedenost današnjih

staršev. In končno več ne ve, kaj je ljubezen. V neki nemški televizijski oddaji je Elisabeth Kübler-Ross celo dejala: »Moramo se zopet naučiti umirati.« To osvetljuje celotno širino izgubljene naravnosti v današnjem življenju.

Moramo se torej spet naučiti ljubiti. K temu učiti se ljubiti nas lahko spodbudijo zunanji dejavniki, s tem da ne sprejemamo ravnodušno napačnih usmeritev, ampak o njih vsaj razpravljamo. Med mojim svetovanjem spet in spet poslušam izjave klientov, ki dokazujejo, da je zmožnost njihove ljubezni omejena, da ustreza nezrelim predstopnjam, in vselej si vzamem čas, da bi takšne izjave doumela in jih miselno reflektirala, tudi če z akutno problematiko nimajo nič opraviti. Pri tem se v končnem učinku neredko pokaže, da je vendarle obstajala povezanost z dejanskim neuspehom, kajti kdor ne more ljubiti, ne ljubi niti sebe in svojega življenja, ali obrnjeno: kdor je v življenju neuspešen, je nekoč in nekje premalo ljubil.



Primeri izjav pacientov iz moje psihoterapevtske prakse, ki so značilni za nezrele predstopnje ljubezni:

1. »Seveda bi se rad oženil, toda morala bi biti prava. Ne bi smela biti preveč temperamentna, sicer bi bilo moje življenje preveč nemirno, pa tudi ne prepusta, kajti dolgočasim se lahko tudi sam. Morala bi biti ljubka, toda ne tako lepa, da bi vsi moški za njo obračali glave ...« (Izjava 40-letnega moškega, ki vsakih šest tednov zahaja v bordel in z žensko še nikdar ni imel globokega ljubezenskega odnosa.)
2. »Glejte, mesečno dajem 200 nemških mark za kozmetiko, ukvarjam se s športom in plešem, kar me sicer nič ne zanima, vendar to počnem zato, da bi našla prijatelja. V časopis sem že dala oglas, pa nič. Vedno imam samo bežna poznanstva, ki se vedno končajo enako. Ob tem pa nisem nič grša od drugih žensk. Kako je to možno?« (Izjava 35-letne ženske, ki je imela za seboj že 20 kratkotrajnih partnerskih zvez in kot posledico teh znanstev tudi dva splava.)
3. »Potem ko sva dobila otroke, se mi je žena vse bolj odtegovala. Vsled tega sem si svojo pravico poiskal drugje. Sedaj se nima kaj pritoževati; razen tega lepo skrbim zanjo in za otroke. Kaj več bi še hotela?« (Izjava uspešnega podjetnika, očeta štirih otrok in ljubimca stalno menjajočih se prijateljic. Njegova žena je že razmišljala o ločitvi.)
4. »Želim si sicer otroka, toda kar zadeva moške, sem kot osmojena mačka, ki se boji ognja. Moški so pač vsi enaki: najprej te z darili razvadijo, ko pa jim popustiš, jim moraš do konca življenja streči. Ne, raje imam svojo svobodo!« (Izjava mlade ženske, ki je pet let živela v zunajzakonski skupnosti; otrok

ni bilo in s partnerjem sta šla narazen. Doživela je živčni zlom in odtlej živi sama.)

Razmislimo o teh štirih izjavah pacientov glede na njihovo stališče do ljubezni. Vse se dogajajo znotraj območja posedovanja (imeti) in volje do posedovanja, nikjer ni transparentne osebne biti in zavesti o biti.

1. primer: Za sklenitev zakona pacient vsekakor predpostavlja zaljubljenost, namreč to, da so mu vseč značajske lastnosti partnerke. Imeti mora, kar potrebuje *on*. Ni usmerjen v to, kar ona *je* ali *bi mogla biti*, ampak v to, kar naj bi *imela* – v to, kar *ima zanj*. To je nevarno stališče, kajti vse, kar človek poseduje, je zamenljivo, vse to se da v pravih okoliščinah celo kupiti in prodati. Nič od tega ni združljivo z zavezujočnostjo pristne ljubezni, s povezanostjo partnerjev in odgovornostjo, ki temelji na takšni povezanosti. Gola zaljubljenost je pravzaprav kontraindikacija za sklenitev zakona!

To pacientovo stališče se dosledno kaže v tem, da si redno išče prostitutke. V takih odnosih se oba partnerja ujemata: ona hoče *imeti* denar, on hoče imeti spolno zadovoljitev: srečata se na ravni posedovanja (imeti) in se na isti ravni tudi razideta. Nobenega *odnosnega problema* ni, pa vendar ni prostitucija z vidika psihične higiene nič manj vprašljiva kot z vidika fizične higiene. Njen potrošnik se namreč navaja na razosebljeno seksualnost, kar mu lahko onemogoči kasnejšo pot do človeka vrednega ljubezenskega življenja.

3. primer: Tudi ta pacient je ravnal podobno. Kljub temu je v drugačni življenjski situaciji, poročen je in oče štirih otrok. Medtem ko prejšnjemu pacientu lahko samo svetujemo, naj se nikdar ne poroči ali pa naj svoje

razumevanje ljubezni temeljito spremeni, pa pri podjetniku stojimo pred dejstvom, da njegovemu zakonu grozi polom in so njegovi otroci v nevarnosti, da postanejo sirote ločenih staršev. Torej naj bi vendarle poskušali izboljšati pacientovo stališče, s tem da mu pokažemo, da prav njegovo stališče (česar ne dobim doma, si vzamem drugje) pojasnjuje, kako je njegova žena zanj primerljiva in nadomestljiva z drugimi ženskami, kako malo jo doumeva kot enkratno bitje, oziroma kako malo se trudi, da bi jo doumel. Domnevati smemo, da se mu je žena odtegnila zaradi tega, ker je čutila, da si sploh ni želel *nje*, da to ni bil izraz pristne ljubezni, ampak samo sla po užitku. Njen ne je veljal njegovemu samozadovoljevanju z njo.

To pomeni, da je njegovo neljubezensko stališče tisto, kar je privedlo do ženinega zavračanja, nadalje do njegovih mnogih skokov čez plot in končno do sesutja njegove domače zakonske sreče. Pri pristnem ljubezenskem odnosu med dvema zakoncema komajda kdaj pride do seksualnega zavračanja, če pa že, potem to nima bistvene vloge; eden počaka na drugega, drugi pa je na to prej ali slej spet pripravljen. In celo če spolno razmerje ne bi bilo več možno zaradi zdravstvenih vzrokov, ne bi bila to nobena nesreča – telesne ovire se ne morejo dotakniti ljubezni kot akta duhovne intencionalnosti in sobivanja.

2. in 4. primer: Obe partnerici sta zelo nesrečni. Prva zato, ker partnerstvo v svojem življenju precenjuje in si krčevito prizadeva, da bi ga zopet spravila v red. Celo tako, da se odpoveduje svoji individualnosti in se (tako kozmetično kot v obnašanju) prilagaja nekemu tipu: tipu poželenja vredne ženske, zaradi česar – in prav to je napačen sklep! – izginja enkratnost njenega bitja, ki jo edina lahko napravi vredno ljubezni.

Druga pacientka pa je nesrečna, ker v življenju partnerstvo *podcenjuje* ter se sama trdno zazidava med zidove svoje zagrenjenosti s tem, da zanika individualnost potencialnega partnerja in vse moške prišteva k enemu tipu: tipu samopašnega moža, kar – in tu smo spet priča podobnemu napačnemu sklepu! – vsakemu potencialnemu partnerju že vnaprej jemlje pravico, da bi bil kakorkoli vreden ljubezni.

Prava ljubezen, definirana kot uzrtje edinstvenega bitja druge osebe, človeku v vsakem primeru obogati življenje, celo tedaj, ko ni uslišana. Samo če se je človek, ki je bil doživel neizpolnjeno ljubezen, tega zavedel in more kljub neizpolnitvi biti za to hvaležen, samo tak človek je odprt za *sobivanjsko srečanje*. Sicer se kot prej opisana pacientka pred svojim sočloveškim okoljem zapre vase, ker noče še enkrat trpeti – četudi mu zapiranje vase končno prinaša še večje trpljenje: stisko osamljenosti.

Terapevtsko bi bilo zato človeka, ki trpi zaradi nesrečne ljubezni, napačno tolažiti, češ saj so na svetu še drugi/ druge – joka namreč zaradi edinstvenega človeka, ki ga, če ga je pristno ljubil, ne more zamenjati nihče! Tolažimo ga lahko samo s tem, da mu predstavimo, kako zelo ga je srečanje z ljubljenim človekom obdarilo, četudi je bilo časovno omejeno.

Vrnimo se še enkrat k risbi na strani 191! Polja na risbi, v katerih so nesrečni, neizpolnjeni odnosi, označujejo situacije, ko en partner ljubi, drugi pa ne. Pri tem oznaka neizpolnjeni odnos zadeva ljubečega partnerja, ki mu njegova ljubezen ni bila izpolnjena s partnerjevim vračanjem ljubezni. Vendar oznaka neizpolnjeni odnos velja tudi za drugega, ki ni v stanju ali ni voljan, da bi to, da je ljubljen, vrnil z ljubeznijo. Sreča videnja z duhovnimi očmi, sprejemanja z duhovnimi tipalkami, kar vse ustvarja čar

ljubezni, mu je zaprta. Sreča, ki pa je neuslišano ljubečemu še vedno odprta.

Nevarnost seksualnih blokad je tudi tam, kjer eden išče zgolj seks, drugi pa samo čustvo. Večinoma je tisti, ki išče seks, moški partner, in tista, ki išče čustva, ženska. Ker drug drugemu ne moreta dati, kar vsak od njiju išče, ne pride niti do zelene nežnosti niti do sproščujoče seksualnosti; in medtem ko je nežnost morda še moč hliniti, pa organizem zavrača zahtevano seksualno funkcijo, do katere čuti odpor.

S Franklom smo ljubezen, in sicer pristno, resnično ljubezen označili kot nujni pogoj človeške seksualnosti. Seksualnost ne more uspevati, če zanjo ni izpolnjen nujni pogoj. Ko pa ves svet preplavlja seksualni val, ko je pornografska ponudba raznolika kot še nikoli poprej, ko šole za ljubimkanje (flirt) poučujejo, kako se smehljati za honorar, in nudijo navodila z motom Kako osvojiti žensko, ko narašča mnogovrstnost informacij o seksualnih spretnostih, kar nedvomno pomeni, da je dejansko prakticirana seksualnost slaba, potem vemo, da je vsa generacija prikrajšana za ljubezen.²⁷

²⁷ Iz: *Psychologische Vorsorge*, Herder, Freiburg im Breisgau 1989, 129–138.



*Če tožim nad zlom,
zla zaradi tega ni nič manj,
toda pozornost vseh
se obrne vanj.*

*In ko ljudje vidijo
morje slabega,
jim upade pogum,
da bi se bojevali za dobro.
Če sem pozoren na dobro,
dobrega zaradi tega ni nič več,
toda upanje vseh
se usmeri nanj.*

*In že malo dobrega,
ki ga uzro,
jih navduši
v boju za dobro.*

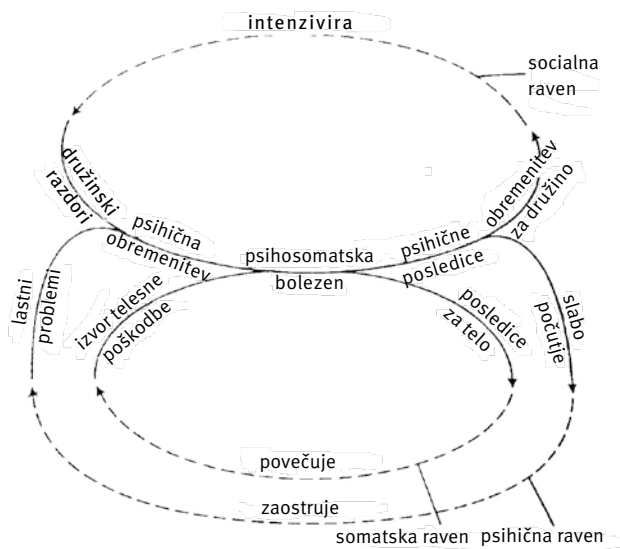
Elisabeth Lukas: *SMISELNICE*

MODEL NA SMISEL OSREDOTOČENE DRUŽINSKE TERAPIJE

Sreča posameznika ima korenine v družinski sreči. In če je družinsko vzdušje zastrupljeno, posameznik komajda lahko ostane zdrav. Znanstvena raziskava, izvedena leta 1978 po naročilu Skupnosti socialnozdravstvenega zavarovanja, je ugotovila, da je približno 40 odstotkov vseh bolezni psihosomatskega izvora, da imajo torej tudi psihično komponento. Od teh psihičnih komponent pa je približno polovica povezana z družinskimi spori in konflikti. Naravnost rečeno to pomeni, da bi se petini vseh bolezni lahko izognili, če bi bilo družinsko življenje prizadetih urejeno.

Vendar pa nima družinsko življenje velike vloge samo pri nastanku psihosomatskih bolezni. Bolezen tudi sama vpliva na družinsko življenje in ga obremenjuje. Ali če izrazimo to še splošneje: psihosomatske bolezni niso odvisne samo od velikih notranjih in zunanjih vplivov, ampak krepko delujejo tudi povratno na socialni, psihični in somatski ravni, ki jih kronificirajo.

Vprašajmo se: kako sploh pride do družinskega razdora, do zastrupljenega družinskega vzdušja? Teorija, da so pri tem vedno soudeleženi vsi družinski člani, je napačna. Navsezadnje je tudi v družini vse odvisno od posameznika, ki svobodno odloča o svojem ravnanju in si ga lahko izbira. Posameznik ni funkcija sistema, ni lutka na koncu klobčiča niti, ki izhajajo od drugih družinskih članov in se pri njem stekajo. Nujno moramo odmisлити kavzalni pristop kot pojasnjevalni model za akcijske procese, ki se dogajajo v družini, ker bi sicer ravnanje vsakega družinskega člana lahko zvedli na ravnanje drugega vse tja do Adama in Eve. Takšen postopek ne vodi k resnični pojasnitvi, ampak kvečjemu k prestavitvi odgovornosti posameznega člana na skupnostno odgovornost, kar pa potem pomeni nikogaršnjo odgovornost. Po takšnem kavzalnem pristopu za razpad družine ne bi bil kriv nihče.



Primer za kavzalni pristop razlage:

Oče pije, *ker* ga žena frustrira. Žena ga frustrira, *ker* se vsak dan jezi nad svojim najstarejšim sinom. Najstarejši sin jezi mater, *ker* je že kot otrok čutil, da ga ne mara. Mati ga ni marala, *ker* tedaj še ni hotela zanositi. Tedaj pa je zanosila, *ker* z možem nista mogla pametno načrtovati družine. Tega pa nista bila sposobna, *ker* je bila seksualnost za njune starše še vedno tabu. In tako nazaj v preteklost.

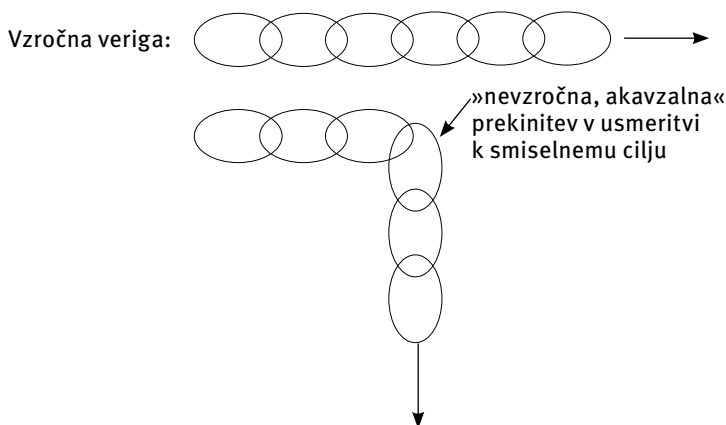
Kavzalna veriga je brez konca tudi na drugi strani.

Ker oče pije, sili hči zgodaj od doma. *Ker* hodi pogosto ven, sta mlajši sestri nevoščljivi. *Ker* sta sestri nevoščljivi, jo tožita materi. *Ker* mati dobiva negativna sporočila, se odziva psihosomatično. *Ker* je pogosto bolna, zanemarja gospodinjstvo. *Ker* gre vse narobe, oče nerad prihaja domov. *Ker* raje ostaja zunaj, gre v gostilno in pije ...

Vidimo, da kavzalni pristop bodisi izginja v pesku zgodb (stari starši so se obnašali tako in tako, *ker* so prastari starši ...) bodisi oblikuje brezkončne pentlje, ki se zopet vračajo na svoje izhodišče (vzorec začaranega kroga). Na tem boleha celotna sistemska družinska terapija, ki si prizadeva odkriti akcijske procese znotraj družine, a se zaplete v kavzalnem pristopu in na koncu odkriva samo še žrtve, storilca pa nobenega več. Če je vsak družinski član žrtev drugega družinskega člana oziroma se za takšnega ima, potem se jim v resnici ne da več pomagati.

V logoterapiji je kavzalni pristop presežen z smotrnostnim (finalnim) pristopom; to pomeni, da obnašanje posameznika manj presojamo po tem, kako je nastalo, in bolj po njegovi smiselni in ciljni usmeritvi. Za logoterapijo bi bilo seveda tudi zanimivo ugotavljati, zakaj oče pije. Toda ali je za dobro družine smiselno, *da* oče pije, in če to *ni*, ali ne bi mogel *družini na ljubo* prenehati s pitjem, pa naj

je začel piti iz kakršnegakoli vzroka že in neodvisno od tega, ali ta vzrok še obstaja? Kakor hitro se kavzalna veriga zaradi smotrnostnega zavedanja cilja akavzalno pretrga, tečejo te verige naprej v popolnoma drugi smeri kot doslej.



Oglejmo si še enkrat naš primer. Predpostavimo, da oče od nekega trenutka naprej nič več ne pije in je do svoje žene ljubezniv in prijazen, *četudi* ga ta frustrira (ker se jezi nad svojim sinom itd.). Kaj se bo zgodilo? Hči se bo doma bolje počutila, manj bo hodila ven, med njo in njenima mlajšima sestrama bo manj trenj, matere ne bosta več bombardirali z obtoževanjem, mati bo telesno in duševno trdnejša, bolje bo prenašala jezljivost starejšega sina in ne bo svojega moža več frustrirala – nenadoma oče nima več razloga za pijančevanje! Preneha torej s pitjem, ko je zanj še imel razlog, in ker je prenehal piti, je izginil tudi razlog za pitje!

Da bi se prekinila nesrečna brezkončna pentlja, torej zadošča že, da en sam družinski član stori vnaprejšnje smotrnostno dejanje, ki kavzalnim potekom podeli novo

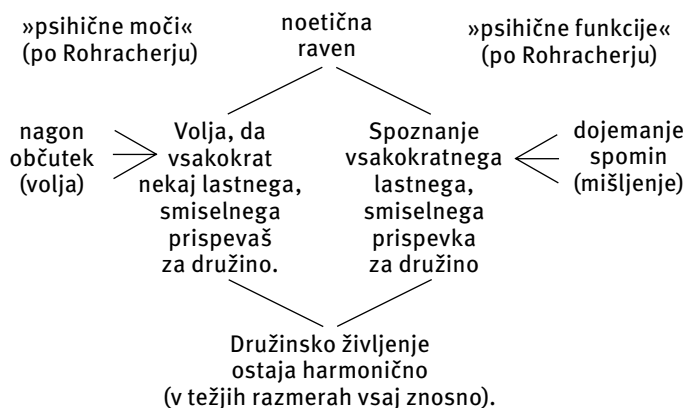
in smiselnejšo smer. O takšnih vnaprejšnjih dejanjih je treba reči naslednje: to so namerna (intencionalna) dejanja volje, uresničena z voljo do smisla, lahko bi rekli tudi: z voljo do smisla družine. Z ničimer niso povzročena in tudi niso posledica nečesa, ampak so samo hotena, zaradi tega akavzalna (pravzaprav bi se morali drugače odzvati ali čutiti, da bi mogli ravnati drugače), vendar smotrnostna (finalna). Njihovo delovanje dobro prikaže odmev. Če mi sami ali nekdo ob nas zakliče v gozd nekaj negativnega, se nam vrne negativni (čustveni) odmev, ki zopet sproži negativni odziv, in tako naprej. Tudi ta proces moremo prekiniti edino z vnaprejšnjim vložkom, da namreč kljub negativnemu odmevu v ušesih popolnoma in čisto akavzalno zakličemo v gozd nekaj pozitivnega, ne pa tako, da poskušamo analizirati izvor negativnega odmeva.²⁸

Pri tem miselnem pristopu ne postane vsak le žrtev drugega, ampak je vsak storilec iz lastnega nagiba, četudi je vsebina njegovega dejanja samo v tem, da na to, kar mu je storjeno, reagira tako ali drugače. S tem je – tudi za srečo vse družine – odgovoren posameznik, odgovornost pa se ne razblini v nekakšni razpršeni skupnostni odgovornosti, za katero ni nihče pristojen.

Na smisel osredotočena družinska terapija, ki je izšla iz tega logoterapevtskega pristopa, se skladno s tem v glavnem ukvarja s posameznimi osebami. Nudi jim pomoč pri iskanju tega, kar se od njih zahteva in jim je naloženo v korist njihove družine, pri iskanju smisla, ki ga vsak posameznik lahko tu in sedaj uresniči za skupnost, ki ji pripada. Opogumlja ga, da vloži takšen ali drugačen

²⁸ O čarobni moči »vnaprejšnjega vložka« Elisabeth Lukas govori v knjigi *Stori prvi korak: reševanje sporov, ustvarjanje miru* (Celjska Mohorjeva družba, 2021).

vnaprejšnji vložek kot svoj osebni prispevek k harmonizaciji družine, opogumlja ga za setev, da bi soprispeval k žetvi in – bolj kot stranski učinek kot želeni rezultat – pri tej žetvi sodeloval.



Poleg dela s posameznimi družinskimi člani se v okviru družinske terapije, ki je osredotočena na smisel, občasno vodijo tudi pogovori z več ali celo vsemi udeleženci skupaj. S tem se v skupno gledišče premakne družina kot celota, ki presega posamezne osebe. Pri tem se pokaže, katera semena iz predhodnih posamičnih pogovorov so vzknila, katere stare kavzalne verige so se že izrabile. Seveda se pokaže tudi to, kaj je še treba obdelati: neprepoznana in nehotena smiselnost.

Najprej označimo sredino, center logoterapevtske prevecije in intervencije, v nadaljevanju pa označimo njuni meji, njun limit. Vsakega družinskega člana lahko privedemo prav do praga njegove lastne odgovornosti, vse do točke, ko spozna, kaj je njegova dolžnost, da se družina obdrži, da se ohrani, reši, da se dvigne njena vrednost in se

ji omogoči, da postane kraj človeka vrednega srečanja in obojestranske ljubezni. Toda onstran te točke se terapevtsko, tudi logoterapevtsko spremljanje neha, kajti onstran tega praga stoji lastni bivanjski »da« ali »ne« človeške osebe, bitja, ki je duhovno svobodno.

Iz doslej povedanega jasno sledi, da je namen na smisel osredotočene družinske terapije ohranjanje družine, četudi, samoumevno, ta terapija spoštuje svobodne odločitve posameznih družinskih članov. Zato bi rada zavrnila pogosto navajan argument, da je za zakonca včasih boljše, če gresta narazen, kot pa da stalno mučita drug drugega. Ta argument je sicer močno prepričljiv, vendar gre molče prek vprašanja, ali ni še kakšna druga možnost, da se boleče dejansko stanje spremeni v sprejemljivo najstveno stanje. Ta argument me spominja na ljudi, ki so poskušali narediti samomor. Med svojo prakso sem od njih vedno slišala podoben argument, da bi bilo namreč bolje izstopiti iz življenja kot pa se kar naprej mučiti.

Logoterapevtsko ne gledamo le na dejansko stanje (*ne ujemava se, ... preveč sva si različna, ... preveč vsega se je zgodilo*), ne samo na to, kar se z zakonsko dvojico dogaja sedaj, ampak tudi na to, kar se še lahko zgodi, kar je smiselno možno, na prihodnost, kakršna je zaradi osebnih odločitev še vedno mogoča. Temu, *kar se še lahko zgodi*, se pridružuje nekakšen *etični postulat*: to, kar je smiselno možno, *naj* se tudi zgodi; zakon je zakonski dvojici *naložen*, starševstvo je staršem *naloženo* – to je več kot samo *danost*, ki jo doživljamo kot dobro ali kot slabo, to je osebna naloga, nekaj, s čimer se človek osebno sooča.

Danosti same, če se izkažejo za neprimerne, bi že še lahko odpravili, nekaj, kar nam je naloženo, pa lahko le izpolnimo ali ne izpolnimo in oboje takšno tudi ostane,

bodisi kot uspeh ali neuspeh. Dejansko je to podobno kot pri samomorilcu, ki prav tako nikdar ne reši problema, negativnega, ki ga teži, ne odpravi s sveta. S sveta odpravi vedno le sebe samega, nerešeni problem, problem, ki ga ni zmožel rešiti, breme negativnega pa zapušča svetu. Zato vsaka razveza in ločitev neizogibno porajata občutek ne-uspeha, celo pri tistih, ki k temu sami niso veliko prispevali, ker se je tako odločil partner. Globoko na dnu duše ostaja nelagodje: najstvo ni bilo doseženo.

Optimalno zakonsko in družinsko svetovanje si prizadeva zakoncem in staršem pomagati dobro dokončati nalogo, ki so si jo nekoč sami izbrali.

Zaradi kontrasta naj to poglavje zaključim s primerom iz sistemske družinske terapije, ki mi ga je posredovala Mara S. Palazzoli.²⁹

Šlo je za družino, ki so jo sestavljali starejši slaboten oče, mlajša radoživa mati in *omejen*, se pravi duševno zaostal otrok. Starši so se bili posvetovali s strokovnjakom, da bi ugotovili, ali lahko sploh kako spodbudijo otrokov intelektualni razvoj. Poslali so jih k družinski terapevtki. Ta je celotno družino povabila na srečanja, kjer so se člani družine *razkrivali*. Na koncu je staršem ponudila naslednjo *kavzalno* razlago, zakaj je pri njihovem otroku, ki naj bi ga razumeli kot »nosilca simptoma motenega sistema odnosov«, prišlo do *omejenosti*:

a) Mati sovraži očeta, a se mu svoje sovražnosti ne upa pokazati. Samo kadar se otrok obnaša *zares omejeno*, ga oče zmerja in s tem dá materi zaželeno priložnost, da se ga loti in nanj kriči, naj ubogega otroka pusti pri miru. Za ta cilj mati potrebuje *omejenega* otroka.

²⁹ Mara S. Palazzoli v Milanu vodi velik center za sistemsko družinsko terapijo.

b) Oče se boji, da bi izgubil svojo mlado in radoživo ženo, za katero ni več dovolj privlačen in možat. Duševno zaostali otrok pa mater čvrsto drži doma in ji črpa moči, da ne išče pustolovščin zunaj doma. V ta namen oče potrebuje *omejenega* otroka.

c) Otrok sluti želje svojih staršev in jih izpolnjuje, s tem da ostaja *omejen*. V strokovnem jeziku se temu reče: prilagajanje na moteno okolje.

Tudi ob nevarnosti, da se mi bodo rogali kot nepopoljšljivi idealistki, bi rada temu poročilu dodala naslednje. Po 16 letih intenzivnega terapevtskega dela z družinami vseh slojev ne morem verjeti, da bi mati svojega otroka brez pomisleka žrtvovala zato, da bi lahko zmerjala svojega moža, da bi oče svojega otroka brez pomisleka žrtvoval zato, da bi svojo ženo privezal na dom, in da bi bil otrok pripravljen pri svojih tovariših in prijateljih veljati za *omejenega* samo zato, da bi do konca ubogljivo zadostil perverznim željam svojih staršev. Še manj lahko verjamem, da bi takšni brezsrčni starši, ki bi bili obsedeni s takšnimi namerami, iskali pomoč strokovnjaka, ker bi bili v skrbah za razvoj svojega otroka. Najmanj pa lahko verjamem, da bi lahko pomoč v obliki prej ponujene razlage količkaj prispevala k temu, da bi se otrok v bodoče vedel manj *omejeno* in da bi bilo življenje družine v prihodnje bolj harmonično.

Edino, kar verjamem, je, da je marsikateri sedANJI terapevtski pristop nujno potreben rehumanizacije v franklovskem pomenu besede. Sistemske družinske terapije, v kateri človek nastopa samo še kot funkcija sistema, ne moremo sprejeti brez ugovora.³⁰

³⁰ Iz: *Psychologische Vorsorge*, Herder, Freiburg im Breisgau 1989, 139–147.

NA SMISEL OSREDOTOČENA DRUŽINSKA TERAPIJA

Angeli smo, a le z enim krilom.

Da bi mogli poleteti,
se moramo objeti.

Luciano de Crescenzo

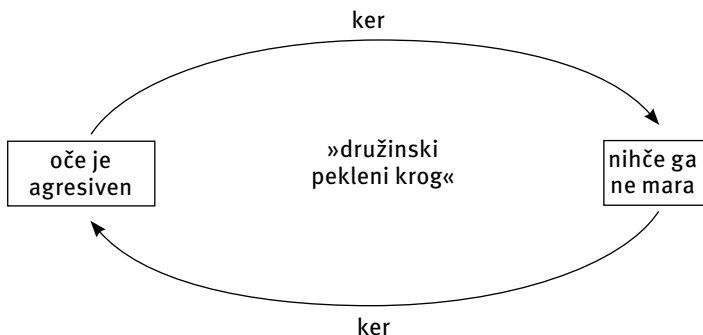
Na smisel osredotočena družinska terapija,³¹ ki izvira iz logoterapevtske duhovne dediščine, se od sistemske družinske terapije razlikuje po obratu od funkcije k osebi. Oseba je namreč v sistemski teoriji obravnavana kot nosilec simptomov motenega sistema, pri čemer šteje za bolno celotna družina ali celotna okolica. V skladu s tem je treba zdraviti bolni sistem in ne posameznika. Takšno obravnavanje nudi posamezniku sicer delno olajšanje, ker mu odvzema krivdo zaradi lastne napačne drža, toda hkrati mu tudi odvzema možnost, da bi z lastnim ciljno

³¹ Prvič predstavljena v knjigi Elisabeth Lukas: *Psychologische Vorsorge* (Herder, 1989).

usmerjenim posegom vpeljal v družino pozitivne spremembe. Po sistemskem načelu vse poteka v bolj ali manj nezavednih vzročnih odvisnostih; možnosti za ozdravitev je videti edino v njihovem odkritju in ozaveščanju.

V družinski terapiji, osredotočeni na smisel, pa se nasprotno vsak posamezni družinski član pojmuje kot svobodna in odgovorna oseba ter je zato poklican, da osebno prispeva k družinskemu dogajanju. Če je ta prispevek destruktiven, potem s tem povezane krivde ne odpišemo z razlago, da gre pač za simptom, ampak jo pustimo takšno, kakršna je, in se skupaj z družinskim članom povprašamo, kako si s svoje strani zamišlja bolj konstruktiven način vedenja in zakaj naj bi bilo tako. Spričo sistemskih (medsebojnih) učinkov se z vsakim posameznim članom izdela vnaprejšnji smotrnostni učinek, ki v primeru, da uspe, lahko zdravilno deluje na celoten splet odnosov. Pri tem je pomembno, da je takšen vnaprejšnji finalni učinek neodvisen od tega, ali povod oziroma vzrok sedanjega problema še vedno obstaja ali ga ni več. Moči nezavedne kavzalne soodvisnosti je torej postavljena nasproti moč zavestnih in popolnoma akavzalnih odločitev, ki ne izvirajo iz nobene druge osnove kot iz ljubezni do družine ter iz želje po njenem nadaljnjem obstoju. Kakor jedro sistema modela tvori odkrivanje obojestranskih manipulacij, tako je jedro na smisel osredotočenega modela družinske terapije brezpogojni vnaprejšnji vložek posamezne osebe.

Da pojasnimo konkreten postopek na smisel osredotočene družinske terapije, izhajamo najprej iz tistih motečih procesov medsebojnih učinkov, ki ljudem otežujejo skupno življenje. Ti so v sebi sklenjeni začarani krogi, podobni nevrotičnim začaranim krogom med strahom in odpovedjo, ki so tipični za psihogena obolenja.



Primer: Oče je nasilen, ker ga v družini nihče ne mara, v družini pa ga nihče ne mara, ker je nasilen.

Takšni procesi medsebojnega vplivanja večinoma ne potekajo povsem nezavedno, ampak jih družinski člani jasno spoznavajo, vendar si jih napačno razlagajo. Vsak govori: *Če bi on ..., potem bi jaz* Vsak tako rekoč daje prednost drugemu, da ta začarani krog pretrga. Če to prenesemo na naš primer, bi oče lahko zastopal stališče: *Če bi bili moji obzirnejši do mene, tudi jaz ne bi bil tako nasilen!*, medtem ko bi člani družine lahko zastopali stališče: *Če naš oče ne bi bil tako nasilen, bi bili tudi mi obzirnejši do njega!* Tako vsak čaka na spremembo, ki naj bi jo uresničil drugi, vendar se s samim čakanjem še nič ne spremeni. Kje je izhod?

Z logoterapevtskega vidika je samo ena učinkovita možnost, namreč ta, da vsaj ena stran, optimalno pa seveda obe, prostovoljno spremeni svoje lastno vedenje *neodvisno* od tega, kaj dela druga stran. Če oče ni več nasilen, *četudi* ga nihče ne mara, ali če mu drugi družinski člani dajo vedeti, da ga imajo radi, *četudi* je nasilen, je to za družino kot majhen čudež. (Pri čudežih gre vedno za akavzalnost!)

Ta čudež povečuje verjetnost, da se bodo vsi vedno bolj nagibali k sodelovanju pri procesu harmonizacije. Dobro si zapomnite: ni nujno, da druga stran vsakokrat sodeluje, kajti nihče se ne odzove samodejno. Družinski člani se lahko tudi odločijo, da bodo očeta, ki nenadoma ni več nasilen, še naprej odklanjali. Ali pa se oče lahko odloči, da še naprej ostane nasilen, čeprav ga imajo radi. Čudež vsakega vnaprejšnjega vložka je v tem, da kljub vsemu povečuje upanje v nastanek pozitivnih posledic. Potem se vsi pogosteje odločajo za dobro medsebojno vzdušje. Kolikor več družinskih članov hkrati zbere moč za ljubezen na predujem, toliko stvarnejše postane upanje v skupni uspeh družine.

Premislimo: Kaj spodbudi človeka, da prostovoljno spremeni svoje obnašanje?

Odgovor: a) avtonomno samorazumevanje in b) smiseln razlog.

K točki a) človek, ki o sebi misli, da ni svoboden, da njegova okolica z njim manipulira, ga žene, v nekaj sili, tak človek se bo ob nesoglasju na to okolico skliceval (se izgovarjal), sam na sebi pa bo komaj kaj naredil. Zaprede se v vlogo uboge žrtve in ne prizna dejstva, da je sam obenem in neizogibno storilec. Iz tega izhaja, da ne čuti odgovornosti za svoja dejanja, ampak samo dopušča, da se ta zgodi.

Zaradi tega na smisel osredotočena družinska terapija pozornost vsakega družinskega člana (izjeme so predpubertetni otroci, ki so v resnici bolj ali manj žrtve, ne pa storilci) usmerja na njegovo svobodo in odgovornost ter mu ozavešča njegovo polno avtonomnost.

Človek je svoboden v vsakem primeru; vendar se svobodi neredko odreka – prostovoljno se ji odpoveduje. Ne zaveda se je vedno; vendar se je more zavedati – prav mora se je

zavedati. To je cilj bivanjske analize – kot analize obstoja svobode in odgovornosti; na to ozaveščeno svobodo potem apelirati pa je naloga psihoterapevtske oblike bivanjske analize, ki jo predstavlja logoterapija.³²

K točki b), kdor ne vidi smiselnega razloga za to, da bi samega sebe spremenil, se ne bo spremenil niti potem, ko se za to načelno čuti svobodnega. Dejanja predpostavljajo razlog, iz katerega izhajajo. Za družino je seveda velika razlika, če dejanja njenih članov izhajajo prednostno iz nagibov, ki se nanašajo na posamezne člane, ali iz nagibov, ki se nanašajo na družino. Vendar pa si v logoterapiji ne želimo izigrati človekovega jaza proti družini, ampak s posameznimi družinskimi člani iščemo razloge, ki se nanašajo na smisel njihovega ravnanja, se pravi to, kar je tako zanje same kot tudi za njihovo družino smiselno, jim je v pomoč in je zanje dobro. Smisel je vedno smisel za celoto, za vse udeležene, za posameznika in za skupnost, ki ji posameznik pripada.

Zaradi tega je v družinski terapiji, osredotočeni na smisel, vsak družinski član (izjema so spet predpubertetni otroci) soočen z argumenti, ki ob varovanju in ohranjanju njegove individualnosti govorijo v prid služenju njegovi družini in ga po možnosti spodbudijo, da za vse prosto-voljno dela najboljše.

Smisel individualnosti se izpolnjuje šele v skupnosti. V tem je posameznikova vrednost napotena v skupnost. Če pa naj ima smisel sama skupnost, tedaj se ne more odpovedati individualnosti posameznikov, iz katerih je sestavljena – medtem ko v množici propade, mora propasti smisel posameznega, edinstvenega bivanja, ker bi v množici vsaka edinstvenost učinkovala kot moteč dejavnik.

³² Viktor E. Frankl: *Leidende Mensch* (Huber, 1984).

Smisel skupnosti je konstituiran po individualnosti, smisel individualnosti pa po skupnosti; smisel množice moti individualnost posameznikov, iz katerih je sestavljena, smisel individualnosti pa v množici propade (medtem ko v skupnosti raste).³³

Iz doslej povedanega je jasno, da se v družinski terapiji, osredotočeni na smisel, najprej in mnogo dela s posameznimi osebami. Seveda je na razpolago tudi specialna vprašalna shema za svetovanje parom, ki jo je možno uporabiti tudi za družinske terapije. Shema je tristopenjska in jo lahko spreminjamo glede na svetovalno situacijo.

Vprašalna shema za logoterapevtsko svetovanje parom

Zakonski par opiše konfliktno situacijo, v kateri se je znašel in ki je postala vzrok za medsebojne žalitve. Oba partnerja sta jezna ali žalostna zaradi medsebojnih očitkov.

I. stopnja

Vprašanje zakonskega svetovalca možu:

»Kaj menite, da je bilo *jabolko spora*, to, kar je prizadelo vašo ženo? Kaj jo je užalilo oziroma užalostilo?«

Mož odgovori.

Vprašanje zakonskega svetovalca ženi:

»In kaj menite vi, kaj je bilo *jabolko spora*, to, kar je prizadelo vašega moža, kar ga je tako razjezilo?«

Žena odgovori.

³³ Viktor E. Frankl: *Zdravnik in duša* (Celjska Mohorjeva družba, 2015).

Kontrolno vprašanje zakonskega svetovalca obema:

»Ali to, kar vaš partner domneva, drži? Je zadel *tisto odločilno*, kar vas je tako užalilo?«

Če ena ali obe strani ne odgovorita pritrdilno, lahko tisti, ki se ne strinja, opredeli pravo *bistvo žalitve*, kar je hkrati tudi sporočilo partnerju.

Če se sedaj obe strani strinjata, lahko takoj preidemo k II. stopnji.

II. stopnja

Vprašanje zakonskega svetovalca možu:

»Če bi se oba zopet znašla v podobni konfliktni situaciji, ali osebno vidite možnost, kako bi preprečili, da žena ne bi bila tako hudo prizadeta? Ali vidite korak v smeri, kako se izogniti žalitvi, korak, ki bi ga vi sami mogli storiti?«

Mož odgovori.

Vprašanje zakonskega svetovalca ženi:

»Vidite tudi vi kakšno možnost, kako v podobni konfliktni situaciji preprečiti, da mož ne bi bil tako prizadet? Ali lahko enako tudi vi napravite korak v smeri, da se izognete žalitvi?«

Žena odgovori.

Kontrolno vprašanje zakonskega svetovalca obema:

»Bi korak, ki ga je nakazal vaš partner, za vas dejansko pomenil olajšanje in omilitev konflikta? Bi vam v primeru ponovnega konflikta to bilo v pomoč?«

Če ni pritrditve ene ali obeh strani, lahko nestrinjajoči se partner pojasni, kaj drugega od predlaganega bi njemu pomenilo olajšanje oziroma omilitev konflikta. Če se obe strani strinjata, lahko takoj preidemo k III. stopnji.

III. stopnja

Vprašanje zakonskega svetovalca možu:

»Ste pripravljeni sprejeti možnost, ki ste jo navedli (ali jo tu v razgovoru spoznali), in v podobni situaciji napraviti korak naproti ženi, in sicer neodvisno od tega, ali vam bo tudi žena prišla naproti?«

Mož lahko to potrdi ali odkloni.

Vprašanje zakonskega svetovalca ženi:

»Ste pripravljeni sprejeti možnost, ki ste jo navedli (ali jo v tukajšnjem pogovoru spoznali), in v podobni situaciji napraviti nakazani korak možu naproti, in sicer prav tako neodvisno od tega, ali vam bo naproti prišel on?«

Žena lahko to potrdi ali odkloni. Če oba partnerja odklonita svojo pripravljenost, zakonski svetovalec v tem trenutku nima možnosti za uspeh. Vendar je prav neverjetno in zelo redko, da bi bila dva človeka, ki svoj zakon še hočeta ohraniti in zaradi tega tudi iščeta pomoč strokovnjaka, popolnoma nepripravljena napraviti vsaj majhen korak, za katerega vesta, da jima bo v pomoč. Če vsaj en partner odgovori na vprašanje pritrdilno, je to že lahko upanje za izboljšanje zakonskih odnosov.

Kontrolno vprašanje zakonskega svetovalca vsakemu posebej:

»Ste partnerjeve pripravljenosti veseli, imate lahko to pripravljenost za pristno, ji zaupate? Bi se hoteli pustiti presenetiti, si pustiti podariti, da vam pride naproti, ne da bi to izsilili?«

Če je odgovor na kontrolno vprašanje negativen, naj svetovalec ne sprašuje zakaj, ampak naj preprosto ugotovi, da se da *korak k drugemu* napraviti neodvisno od

kakršnegakoli pozitivnega povratnega sporočila celo tedaj, ko druga stran v to ne verjame ali se tega ne veseli. To je korak ljubezni, ne obračuna, to je dar, ne kupčija.

Če pa je odgovor na kontrolno vprašanje pritrdilen, potem je to trenutek, da se zakonsko svetovanje zaključi in se dogovorijo za naslednji termin pogovora.

Opombe k vprašalni shemi:

Če vsaj eden od obeh zakoncev pri sebi nekaj spremeni, da bi drugemu v prihodnje prihranil žalitve, se izboljša celoten odnos med njima. Tipično logoterapevtsko pri tem je to, da je v postopek že od začetka svetovanja vgrajen koncept preseganja samega sebe; prvo vprašanje svetovalca se namreč ne glasi: *Kaj vas na vašem partnerju jezi*, kar bi samo izzvalo ploho stare in nove zadrževane jeze, ampak namesto tega: *Kaj menite, nad čim se vaš partner jezi*, kar človeka praktično sili k temu, da se postavi v kožo drugega in se vživi v njegov psihični položaj. Gre za preobrnitev miselnega izhodišča iz *Kaj morem pričakovati od drugega* v *Kaj se pričakuje od mene kot zakonskega moža ali zakonske žene* – ne, kaj se pričakuje od partnerja, ampak kaj se pričakuje v imenu ljubezni; ali drugače izraženo: kaj se pričakuje v imenu logosa.

Variacije vprašalne sheme:

Vprašalna shema za logoterapevtsko svetovanje parom ima po potrebi lahko več različic. Bistveno je, da I. stopnja vodi k dognanju partnerjevega položaja, II. stopnja k dognanju možnosti lastnega približanja partnerju, III. stopnja pa odpira pripravljenost, da se takšne lastne možnosti izrabi v korist skupnega odnosa.

Oglejmo si še en primer v spremenjeni verziji.

I. stopnja

Vprašanje zakonskega svetovalca možu:

»Kaj menite, kaj bi vašo ženo posebej veselilo, če bi to pri sebi spremenili? Kaj bi jo osrečilo?«

Možev odgovor:

»Mislim, da bi bila žena vesela, če bi našel več časa zanjo. Toda to je pri mojem menedžerskem poklicu težko ...«

Zakonski svetovalec ne razpravlja preveč na dolgo o če in *toda* njegovega poklica, tudi ženi ne pusti, da bi kar takoj zavzela svoje stališče, ampak *se obrne k njej z vprašanjem:*

»Preden pretresemo problem moževega časa, bi vas rad vprašal, katere spremembe z vaše strani bi razveselile moža? Kaj bi ga po vašem mnenju osrečilo?«

Ženin odgovor:

»Pač, to vem. Bil bi vesel, če bi mu nekoliko manj sitnarila. Ampak kako naj ne sitnarim, ko pa je komaj kaj doma, potem pa se še doma takoj zakoplje v svoje knjige? Vsaka ženska bi bila slabe volje ...«

Zakonski svetovalec tudi o tem *opravičevanju* ne razpravlja preveč na dolgo, ampak *preide na kontrolno vprašanje:*

»Potem je vaš mož pravilno uganil, da bi vam bilo v veliko veselje, če bi si pogosteje vzel čas za vas?« Žena krepko pritrdi.

Kontrolno vprašanje zakonskega svetovalca možu:

»Je tudi vaša žena zadela v črno, ko je navedla sitnarjenje? Bi vam bilo brez sitnarjenja prijetneje?«

Mož odkima. Ugotovitev popravi z: »Sitnarjenje samo niti ni tako hudo. Toda ko hočem doma kaj delati, me neprenehoma moti. Neprestano poslušam: »Napravi to,

napravi ono!« tako da se sploh ne morem zbrati. Jaz pa se moram pogosto držati rokov in ne morem zadeve enostavno preložiti na naslednji teden ...«

II. stopnja

Vprašanje zakonskega svetovalca možu:

»Sedaj bi vas želel vprašati nekaj, na kar bo morda težko odgovoriti. Prosim, premislite! Ali z vaše strani obstaja vsaj majhna možnost, da bi ženi kljub časovni stiski stopili naproti? Ali obstaja med tednom ali ob koncu tedna kakšna priložnost, ki bi jo lahko izrabili za nekaj več druženja, ne da bi moralo zato vaše neodložljivo delo običati na mrtvi točki?«

Možev odgovor:

»Morda bi si lahko vzel več časa za razgovor med obedi. Tedaj sem z mislimi pogosto odsoten. Ni nujno, da bi res moralo biti tako. Najboljše bi bilo, če bi šla kdaj jest ven. Če bi ženo ob nedeljah peljal na kosilo v dobro restavracijo, bi gotovo stekel pogovor, ki bi ga lahko nadaljevala tudi na poti domov. Tedaj bi bil bolj odprt zanje, kot pa če sedim doma pri knjigah.«

Vprašanje zakonskega svetovalca ženi:

»Preden bi razpravljali o ideji vašega moža, bi želel še vam postaviti enako vprašanje. Vidite kje vsaj majhno možnost, da vašega moža ne bi motili pri neodložljivem delu doma?«

Ženin odgovor:

»No, da, vem, da ima mnogo dela. Za to bi mu rezervirala nedeljsko popoldne. Tedaj si že tako in tako

navadno privoščim kopel, si umijem lase, uredim obraz itd. Če mu res toliko pomeni to, da ga pri delu nič ne moti, bi se strinjala, da si za nedeljsko popoldne sama poiščem zabavo. Toda potem hočem imeti več od njega vsaj ob sobotah ...«

Kontrolno vprašanje zakonskega svetovalca ženi:

»Recimo, da ostanejo sobote takšne, kot so, vendar bi vaš mož uresničil svojo zamisel ter se vam intenzivneje posvečal med obedi in vas, kadar bi bilo mogoče, povabil na nedeljsko kosilo, zatem pa še na krajši sprehod. Bi bil to za vas sprejemljiv korak v smeri izboljšanja vajinega zakonskega odnosa? Bi vas to veselilo?«

Ženin odgovor:

»Pravzaprav bi rada tudi sobote »splanirala« za naju oba skupaj ...«

Ponovitev kontrolnega vprašanja zakonskega svetovalca ženi:

»Vas razumem, toda o tej možnosti poprej nismo razpravljali. V tem hipu gre za možnost, da skupni obed preoblikujemo v čas skupnega srečanja.«

Ženin odgovor:

»Da, seveda, tudi tega bi bila čisto vesela!«

Kontrolno vprašanje zakonskega svetovalca možu:

»Kako se to zdi vam? Bi vam ustrezali nemoteni nedeljski popoldnevi?«

Možev odgovor:

»Nedvomno, le da nedeljski popoldnevi najbrž ne bi

zadoščali. Naval dela je zelo različen ... moram tudi ostati na tekočem in se še naprej izobraževati ...»

Ponovitev kontrolnega vprašanja zakonskega svetovalca možu:

»Vprašanje ni bilo o tem, ali vam nedeljski popoldnevi zadoščajo, ampak ali bi pomenili olajšanje za vaše sedanje življenje, če bi se vaša žena, kadar bi bilo to potrebno, ob nedeljskih popoldnevih odpovedala skupnim aktivnostim, da bi vam omogočila nemoteno delo?«

Možev odgovor:

»Da, jasno! To bi že bilo nekaj!«

III. stopnja

Vprašanje zakonskega svetovalca možu:

»Govorili ste o pogovorih med obedi in še zlasti o nedeljskih kosilih. Vas smem sedaj vprašati, ali ste pripravljeni za takšne pogovore? Boste v prihodnje poskušali biti pri skupnih obedih v mislih bolj doma kot v pisarni? Ali nameravate zamisel o obisku restavracije in o sprehodu ob nedeljah vedno bolj spreminjati v dejanja? Ste pripravljeni za to?«

Možev odgovor:

»No, da, poskusim seveda lahko!«

Ponovitev vprašanja zakonskega svetovalca možu:

»Ne mislim na polovičarski poskus, ampak na pravo pripravljenost. Recimo, da vaša žena godrnja in vas še naprej moti pri vašem delu, tako kot doslej. Se ji hočete kljub temu med obedi več posvečati, ji poklanjati več pozornosti, ji biti pri tem človeško majceno bliže?«

Možev odgovor:

»Če me že tako vprašate, odgovarjam: da. Končno tu ne gre za kravjo kupčijo. Ona je moja žena in ima pravico do zakonskega odnosa. Glede tega sem se pripravljen poboljšati.«

Vprašanje zakonskega svetovalca ženi:

»Ste se tudi vi pripravljeni možu na ljubo odpovedati nedeljskim popoldnevom, če bo to nujno – mu zagotoviti, da ga ne boste motili, niti tedaj ne, če bi bil pri kosilu redkobeseden tako kot doslej? Mu hočete iz vsega srca privoščiti teh nekaj ur miru?«

Ženin odgovor:

»Če bova šla ob nedeljah ven na kosilo in mi zato dopoldne ne bo treba kuhati, pa če bova zatem celo šla na kratek sprehod, se mi zdi, da bi to šlo. Ampak že razumem, če bom delala tako, potem to ne bi smelo biti plačilo za kosilo, ampak bi to morala storiti zanj. Vzrok torej ne bi smela biti jaz. Dokler bo moj mož v svojem poklicu tako vprežen, naj ima te nedeljske popoldneve.«

Zakonski svetovalec obema izrazi svoje priznanje za njune pozitivne namere, ki sta jih sama izbrala, in se poslovi od njiju z mnogimi dobrimi željami ter določi datum za nadaljevanje svetovalnega pogovora čez tri do štiri tedne.

Komentar in dopolnilo k vprašalni shemi:

Dosedanji rezultati pri rabi vprašalne sheme v družinski terapiji, osredotočeni na smisel, so presenetljivo dobri. Pri tem ugotavljamo dvojce:

1. Večina zakoncev zelo dobro ve, s čim drug drugega bremenijo oziroma kaj bi vsak pri sebi moral spremeniti,

da bi drugega osrečil (I. stopnja). Izredno redko pri tem *ugibajo*.

2. Najmanj jih je zadovoljnih s partnerjevo ponudbo (II. stopnja). Po načelu *Če komu ponudiš prst, ti zgrabi celo roko* si poskušajo več izboriti zase. Na to pa se zakonski svetovalec ne sme pustiti speljati, kajti na smisel osredotočen pogovor se nikakor ne osredotoča na zahteve enega parterja do drugega, ki naj bi jih drugi čim bolje izpolnil, ampak na to, kar naj vsak od obeh partnerjev sam smiselno ponudi z edinim namenom, da s tem izrazi, da mu je zakonska skladnost nekaj vrednega in dragocenega. Nadalje se vprašani družinski člani izogibajo odgovoru na vprašanje in ga skušajo speljati na drugega partnerja.

Navajamo tipičen primer.

Terapevtovo vprašanje:

»Ali vidite možnost izboljšati razpoloženje med vami in vašo ženo, ko pridete iz službe domov in ste hladno sprejeti?«

Pacientov odgovor:

»No, bi rekel! Če moja žena ne bi neprestano čistila po hiši, zvečer ne bi bila tako zbita in čemerna ...«

Ob takšnem odgovoru družinski terapevt ne sme preiti na pacientov odgovor ter družno z njim govoriti o vedru za čiščenje, ampak mora speljati pogovor nazaj k izhodišču vprašanja. Vprašanje ima namreč namen ugotoviti, kakšne možnosti ima pacient, da harmonizira situacijo ob vrnitvi domov, ne pa, kakšne možnosti za to ima žena. O konkretnih možnostih njegove žene se mora pogovarjati z ženo, ne z njim.

Na splošno torej velja pravilo, da se vsakega družinskega člana usmerja na pot njegovih smiselskih možnosti, ne pa da se razglablja o smiselkih možnostih drugih družinskih članov.

Še zadnje dopolnilo:

Pravi zakonski odnos uspeva samo med ljudmi, ki morejo živeti tudi sami. Ali z drugimi besedami: kdor ne more živeti sam, ne more živeti niti z zakoncem. Motnje v odnosih in nemoč živeti sam imajo zelo podobne korenine: pomanjkanje samostojnosti in osebne odgovornosti. Človek, ki ne more živeti sam ali vsaj meni, da ne more, teži k temu, da partnerja porabi za berglo, za spodbujevalca, za zid žalovanja, za odbijač itd. Mnogokrat se partnerja oklepa tako, kot bi se oprijemal bergle. Ko ga ne potrebuje več, ga pusti pasti, tako kakor tudi odvečno berglo vržemo v kot, kakor hitro lahko hodimo brez nje. Oboje povzroča motnje v medsebojnih odnosih.

Tej težnji nesamostojnih ljudi in ljudi, ki se premalo zavedajo svojih odgovornosti, je treba dati vedeti, da se človeka ne sme nikdar in v nobenih okoliščinah porabiti kot *sredstvo za cilj*. Iz tega sledi, da je v odnosih motenim ljudem pravilno svetovati: Najprej se morajo naučiti živeti sami, da bodo zmožni za zakonske odnose. Če so sami kos življenju in so potem spoznali nekoga, ki ga ljubijo in s katerim se prostovoljno zbližajo, se to zbližanje ne zgodi, ker bi drugega potrebovali za lastno srečo, ampak ker se mu čutijo notranje zavezani – na mestu porabe in izrabe človeka je potem povezanost s tem človekom.

Tako je tudi v nekaterih razmajanih zakonih zdravo raziti se za nekaj časa, kar nikakor ni isto kot ločitev, marveč priložnost za samozavedanje. Raziti se, da bi živel sam, kot

da bi šel v *puščavo* in bi se v odvisnosti od samega sebe odmaknil od vsega oklepanja in zahtevanja, kritiziranja in manipuliranja. Neredko je potem spet možno dobro človeško snidenje. Toda samo, če je vsakdo resnično *bil v puščavi*. Človek, ki se je medtem na hitro potolažil z nadomestnim partnerjem, pa svojo zmožnost za pristen odnos s tem brezupno okrne.³⁴

³⁴ Iz: *Geist und Sinn*, Psychologie Verlags Union, München 1990, 35–46.

BITI OSEBA – OSTATI OSEBA V DRUŽINI

Svoj prispevek želim razdeliti v štiri odlomke z naslovi *Avtonomija v družini*, *Želje v družini*, *Naloge v družini* in *Smisel družine*. Odlomki ponazarjajo pot, ki vodi od svobode k odgovornosti in je hkrati pot vsakega zorenja osebnosti. Kajti nesvoboda pomeni vklenjenost osebe, bodisi prisilno bodisi takšno, ki si jo naložimo sami. Svoboda brez odgovornosti pomeni napačno razvitost osebe, ki širi tujo ali lastno nesrečo. Svobodna in odgovorna osebnost pa je nasprotno sposobna tako v poklicnem kot tudi v zasebnem življenju med vsakokratnimi danostmi izslediti najbolj smiselne in prispevati k njihovi uresničitvi. Uresničenje smisla pa je najzanesljivejši temelj za stanovitno srečo.

Dandanes sta poklicno in zasebno življenje večinoma ločena drug od drugega, toda ker je človek nedeljiva enota, prenaša izkušnje z enega področja na drugo. Če torej v svojem zasebnem življenju doživi brodolom – se pravi, bodisi da živi nesvobodno, zvezano ali pa svojo svobodo uresničuje neodgovorno, kar ogroža njegovo zakonsko življenje oziroma starševstvo –, to ne ostane brez posledic za njegovo poklicno življenje. Kajti če poklicno živi povsem drugače kakor doma in je morda v službi mnogo

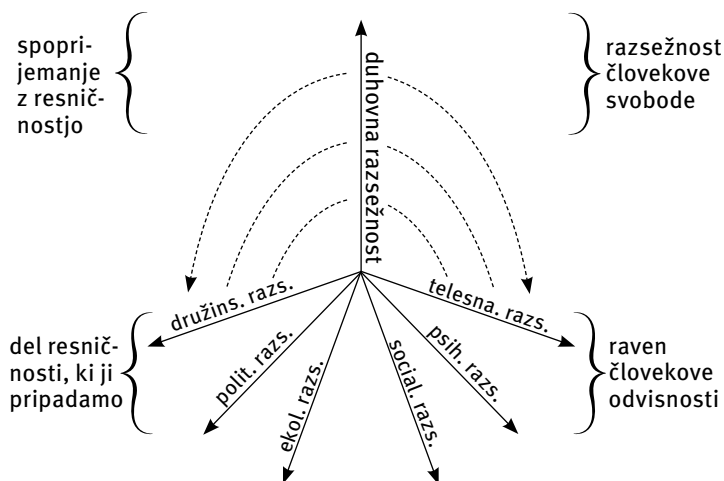
bolj cenjen kakor v družini – to se pač dogaja –, se njegova osebnost vendarle vedno bolj oblikuje po njegovih dejanjih; do marsikaterega poklicnega zloma pride zaradi tega, ker se človekova osebnost nenadoma ne drži več tega, kar je obljubila.

S tega zornega kota bomo premislili, kaj vsebuje zahteva, da sme človek v družini biti oseba in sme oseba tudi ostati. To koristi tudi uspešnosti pri delu: tudi delodajalcem in delojemalcem se poveča možnost, da v vsakodnevnem stresu črpajo moči iz srečnega družinskega življenja.

Avtonomija v družini

Usmerimo za začetek našo pozornost na avtonomijo v družini in se vprašajmo, kako je lahko avtonomen človek, ki je vpet v družinsko zvezo. Ali še splošneje: od kod mu sploh možnost za avtonomijo? Med mnogimi misleci, ki so se doslej poglobljali v uganko *človek*, je Viktor E. Frankl pri poskusu rešitve tega vprašanja napravil upoštevanja vreden korak naprej. Frankl meni, da ima človek različne razsežnosti biti. Najprej govori o somatski (telesni) in psihični (duševni) razsežnosti, sem pa bi prav tako lahko prišteli socialno, politično, ekološko in družinsko razsežnost. Nad temi človek biva v še eni razsežnosti, ki je razsežnost tistega, ki tu z nečim razpolaga, tako rekoč *razpolagalna razsežnost*, ki jo Frankl imenuje človekova *duhovna razsežnost*. Medtem ko razsežnosti, ki smo jih našli najprej, izražajo pogojenosti in odvisnosti, npr. našo navezanost na telesne in duševne procese ter našo včlenjenost v socialne, politične, ekološke in družinske sisteme, je ta zadnja razsežnost razsežnost človekove svobode v tem pomenu,

da je vsak med nami do svoje pogojenosti in odvisnosti zmožen svobodno zavzeti stališče in ju oceniti, ravnati torej z njima v skladu z njuno vrednostjo. Konkretno to pomeni: sprejeti vrednostno in akcijsko stališče do telesnih in duševnih procesov v nas ter do socialnih, političnih, ekoloških in družinskih sistemov zunaj nas.



Dimenzionalni vidik se tako stalno pojavlja v našem življenju na dva načina: enkrat kot del resničnosti, ki ji pripadamo, na primer kot trenutna bolezen, kot trenutno okolje, ki nas obdaja, ali kot trenutni gospodarski položaj, v katerem se nahaja naša dežela, drugič pa kot dejanje duhovnega soočanja s to resničnostjo, na primer kot stališče do bolezni – kar ima lahko za posledico spremembo našega življenja, ali pomen, ki ga ima za nas zdravo okolje –, kar se vidi v naši pripravljenosti, da za to nekaj storimo, ali kot presoja gospodarskega položaja – kar se izraža v optimističnem ali pesimističnem delovanju.

Če bi hoteli označiti razliko med človekom in živaljo, bi lahko rekli: žival ima iste razsežnosti razen duhovne, ki je specifično človeška razsežnost. Tudi v živalih potekajo telesni in duševni procesi in živali so prav tako vključene v preproste socialne, politične, ekološke in družinske sisteme, le da nimajo možnosti vsega tega ovrednotiti in potem temu ustrezno ukrepati. Živali so del resničnosti, s katero se ne morejo duhovno svobodno soočiti, ampak so njenim zakonitostim podrejene in od njih odvisne. V tej zvezi naj mi bo dovoljeno pripomniti, da s spekulacijami o »zunajzemeljskih inteligencah« v vesolju načelno niso mišljena zgolj inteligentna bitja, ampak duhovna bitja, ki imajo duhovno razsežnost prej opisane vrste. Takšna bitja bi lahko imela 18 nog in pet oces, pa to ne bi imelo nobene vloge. Odločilna bi bila razsežnost svobode, svobodno in vrednostno stališče do tega, kar najdejo v svojem svetu, razsežnost, po kateri bi postali enakega rodu, kot smo ljudje.

Toda ostanimo na naši Zemlji in pri naši temi *družine*. Na vprašanje o človekovi avtonomiji lahko zadovoljivo odgovori franklovski nauk o človekovih razsežnostih. Človek je avtonomen glede na svoja lastna dejanja in glede na svoje vedenje. Avtonomen je v tem, za kar se odloča, kot tudi glede izbire merila, po katerem se odloča. Oglejmo si v zvezi s tem praktičen primer. Denimo, da neka ženska pravi: *Moj mož me je vedno zatiral, in seveda potem tudi sama nisem bila prav prijazna mati svojemu sinu ...* Ali ta stavek drži, ali je njena izjava upravičena? Žal ne. Ta ženska gotovo ni ravnala *naravno*, to bi bilo naravno za žival, ki se odzove popadljivo, če z njo slabo ravnajo. Ker pa človek ne *reagira* naravno, ampak osebno *agira* – *deluje*, zato je ženska do zatiralske težnje svojega moža zavzela duhovno stališče. Kakšno stališče? Očitno se je pustila zatirati. In

kako je potemtakem njegovo zatiralsko težnjo ovrednotila? Ne kot povod za upor, ampak kot neomejeno pooblastilo, da sme tudi sama zatirati druge, namreč svojega sina, oziroma da na njem sprošča svojo jezo. Je obstajala možnost tudi za drugačno stališče in ovrednotenje? Seveda je. Lahko bi zadevo med seboj in svojim možem poskušala razčistiti ter pustila sina zunaj njunih zakonskih neujemanj.

S tem hočemo pojasniti, da mora ostati avtonomija posameznega družinskega člana v družini nedotaknjena in neodvisna od dejanj drugih družinskih članov. Nihče namreč ne more določati, kako naj se drugi vede do njega, ampak vsak družinski član zaradi svoje duhovne razsežnosti sprejema stališče do drugega, ocenjuje vedenje drugega in nato odloča, kako se srečati s tem drugim in z njegovim vedenjem. Nihče ni žrtev (razen otrok, ki še niso zadosti razvili svojih duhovnih zmožnosti), vsak je sooblikovalec svoje družinske situacije.

V nasprotovanju takšnemu pojmovanju ljudje pogosto ugovarjajo, da velik del vse medčloveške komunikacije poteka nezavedno in samodejno, ne da bi se ljudje zavestno odločali. Na tem je nekaj resničnega in nekaj napačnega. Drži, da obstajajo utečeni avtomatizmi v dejanjih in ravnanjih, ki po eni strani poenostavljajo procese odločanja, po drugi strani pa tudi ogrožajo človekovo avtonomijo; lahko jo celo bolj ogrožajo, kot bi jo mogel ogroziti sodobni svet. Kljub temu takšni avtomatizmi niso ne prirojeni ne vprogramirani, ampak bolj rezultat lastno postavljenih hipotez, ki jih je treba od časa do časa na novo premisliti in popraviti.

Vse, česar se lotevamo, urejamo po hipotezah, ki se nam zdijo zelo obetajoče, in upamo, da bomo vsakokratno delovanje pripeljali do cilja. Tudi svoje lastno življenje oblikujemo v skladu z obilico hipotez, ki se jih deloma

dolgo trdno držimo. Toda marsikatero med njimi sploh ne držijo. Mnogi se na primer oklepajo hipoteze, da bodo lahko problem rešili bolje, če bodo pokadili cigareto ali popili požirek žganja. Nekateri filmi to hipotezo podpirajo s tem, da njihovi junaki, če izvedo slabo novico, najprej stopijo do hišnega bara ali si prižgo cigareto. In vendar ni v tej hipotezi absolutno ničesar smiselnega; tobak in alkohol nista še nikdar spremenila slabe novice v dobro ali vsaj pripomogla, da bi slabo novico bolje sprejeli. Vplivata zgolj na človekovo koncentracijo in na njegovo zdravje ter mu jemljeta del avtonomije, dokler nazadnje sploh ne more več zdržati brez sredstva svoje zasvojenosti.

Rada bi povedala, da se je podobno dogajalo ženski, ki je rekla: »Moj mož me je vedno zatiral in jasno, da potem tudi sama nisem bila prijazna mati svojemu sinu ...« Ta neupravičeni »jasno« v stavku odkriva naslednjo prikrito hipotezo: Če je človek za kaj prikrajšan, ne more biti prijazen. Zopet hipoteza, ki ni resnična. O tem, ali je človek prijazen ali ne, odloča izključno sam. Človek ima vedno moč, tudi če je zafrustriran, da je prijazen do nekoga, ki ni prav nič kriv za njegove težave.

Povzemimo to, kar smo povedali. Človekova avtonomija temelji v njegovi duhovni razsežnosti in jo njegova pripadnost sistemu ne ukinja, še najmanj v najožji družinski zvezi. Vsak svobodno izbira svoja dejanja in ravnanja. Avtonomije ne ogrožajo naši soljudje, čeprav bi jim to želeli podtakniti, ampak miselni in vedenjski avtomatizmi, ki se od nas samih vračajo na hipoteze. Te pa morda podpirajo naši soljudje ali mediji, ki jih nismo dovolj preverili. Hipoteze kot npr. *Če si za kaj prikrajšan, ne moreš biti prijazen, Drugi so krivi, da sem takšen, Če se ne boš spremenil ti, se tudi meni ni treba*, so družini sovražne in ovirajo razvoj

osebnosti, ker spodkopavajo avtonomijo osebnosti in s tem njeno dostojanstvo.

Želje v družini

Slišali smo, da nihče ne more drugega prisiliti k takšnemu ali drugačnemu odzivu. Kako je potem z željami, ki jih izražamo drug drugemu, še zlasti z željami v družini? Tu prehajamo od vprašanja o človekovi svobodi k vprašanju o merilu, po katerem se človek v svobodi orientira. Kaj se zgodi, če v nedeljo starejši otroci hočejo na izlet, mati priganja, da bi pospravili klet, oče pa je dal na pisalno mizo priprave za naslednji teden? Se bo vnela besedna vojna med zmagovalci in poraženci ali pa se bodo družinski člani vadili v umetnosti iskanja kompromisov? Bodo tekle solze in loputala vrata ali bo šel vsak svojo pot? Kako se bodo posamezniki odločili glede na svojo avtonomijo?

Da bi problemski sklop želja v družini enotno smiselno obravnavali, moramo vedeti, da pri tekmovanju želja sodelujejo tudi nepodkupljivi konkurenti – zahteve situacije. Vsak družinski član je trikratno soočen: z lastnimi željami, z željami pomembnih drugih in s tistim, kar sem imenovala zahteva situacije.

Primer: zakonski par se vrača s počitnic. Mož si želi takoj razviti filme, ki jih je poslikal na dopustu, ker je fotografiranje njegov hobi. Žena želi obiskati prijateljico in ji poročati o svojih doživetjih. Domnevajmo, da se oba še dodatno nadejata, da bosta drug z drugim, ko bo vsak od njiju uresničeval svojo namero; mož si želi, da bi bila žena z njim v temnici, žena pa bi rada, da bi jo mož spremljal k prijateljici. Vsak meni, da želja drugega lahko začasno po-

čaka. Ko pa prideta domov, ugotovita, da je ribez v vrtu že preveč zrel in ga morata takoj porabiti, če ga nočeta zavreči.

Primer predstavlja trojno konfrontacijo, v kateri se nahaja zakonska dvojica. Zamislimo si moža: želi napraviti fotografije, ve tudi za ženino željo, da hoče obiskati prijateljico, nad vsem tem pa situacija prezrelega ribeza v vrtu zahteva, da ga čim hitreje obereta in vkuhata. Analogno velja tudi za ženo. Vsekakor je zahteva situacije lahko v istem trenutku za posamezne družinske člane različna. V primeru, da se žena zaradi bolečin v križu težko sklanja, bo obiranje ribeza kot edina zahteva situacije doletelo moža. To pomeni, da situacija zahteva obiranje ribeza, a da se ženi s tem prizanese. V primeru, da bi bil mož zdravnik in bi bil v službi nujne pomoči, bi ob klicu urgence situacija zahtevala, da pohiti k pacientu, medtem ko bi ženina situacija prej ko slej zahtevala vkuhavanje ribeza.

Seveda moramo dodati, da zahteva situacije ni vedno povsem jasna. Na srečo obstajajo tudi proste ure, ko ni nobene stvari, ki bi čakala, da jo opravimo. Tedaj situacija zahteva, da si čim bolj oddahnemo, da z igro in razvedrilom okrepimo stike, na primer z otroki, ali da zopet osvežimo staro nagnjenje, za kar tako ni nikdar dovolj časa. Opažamo, da zahteva situacije ni vedno identična z ustaljenim programom dolžnosti, prav tako ni identična z množico želja, ki nam gredo skozi glavo, ampak je še najbolj identična s pojmom logosa, kot ga rabi Viktor E. Frankl, da opiše smisel situacije.

Če se vrnemo k problemskemu sklopu želje v družini, lahko na osnovi številnih izkušenj z razpadlimi družinami, ki smo jih zbrali v zadnjih desetletjih, ugotovimo, da so dogovori in skupne odločitve toliko lažje, kolikor se družinski člani *prednostno* orientirajo glede na vsakokratno

zahtevo situacije in neprednostno glede na svoje želje. Idealna rešitev bi bila, če bi se zakonca potem, ko sta se vrnila z dopusta, odločila, da skupaj pospravita ribez, da bi tako nujno zadevo čim prej uspešno zaključila, potem pa se lotila fotografij ter obiska, in sicer vsak zase, se pravi, da bi drug drugemu privoščila izpolnitev njegove želje, ne da bi si ovirala izpolnitev vsak svoje želje. Če pa bi eden od njiju vztrajal pri zadovoljitvi svoje želje, drugi pa bi se uklonil zahtevi situacije ... Če bi na primer mož nekako izginil v temnico, žena pa se lotila obiranja ribeza, bi lahko pri obeh ostal slab občutek, slaba vest, tiha jeza, disharmonija. Če pa se, da razvijemo scenarije naprej, nihče ne bi ravnal po zahtevi situacije, bi se problem zaostрил. Potem bi namreč ostala samo še želja proti želji in vsak bi se boril za uresničitev svoje ali vsaj za črtanje vsebine želje drugega. Potem bi bržkone sledilo naslednje: *Zaradi tvojih trapastih fotografij je ribez zgnil!* ali *Kako naj jaz vkuham, če pa se ti potikaš okoli svojih prijateljic!* Skratka, ne samo da bi propadlo sadje, propadel bi tudi odnos.

Glede želja v družini se lahko naučimo naslednje:

1. Ne gre za to, kaj zakonec ali otrok pričakuje (želi) od drugega, ampak kaj od njega pričakuje življenje.

2. Tudi ne gre za uveljavitev lastnih želja nasproti željam zakonca ali otrok, ampak za to, da se neomajno naredi tisto, kar je smiselno.

3. Lastnih in drugih želja ne smemo ignorirati, vendar pridejo na vrsto, ko to dovoljuje situacija.

4. Sporazum o vsakokratni zahtevi situacije je relativno lahek in ustvarja zavest o skupnih rečeh.

5. Sporazum o prednosti pri zadovoljitvi želja posa-

meznika v družini je relativno težaven in ustvarja zavest o razlikovanjih.

6. Zadovoljitvi želja ne smemo nasprotovati, ampak jih drug drugemu privoščiti, kolikor niso nesmiselne.

Pri zakonskem svetovanju mi je nekoč neki pacient rekel: »Naj delam ali ne, žena mi bo vedno očitala.«

»Da,« sem mu odgovorila, »videti je, kot da vaša žena ne bi bila z ničimer zadovoljna, toda napaka ni v tem, da počnete vse mogoče, da bi ženo zadovoljili. Ne smete storiti česar koli in ne le tega, kar menite, da hoče vaša žena, pač pa to, kar je smiselno. Bodite bolj pozorni na to, kaj od vas zahteva situacija, pa boste nenameravano vedno bolj v čislih tudi pri svoji ženi.« Klient se je držal mojega nasveta in je tako rešil ne samo svoj zakon, ampak je tudi v svoji osebnosti postajal vse trdnejši in samozavestnejši.

Naloge v družini

Ozrimo se še enkrat na pot, ki smo jo prehodili doslej. Naše izhodišče je bila specifično človeška razsežnost, ki človeku omogoča, da se sooča z vsem in vsakomer, tudi z vsakim dogodkom v družini, in da samostojno odloča, kako bo tak dogodek prenesel in s katerim dejanjem bo nanj odgovoril. Prizadevamo si, da bi bile te odločitve resnično avtonomne in ne bi bile sprejete nekako avtomatično. Nadaljnji del poti nas je vodil k trojni človekovi konfrontaciji: z njegovimi lastnimi željami, željami drugih in vsakokratnimi zahtevami situacije. Zavzemali smo se za to, da bi zahtevam situacije zagotovili prednost nasproti obema kategorijama želja, ki se lahko izpolnijo po obojestranskem sporazumu in privolitvi.

Naslednji del poti nas sedaj vodi k sklopu vprašanj o nalogah in njihovi razdelitvi v družini. Približujemo se velikemu nasprotju svobode, namreč človekovi odgovornosti; kdor namreč prevzame neko nalogo, prevzame hkrati tudi odgovornost za to, kar mu je *naloženo*. Predanost točno določeni nalogi spada k bistvenim dejavnikom, ki ohranjajo življenje človeškega bivanja in ga krepijo. Kaj drugega lahko sploh vzbudi takšno energijo kot prav prevzeta naloga? Že dolgo je znano, da si celo človek, ki ga je že zaznamovala smrt, še izbori njen odlog, če hoče dokončati nalogo, ki si jo je sam zastavil – moči mu poidejo šele potem, ko se je maksimalno približal svojemu cilju. Najnovejša merjenja v vesoljskih poletih potrjujejo, da pri astronautih obrambne moči njihovega imunskega sistema vedno upadejo šele po pristanku, ne prej, med telesnim in psihičnim stresom v vesolju, šele potem, ko je delo opravljeno. Dokler je človek v območju naloge, ki jo ima rad, toliko časa mu iz skrivnostnih rezerv pritekajo energije, katerih obstoja si človek normalno sploh ne predstavlja.

V tej zvezi sta zanimivi dve ameriški raziskavi iz leta 1988. Psiholog Jaak Panksepp na Bowling Green State University je uspel laboratorijsko dokazati, da prevzem zlasti socialnih nalog sprošča tako imenovane endorfine – telesu lastne blažilce bolečin in povzročitelje ugodnega razpoloženja, ki ustvarjajo pri ljudeh občutek uravnoteženosti, zadovoljstva in izrednega razpoloženja. Harvardski kardiolog Herbert Benson to dopolnjuje z odkritjem, da osebe, ki se posvečajo nalogam za sočloveka, pri tem bolj pozabljajo nase in na svoje skrbi, zaradi tega pa imajo boljšo presnovo, nižji krvni tlak, miren srčni utrip ter doživljajo druge pozitivne spremembe v svojem zdravju. Dobesedno piše: »Altruizem ima iste učinke kot joga, duhovnost ali meditacija.«

To so popolnoma novi vidiki v družbi, ki je dolgo časa imela na svojih praporih zapisane kariere, blagostanje in uživanje ter si je s tem pridelala ne samo preobilico srčnih infarktov, ampak tudi obilje duševne razdraženosti.

Kaj pa nam sporočata obe omenjeni ugotovitvi v zvezi s temo *naloge v družini*? Družina nedvomno nudi najbolj prvobitno in najjasnejšo priložnost za spoznanje socialnih in sočloveških nalog, lahko bi rekli, da je *vadbišče za zdravo samopozabo*. Vse, kar velja v družini, velja *več kot samo zase*, velja za več oseb. To spontano usmerja osebnostni razvoj posameznika na pot altruizma. Seveda lahko družino ustanovijo tudi grobi egoisti, vendar se potem bodisi sami nekoliko prilagodijo bodisi zaradi njih trpi družina, pripravljenost njenih članov za skupno bivanje pa se rahlja. Kakorkoli, družina je načelno že tisočletja kraj, kjer ljubezen prehaja v dejanja, kraj, kjer človek živi, s tem da živi za nekoga, da živi *drug za drugega*, kraj, kjer človek vsak dan uresničuje *več kot samega sebe*. To pa človeka gradi in ga ohranja pri močeh, kot je bilo že eksperimentalno dokazano.

Z naše poti lahko celo skrenemo v zgodovino evolucije in rojstni trenutek človeštva definiramo kot čas, ko so predčloveška bitja začela rasti k ljubezenskim odnosom. Pri tem moramo pod pojmom *ljubezenski odnos* razumeti spoštovanje drugega zaradi njega samega, kar primarno nima nič skupnega ne s seksualnostjo in njenim ciljem razplojevanja ne z družbeno skupnostjo in črednim instinktom. Zaradi tega so najdbe v grobovih – gledano predzgodovinsko – prva znamenja človeške kulture. Saj je že sam pokop mrtvega običajno dejanje spoštovanja do človeka, ki smo mu bili blizu v ljubezenskem odnosu. Živali ne ljubijo na način, ki bi bil s tem primerljiv, živali mrtvih živali ne pokopavajo.

Specifično človeško je torej usmeriti se na *več kot na samega sebe*, zaradi česar je tudi vsako opravljeno delo v bistveno humanejšem okviru odnosov, če nekomu pomeni *več kot samemu sebi*, če ima delo, opravljeno za nekoga drugega, večjo vrednost, kot če bi ga opravil zase. S tem nočem reči, da bi ljudje, ki živijo sami, nekako opravljali manj dobra dela kot aktivni družinski člani. Nasprotno, pogosto se zares vržejo v svoje delo in se mu popolnoma predajo. In vendar ima delo, ki so ga opravili, neredko priokus enostranskosti vse tja do bega v skupinsko delo v obratovalnicah – do bega pred osamljenostjo. Nasprotno pa ima delo za družinske člane uravnoteženo vrednost: služi delovnemu proizvodu, ki ga je treba proizvesti, in v enaki meri služi blagostanju lastne družine, ki ima koristi od sadov dela. Ali drugače povedano: pomen družine za uspešen svet dela je v tem, da daje zanj dodaten temeljni motiv: prizadevati si pri delu ter sprejeti nase vsakodnevne nadloge. Človek to dela za stvar, dela zase in za svoje ljudi. Človek dela za prihodnost obrata, v katerem je zaposlen in dela za prihodnost hčera in sinov, nečakov in nečakinj, ki so mu zaupani. Delo ni več zgolj samovzdrževanje in tudi ne več samo individualno področje dejavnosti, ampak se razširja v izpolnitev zelo važne naloge v družini, v njeno gospodarsko zanesljivost.

Žal danes med družino in delom radi vidimo navzkrižje, kot da bi šlo za tekmece, ki bi nas oba želela zase in bi nas porivala v spore. V resnici je to popolnoma sprevrženo gledanje, ki se je utrdilo šele s prenosom dela iz kmečkih in obrtniških družinskih skupnosti. Prej je bilo jasno, da je delo vedno tudi delo za družino in da se opravlja iz ljubezni do družine. Z ostro ločitvijo delovnega mesta od domačega ognjišča pa so se spremenili tudi predznaki: delo je postalo minus za družinsko življenje, pomenilo je

»biti zdoma«.

Že več kot stoletje se neprestano povečuje prosti čas, s tem pa tudi prednosti za družinsko življenje. Služba je zabila klin med delo in družino, ki je povzročil mnogo gorja in ga je treba odstraniti. Zapomnimo si, da lahko izpolnimo svoje naloge v družini, če smo v njej prisotni ali odsotni, če se igramo z otroki v peskovniku ali sprejemamo daljnosežne odločitve na delovnem mestu, če doma čistimo okna ali strežemo strankam v trgovini. Kaj je vsakokrat zares smiselno, nam bo že prišepnila zahteva situacije. Toda naj bo to karkoli, dokler čutimo pripadnost družini, ji bo vse služilo in izrekalo naš »da« družini. Na tej osnovi se blaži konflikt med delom in družino enako kot konflikt mnogih žensk med gospodinjstvom in poklicno dejavnostjo; če se vse dogaja pod obzorjem obojestranskih ljubezenskih odnosov, teče preko manjših ali večjih lastnih prednosti k altruističnemu delu, glede katerega je harvardski kardiolog Herbert Benson odkril, da ima na človeka enak učinek kot joga, duhovnost in meditacija, namreč da ga telesno in duševno stabilizira.

Naj nam spregovori še drug strokovnjak, Albert Schweitzer, ki je prav ob pogledu na dobro situirane osebe na dobrih poklicnih položajih dejal: »Če si prejel več zdravja, darov, zmožnosti, več uspeha, lepega otroštva in več harmoničnih domačih razmer kot drugi, tega ne smeš imeti za samoumevno. Za to moraš plačati svojo ceno. Izredno predanost življenja moraš nuditi življenju.« Delati v dobro družine je tudi majhen delček *predanosti življenja življenju*.³⁵

³⁵ Albert Schweitzer: *Ausgewählte Kostbarkeiten* (SKV Edition, 1983).

Smisel družine

Ustavimo se še enkrat pri opazovanju poti naših misli. Slišali smo, da je, če hočeš v družini biti oseba in ostati osebnost, nujno obvarovati avtonomijo ravnanja in se varovati klišejskih hipotez. Ob tem smo se naučili, da nam pravih zahtev ne postavljajo naši soljudje, ampak posamezne življenjske situacije, v katerih se znajdemo, če hočemo izkoristiti optimalne možnosti teh situacij. In končno smo našli pristop do ideje, da morajo biti vse naše storitve in vsa dejanja posvečena nečemu, kar je *več kot mi sami*, da bi bila ta dejanja resnično *humana*; družina je najintimnejši sočloveški sistem odnosov, zato pa tudi najodličnejše vadbišče za zdravo pozabljanje nase. Zadnja miselna koraka lahko strnemo v naslednji jedrnat stavek: *Ni ti treba vedno storiti tega, kar od tebe zahtevajo družinski člani, toda kar delaš, moraš delati tudi njim na ljubo.*

Vprašajmo se sedaj, kam nas bo pripeljala naša pot, če bomo še naprej hodili po njej, vprašajmo se o smislu družine. Da bi ta smisel osvetlila s konkretnim primerom, naj vam na kratko predstavim izkušnje socialnih služb v nemških bolnišnicah. Kar se tam zbira in kar se tja vali, je obupna beda družbe, v kateri je dve tretjini vseh družin bolnih. Pred človekom, ki je iztrgan iz sredi življenja, je nenadoma težka operacija. Pacient mora ležati, je nezmožen za delo, potreben nege. Nihče ga ne mara, nihče ga ne more potrebovati, nikogar ni ob njem, da bi pogledal, kako je z njim. Kam z bolnimi, kam s starimi, kam z bolehnimi, ki jim življenje umetno podaljšuje visoko tehnizirana medicina, a so v breme zdravim in jih ti pošiljajo sem in tja? »Obdržite vendar našo mamo v bolnišnici,« moledujejo, »doma ne more nihče skrbeti zanjo.« Začne se lov

za prostorom v domovih za ostarele, za posteljo v domu oskrbovancev, za sprejem v zatočišče – pot do pokopališča je postala zelo dolga.

Če kdo misli, da je to problem nižjega sloja ali vsaj nižjega srednjega sloja, se hudo moti. Denar je na razpolago, naklonjenost ne. Človekov dom je morda z antikvitetami opremljena vila, nikogar pa ni, ki bi očeta po operaciji hranil z žlico in mu prinesel posodo za uriniranje. Vse, kar so mati, oče, teta ali stric nekoč naredili, težave, ki so jih obvladovali, vse to je kot zavrženo, kakor hitro jim moči popustijo; drugi grabijo zase, kar je od tega še ostalo, človek pa ostaja zadaj v svoji goli eksistenci, sam, zapuščen, njegov rok za izstop je že zapadel.

In še odlomek iz pacientovega poročila Michaela Brauna iz bolnišnične socialne službe mesta München:

... in zopet telefon. Telefonira razburjena žena starega pacienta. Pozabi se predstaviti in začne takoj naštevati vzroke, zakaj moža ne more vzeti domov, in pojasnjuje, da tudi dom ne pride v poštev, ker bi bilo to mnogo predrago, da sploh več ne ve, kako naprej. Kakšne »socialne« še ni nikoli potrebovala in svoje reči je vedno plačevala, toda sedaj – ali ne bo tako in tako kmalu umrl? – Zajeti mora sapo in medtem se domislil, da je to žena starega gospoda X, ki po kapi že nekaj dni leži na internem oddelku. Že pred tem ni mogel več dobro hoditi in tudi umske sposobnosti mu niso več dobro služile.

Medtem ko spet zajema sapo, čisto mirno vprašam, ali je klicateljica žena X? – »Seveda, kdo pa drug?« je slišati rahlo ogorčena. Prijazno mirno ji skušam pojasniti, da lahko razumem njeno prizadetost, njene skrbi: tudi to, da ji hočem pomagati pri vseh njenih problemih, ki so jo sedaj doleteli, in če bi mogla zaradi tega priti k meni

na pogovor. Morda bi ji tudi otroci lahko stali ob strani. Nekoliko pomirjena sprejme predlog. Seveda, toda otroci so zaposleni ...

Navedla sem teh nekaj stavkov, ker mislim, da takšna poročila bolje ponazarjajo smisel družine kot še tako prepričevalni argumenti. Družina naj bi že v samem temelju pomenila varnost in pripadnost. Varnost je brezpogojna, dokler je nedotaknjena. Družina je zavetje za življenje in zavetje za človeka vredno umiranje. Družina je prizanašanje mladosti in upoštevanje starosti. Družina pomeni vedeti, da imamo na tem svetu kraj, ki ga ne moremo izgubiti, kraj, kjer smo vedno dobrodošli, naj je človek berač ali milijonar. Z denarjem in s silo se sicer da marsikaj kupiti in izsiliti, ne da pa se kupiti bivanjske varnosti.

Tu se torej konča naša pot, ki se začenja s svobodo, se orientira po zahtevah vsakokratne situacije, pot, ki jo vodi altruistična zvezda in se v njenem lesku zrcali predanost življenja življenju ter se konča v bivanjski varnosti. To je pot oseb, ki so prav do dna spoznali smisel družine in zato lahko opravljajo svoje poklicne dejavnosti brez strahu in bojazni, brez notranje krčevitosti in razmrcvarjenosti v pomirjajoči gotovosti, da so *doma* nekje, kjer niso šteti njihovi uspehi, njihova poslovna zmagoslavja in njihovi bančni računi, ampak – oni sami.

Seveda absolutne varnosti na svetu ni, toda če se vprašamo po dejavniku prihodnosti, ki izvira iz človekove osebnosti in ki sodoloča človekovo prihodnost, potem je ta dejavnik prav človekova zmožnost in pripravljenost, da *smisel postavi nad dobiček*, in kadar je treba, tudi smisel družine nad dobiček od dela. Kdor pri sebi razvije to zmožnost in pripravljenost, bo sooblikoval prihodnost,

ki jo je vredno doživeti, ker človeškemu pridobivanju podarja več, kot bi si človek lahko kdaj sam vzel od siceršnjega pridobivanja.³⁶

³⁶ Iz: *Die magische Frage wozu?*, Herder, Freiburg 1991, 99–115.

Dodatna literatura in izobraževanja so dostopna tudi na:
<https://elisabeth-lukas-archiv.de>
<https://logotherapie-online.com>
<https://logotherapie-online.com>

Ti govoriš o miru,
jaz govorim o miru,
in ne razumeva se.

Pridi, umolkniva,
spustiva mir
med tebe in mene!

Elisabeth Lukas: *SMISELNICE*





Oče in mati
spočneta otroka.

In vendar nista
stvaritelja
novega človeka,
pač pa priči
novega čudeža
učlovečenja.

Kajti oče in mati
predajata naprej
svojo telesno in
duševno dediščino –
ne pa svojega duha.

Elisabeth Lukas: *SMISELNICE*



ZBIRKA SMISEL PRI CELJSKI MOHORJEVI DRUŽBI:

- Gordon ALLPORT: *Posameznik in njegova religioznost*. Klasična študija funkcije religioznega občutja v posameznikovi osebnosti: psihološka interpretacija (2024)
- Joseph B. FABRY: *Hoja za smislom*. Viktor Frankl, logoterapija in življenje (2022)
- Viktor E. FRANKL: *Človekovo iskanje najvišjega smisla* (2020, 2021, 2024)
- Viktor E. FRANKL: *Kljub vsemu reči življenju da*. Psiholog v koncentracijskem taborišču (2013, 2016, 2121, 2026)
- Viktor E. FRANKL: *Moj odgovor življenju*. Avtobiografija (2025)
- Viktor E. FRANKL: *Preslišani krik po smislu*. Psihoterapija in humanizem (2016)
- Viktor E. FRANKL: *Volja do smisla*. Osnove in raba logoterapije (1994, 2014, 2022)
- Viktor E. FRANKL: *Zdravnik in duša*. Osnove logoterapije in bivanjske analize (1994, 2015, 2022)
- Haddon KLINGBERG ml.: *Ko nas pokliče življenje*. Ljubezen in življenjsko delo Viktorja in Elly Frankl (2023)
- Sebastjan KRISTOVIČ: *Med smislom in nesmisлом trpljenja*. Dostojevski in Nietzsche (2016).

- Sebastjan KRISTOVIČ: *Reševanje krize smisla sodobnega človeka*. Osnove logoterapije (2014)
- Pinchas LAPIDE, Viktor E. Frankl: *Iskanje Boga in vprašanje smisla*. Pogovor (2025)
- Robert C. LESLIE: *Jezus in logoterapija* (2021)
- Elisabeth LUKAS: *Družina in smisel* (1993, 2026)
- Elisabeth LUKAS: *Osnove logoterapije*. Človeška podoba in metode (2017)
- Elisabeth LUKAS: *Stori prvi korak*. Reševanje sporov, ustvarjanje miru (2021, 2024)
- Elisabeth LUKAS: *Vse se uglasí in izpolni*. Logoterapija v poznejšem življenjskem obdobju (2002, 2017, 2026)
- Jože RAMOVŠ: *Sožitje v družini* (2017)
- Micah R. SADIGH: *Eksistencialno potovanje*. Viktor Frankl in Lev Tolstoj o trpljenju, smrti in iskanju smisla (2023)
- Matic VIDIC: *Smernik za smisel*. Popotnice preizkušenega logoterapevta (1,22025, 2026)

Elisabeth Lukas
DRUŽINA IN SMISEL

Prenovljena izdaja

Zbirka Smisel

Izvirniki:

Viktor E. Frankl:

Festvortrag, 12. Internationaler Familienkongress, Wien 1988;
Rund um die Familie – Was die Familie zusammenhält.

Elisabeth Lukas (© Elisabeth-Lukas-Archiv gGmbH)

Familie braucht Sinn, iz: *Auch deine Familie braucht Sinn*, Verlag Herder,
Freiburg im Breisgau 1981;

Das Dasein für etwas oder für jemanden, iz: *Psychologische Seelsorge*,
Verlag Herder, Freiburg im Breisgau 1985;

Die Familie, ein Gravitationszentrum der Liebe; Wie kann die Familie
mit seelischen Kranken umgehen?, iz: *Gesinnung und Gesundheit*,
Verlag Herder, Freiburg im Breisgau 1987;

Die Chance der Familie, iz: *Rat in ratloser Zeit*, Verlag Herder, Freiburg
im Breisgau 1988;

Der koexistentielle Akt der Liebe; Das Modell einer sinnzentrierten
Familientherapie, iz: *Psychologische Vorsorge*, Verlag Herder, Freiburg
im Breisgau 1989;

Die sinnzentrierte Familientherapie, iz. *Geist und Sinn*, Psychologie
Verlags Union, München 1990;

Person sein – Person bleiben in der Familie, iz: *Die Magische Frage*
»Wozu«?, Verlag Herder, Freiburg im Breisgau 1991.

Prevod: Jože Urbanija in Rudi Meden

Urednica: Saška Ocvirk

Predgovor k slovenski izdaji: dr. Jože Ramovš

Urednik zbirke Smisel: dr. Jože Ramovš

Prelom: Lidija Murenc

Oprema: Urška Dolenc

Slika na naslovnici: Dream Inspiration/Shutterstock.com

Korekturno branje: Rudi Meden

Izdala in založila:

Društvo Mohorjeva družba in Celjska Mohorjeva družba, d. o. o.

Za založbo:

predsednik Lojze Kozar in ravnateljica dr. Tanja Ozvatič

Celjska Mohorjeva družba, Prešernova ulica 23, 3000 Celje, Slovenija
www.mohorjeva.org

Natisnila tiskarna Dravski tisk v 700 izvodih.
Celje 2026