

Problem današnje družbe je, da ni očetov. Ali so zapiti ali pa odsotni.

Sprašuje: Vesna Žarkovič

Foto: Igor Modic

Kakšna so vaša temeljna spoznanja pri dolgoletnem delu z ljudmi?

Tradicionalni psihoterapevtski prijemi so na dolgi rok neuspešni. Ljudje se sicer potažijo za kratek čas, nato pa težava in bolečina udari ta še večjo močjo. Psihoterapija je lahko uspešna le takrat, ko se posameznik zno-va zakorenini v družini, partnerstvu, poklicu in širši družbi, kot pravi dr. Rugelj. Tudi meni se v terapevtskem delu vsak dan potrjuje to spoznanje. Praviloma posameznik dobi vse rane, ki posledično vodijo v nevrozo ali kako drugo deviacijo, v odnos s pomembnimi drugimi – starši, partnerji itd. Logično je, da je zdravljenje mogoče samo v tem okviru. Ljudem v stiski je treba pokazati pot iz nje, kar pomeni, da »morajo« delovati v skladu z antropološkimi spoznanji in izročili, ki so v zgodovini človeštva jasno pokazala, kako moramo živeti. Pri rehabilitaciji človeka v stiski je treba uporabljati prvenstveno naravna sredstva, kot so npr. tek (za samodisciplino), biblioterapija, avtoanalitično pisanje, stik z naravo (hoja v gore), študij, skrb za dobre odnose z ženo, možem, otroki ...

Kako se rešiti stiske, kakšne in katere so prave in učinkovite poti iz zagat?

Spoznal sem, da so razvojna psihologija, psihoanaliza in teorija teh dveh strok nujne za

resno ukvarjanje z ljudmi v stiski – zaradi razumevanja patologije in tudi normalnosti na drugi strani. Drugo pa je vprašanje, kako se rešiti stiske, kakšne in katere so prave in učinkovite poti iz zagat. Popolnoma se strinjam z dr. Rugljem, da je treba od ljudi »zahtevati« spremembo preokupacij na vseh življenjskih področjih. Od njih je treba zahtevati konkretna dejanja in tudi rezultate, zato sem prepričan, da je terapevt glavni generator uspešne terapije. Pri svoji praksi upoštevam spoznanja dr. Ruglja, ki se iz dneva v dan potrjujejo tudi pri mojem delu z ljudmi.

Urejanje očitno zahteva veliko napora tako od bolnika kot od terapevta.

Osnovni program v socialno andragoški metodi traja kar tri leta, nadaljevalni pa dodatnih nekaj let. So tisti, ki se vključijo, pripravljeni na tako trdo delo?

Le redki so se resnično pripravljeno dejavno potruditi, da presežejo svoje življenjske stiske, zablude in strahove. Zato je socialno andragoška metoda urejanja ljudi v stiski učinkovita samo za redke posameznike, pare in družine, ki se v dolgotrajnem procesu nadpovprečno potrudijo, da uredijo svoje življenje. Vedeti je treba, da so vsi v svojem življenju počeli nekaj hudonarobe in so zato zdrsnili v težave. Padli so na izpitu iz umetnosti življenja. Potrnitve pa ni enostavna. Veste,

Že 21 let je član alternativne terapevtske skupnosti in koterapevt dr. Janeza Ruglja, kamor je prišel kot alkoholik in faliran študent. Med urejanjem sebe in družine (oče treh otrok) je diplomiral, magistriral, opravil specializacijo klinične psihološkega svetovanja in pred kratkim tudi doktoriral. Dr. Andrej Perko deset let vodi terapevtsko skupnost v Škofji Loki, ki deluje po socialno andragoški metodi dr. Ruglja. V njegovo terapevtsko skupnost so vključeni nevrotički, alkoholiki, narkomani, samski ljudje, zakonci tik pred razvezo ... pa tudi takšni, zlasti študentje, ki želijo izboljšati svoje življenje in potrebujejo zunanjo spodbudo. Lenoba je poglavitni vzrok zmanjšane sposobnosti velike večine ljudi za ustrezen življenjski boj, meni, in dodaja, da se pri poražencih v njem stopnjuje sekundarna tesnoba, pomirjajo pa jo s tobakom, alkoholom, marihuano, gledanjem TV. Teh »pomiril« ponuja družba v izobilju in ljudje jih s pridom uporabljajo. Mnogi tako pomirjeni pa počasi zdrsijo v osebno in socialno izolacijo ter postanejo »trajni uporabniki psihiatrije«, meni dr. Perko.



Moški je tisti, ki postavlja meje. On pri vzgoji superego – občutek dolžnosti – iz katerega otrok ponotranji družbene norme. Oče je bog.

moraš zaupati terapevtu in mu slediti in počasi, ob izkušnjah drugih ljudi spreminjaš svoje življenje. Enostavno moraš slediti, ker si živel napačno in nisi znal ven. Izpolnjevanje obveznosti programa je dejansko odgovorno opravljanje nalog, ki ti jih življenje vsak dan ponuja, in ne odvisnost od terapevta, kar se dostikrat očita takšnemu delu z ljudmi.

Torej vidite avtoritativno vodenje kot pogoj za urejanje ljudi v stiski? Tako je. Ljudje v stiski, zlasti pa alkoholiki, so v svojem življenju »pridelali« toliko deficitov, da jih brez pozitivnih zgledov v dolgotrajnem in vsestranskem programu uvodijo, ki je avtoriteta in zrela osebnost, ne morejo nadomestiti. Avtoritativno vodenje pomeni, da se na vsakega člana oziroma na njegovo vedenje gleda kot na vedenje drugih, zdravih ljudi. To pa pomeni, da se človeku v stiski (zlasti pa alkoholiku) ne prizna statusa »bolnika«, ampak se od njega »zahteva«, da deluje na vseh življenjskih področjih, kajti bolj ali manj je na vseh tudi nazadoval. To pa je mogoče samo v vzgojnem procesu, kar psihoterapija v širšem pomenu tudi je. Odrasel človek se ne more urediti, ozdraviti, se spremeniti, če ne postane kot otrok. Spoznanja psihologov in pedagogov zadnjih letih namreč jasno kažejo, da je vzgoja mogoča le v pravični, avtoritativni družini, kjer naj bi bile vloge očeta in matere pravilno odigrane, kjer je oče tisti, ki postavlja meje in ograde otrokom, mati pa sprejme pokrivajočo vlogo.

Kakšna pa je vloga skupine?

Vloga manjše ali večje skupine je nenadomestljiva. Skupina je »pleme«, ki ima poleg pravičnega očeta (terapevta) nenadomestljivo vlogo pri osebnostni preobrazbi posameznika. Ljudje v stiski dejansko želijo, da jim kompetenten človek pokaže pot iz stiske, in so pripravljeni slediti. Terapevt mora v svoji vlogi dostikrat dobesedno odigrati vlogo očeta z vsemi transference in kontratransferenci ter realnimi odnosi, ki se spletajo med njim in ljudmi, ki se pri njem urejajo. Tako mora terapevt sprejeti vlogovzgojitelja, to se pravi avtoritete, in mora v nekem smislu nastaviti hrbet in v vztrajanju pri korektnem izpolnjevanju zahtev programa omogočiti ljudem v stiski, da napravijo tisto, česar doslej v življenju niso napravili – naloge, dolžnosti, ki jih življenje postavlja pred njih. Avtoritativno vodenje kombinaciji z direktivnim je tako nujno pri resnem delu v skupini.

jaz od ljudi zahtevam, da delujejo. Takšnih zahtev si psihoterapevti običajno ne upajo privoščiti (razen nekaterih izjem), ker bi ostali brez klientske. Ob takšnem delu mora biti terapevt ljudem, ki so pri njem v terapiji, praviloma skupinski, za zgled za lastnim življenjem.

Kaj pa »klasični« psihoterapevtski prijem?

Seveda je psihoterapija v ožjem smislu pomembna in je spremljevalka celotne, holistične obravnave posameznika in njegovih bližnjih, ki pridejo v terapijo. Hočem povedati, da pri delu z ljudmi v stiski nikoli nisem usmerjen neposredno na sam problem, težavo, ampak na to, da v vsakdanjem življenju dobro delujejo. Večina jih je tako strtih, vdanih v usodo in lagodnih, da se niso pripravljene dolgočasno zelo potruditi za dvig in hlepjo po potlačbi in pomirili ter v ustvarjanju razmer za nadaljevanje lagodnosti (bolniški dopust, invalidska upokojitev ...). Želijo hitrih odrešitev, kar pa je iluzija, in tako po-

stanejo »plen« pomirjeval ter še drugih farmacevtskih pomagala.

In kakšni so rezultati takšnega dela z ljudmi?

Nadpovprečni, ker so tudi prizadevanja članov nadpovprečna. Skoraj vsi morajo med urejanjem pridobiti eno stopnjo višjo izobrazbo, vsi so ljubitelji kulture, pišejo avtorske spise, ki jim pomagajo do notranjega uvida, preberejo najmanj dve knjigi na mesec, vsi so planinci in redni tekači itd. Lahko rečem, da program, ki ga vodi dr. Rugelj in ga sam poskušam čim bolj verno kopirati, vzgaja ljudi za odgovorno in polno življenje v nasprotju z »maso«, ki ima le malo drugih potreb poleg potrošniških. Njihova kultura, način življenja, se začne in konča v hedonističnem poležavanju, pupcanju, papcanju, druženju v nakupovalnih središčih ...

Ampak po navadi se ljudje vendarle izogibajo psihoterapevtov. Kaj človeka sploh privede v vaš program?

Stiska. Ko si pripravljen narediti vse, da se iz nje izvlečeš. Pri tem ne smeš biti domišljav,

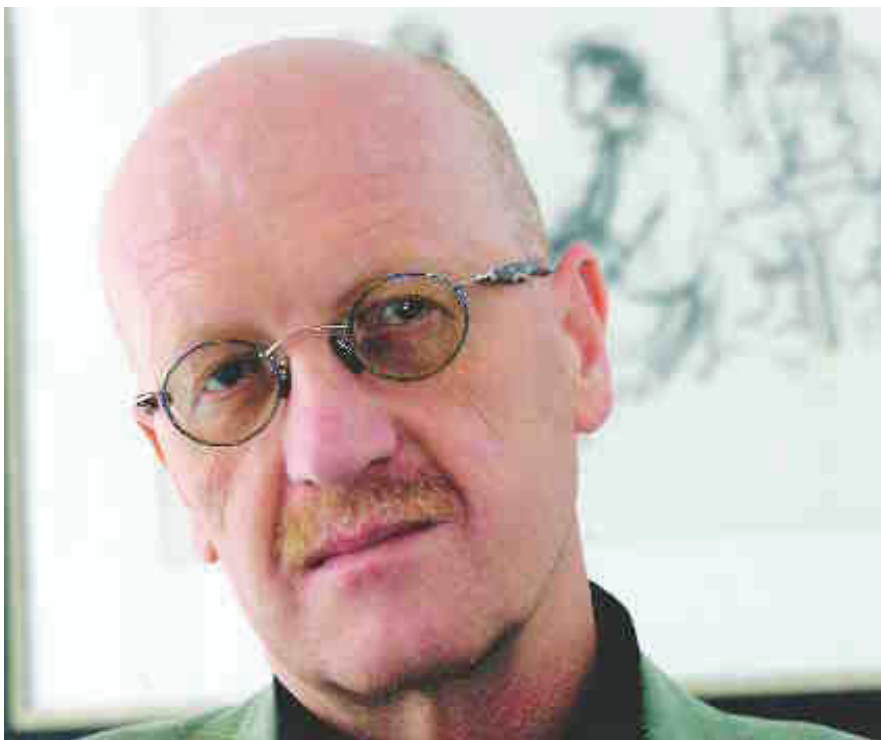
nah, kajti ljudje so večinoma lenobni in potrebujejo mnogo »spodbud« da se aktivirajo. Tega pa se ne da doseči s t. i. motiviranjem (ko motiviranje pojmuje kot pregovarjanje ljudi, razumsko dokazovanje itd.). Motiviranje že samo po sebi pomeni potiskanje v dejavnost, to pa si lahko privoščijo samo terapevti, ki sam živi življenje, ki ga prek terapevtskega dogovora »zahteva« od bolnikov, ki je vsem v skupini učitelj novega, drugačnega življenja z lastnim zgledom. Torej terapevt ne more biti samov službi, npr. osem ur na dan, ampak mora biti ljudem, ki jih vodi, na razpolago. Z lastnim življenjem mora biti vtakan v življenje ljudi v stiski in njihovih družin, kar pa seveda ne more biti služba, ampak je poslanstvo.

Kako deluje vaša terapevtska skupnost?

Pri svojem delu z ljudmi v stiski za zdaj kar se da verno kopiram socialno andragoško metodo dr. Ruglja. Lahko bi rekel, da delam z ljudmi po nekakšni modificirani socialno andragoški metodi. Skupini, ki ju vodim pri Društvu za zdravo življenje in medsebojno pomoč Škofja Loka, ustanovil sem ga leta 1996, sem organiziral leto pozneje. V letih od 1997 do 1999 je delovala samo ena, nato pa je članstvo toliko naraslo, da sem jo razdelil na dva dela. Zdaj vodim dve skupini po približno 20 članov, ki imata sestanek vsak teden, in terapevtsko skupnost, ki ima sestanek enkrat mesečno. V skupine se vključujejo ljudje z različnimi stiskami, od alkoholikov in njihovih svojcev, zakonskih parov, ki so se znašli pred razvezo, zunaj zakonskih partnerjev v različnih stiskah, mladi, ki želijo prekiniti patološko navezanost na primarno družino in ki poskušajo dvigniti kakovost svojega življenja ... Občasno ustanovim tudi razne ad hoc skupine, kot npr. družinsko skupino, počitniško skupino, skupino veterancev, skupino mladih.

V čem se vaš program razlikuje od drugih psihoterapevtskih pristopov?

V tem, da se mora izpolnjevati terapevtski dogovor, ki pa je kar zahteven. Nujno je treba priti na sestanke v eni od skupin in TS, redno je treba teči (obvezna udeležba na maratonu v Trstu, Ljubljani in supermaratonu oziroma pohodu od Celja do Logarske doline), redno planinariti (obvezen pohod skupin ali TS enkrat mesečno), se redno udeležiti letnih in zimskih planinskih taborov, ki trajajo tri do pet dni. Prebrati je treba dve knjigi na mesec in napisati utrinke, pisati dnevnik, tednik, razne avtoanalitične spise, izpovedne spise, utrinke o predstavitev in še mnogo drugih temah. Zaradi spodbujanja kulturnega življenja je obvezen obisk vsaj ene kultur-



ne prireditve v mesecu – koncert klasične glasbe, obisk razstave. V skupinah je treba še določiti osebo za planinsko vodenje, pisane zapisnike, urejanje zbornika itd.

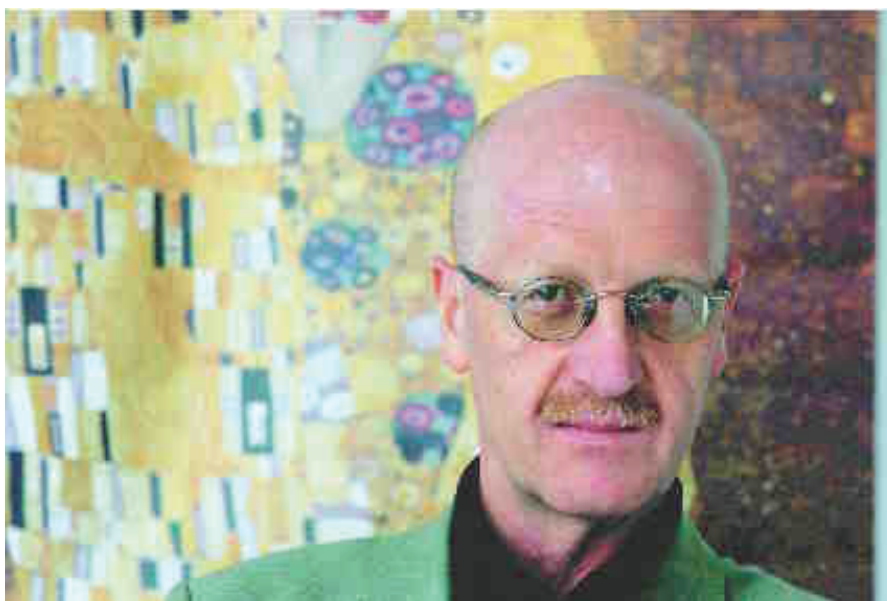
Pri svojem delu imate prav gotovo temeljit vpogled v človeško naravo. Ali moški drugače doživljajo družino, odnos, svoje delo?

Seveda. Moški svet je zelo drugačen od ženskega. Moškemu družina ne pomeni smisla življenja tako kot ženski, materi. Tu mislim na zdrave, normalne družine in ne patološke. Ženski svet, doživljanje se vrti okrog materinstva, moža, otrok. Žena, mati je danes v težkem položaju. Marsikdaj se mora odločiti ali za kariero ali za družino. Dostikrat izberejo oboje in na obeh področjih pogorijo. Problem vidim tudi v tem, da so dekleta v šoli veliko bolj pridna od fantov, so uspešnejša in temu primerno želijo zasedati položaje v službah in širše v družbi. Kariera pa je z odgovornim materinstvom nezdržljiva, kajti mati mora imeti čas za ustvarjalno simbiozo z otrokom, mora imeti tudi vso podporo in razumevanje ljubečega moža, da se lahko otroku popolnoma posveti prvo leto življenja. Leto odsotnosti pa pomeni, da ne morejo več enakopravno tekmovali z moškimi v npr. poslovnem, znanstvenem in ne vem še kakšnem svetu. Moški ima za to 24 ur časa na dan; poleg tega morajo ženske v »moškem« svetu vložiti mnogo več napora in dosegati nadpovprečne rezultate, da jih moški svet sprejme in jim da ustrezno prizna-

nje. Poznam sicer nekaj parov, ki jim je uspelo, da sta oba napravila kariero (znanstveno) in da tudi družina dobro deluje, vendar so to zelo redke izjeme in nikakor ne pravilo.

Kakšno vlogo pa ima moški pri vzgoji otrok?

Nepogrešljivo. Moški je tisti, ki postavlja meje. On privzgoji superega – občutek dolžnosti – iz katerega otrok ponotranji družbene norme. Oče je bog. Postavlja normo, kaj je prav in kaj narobe, postavlja meje, ograje in zidove, če je treba. Oče je tisti, ki predstavlja realiteto življenja zunaj družine. Problem današnje družbe pa je, da ni očetov. Ali so zapiti (200.000 alkoholikov) ali pa odsotni. Žal velikokrat zaradi prezahtevnosti mater ni. Če ni matere, ni doma. Otroci se vračajo iz šole v prazna stanovanja, ker so starši prezahtevni in se poznavajo iz služb. V zdravi družini moški odigra svojo vlogo ob podpori in asistenci matere. Za oblikovanje identitete sinov je torej nujna očetova vzgoja, in osnovna naloga očetov je, da odpeljejo sinove proč od matere, da jih iztrgajo iz materinega objema in jim omogočijo, da gredo samostojno v življenje, sposobni, da z drugo žensko nadaljujejo življenjski cikel. Pri hčerkah pa je drugače. Tu oče ne postavlja tako strogih meja kot pri sinovih, kajti sinovi se morajo šele narediti, hčerke pa so že narejene. Oče zavaruje hčerke, jim da osnovno varnost v svetu moških. Odočetov mora dobiti



potrditev, da so privlačne, ženske, da so vredne ljubezni.

Od kod trditev, da mati naredi iz sina alkoholika?

To se dogaja v družinah, kjer moški ne odigra aktivne vloge. Urejena družina praviloma ne napravi alkoholika. Ko ni očeta, mati naveže stik s sinom, doživlja ga kot nadomestnega moža, sin pa meni, da jo mora zavaruвати pred neustreznim možem. Tako stopa v patološki odnos, v katerem igra vlogo zasilnega moža svoji lastni materi. Tudi matere samohranilke se navežejo na sinove in jih ne morejo spustiti iz rok. Ko hočejo oditi, jih nikakor ne spustijo. Takšno dinamiko odnosov v družinah samohranilk in drugih družinah z raznimi patologijami zaznavam v vsakodnevnem delu kot hud problem. V Sloveniji se srečujemo dodatno še s problemom »ma-

tere na piedestalu«, matere kot zaščitnice naroda, z likom cankarjanske matere. Ker ni pravih moških, očetov, ki bi odigrali vlogov družini, kot se spodobi, če pa že so, jih žene ne spoštujejo in ob njih uspešno igrajo vlogo nesrečnic in žrtev, in sinove še dodatno obremenijo z občutki krivde, če bi jih hoteli zapustiti.

Kako bolni družinski odnosi vplivajo na našo družbo?

Katastrofalno! Na eni strani imamo že omenjene matere samohranilke, ki pogosto uničujejo svoje otroke, na drugi nezdrave odnose med ženami in mošči, ki so prav tako rušilni za njiju kot za njune otroke. Zlasti sinovi tako ne razvijejo svoje moške identitete in zato ne morejo spolno zaživeti z drugo žensko niti se ne morejo prav »odtrgati« od matere. Tudi če živi s svojo ženo, rešuje probleme še

Ljudje v stiski, zlasti pa alkoholiki, so v svojem življenju »pridelali« toliko deficitov, da jih brez pozitivnih zgledov v dolgotrajnem in vsestranskem programu ob vodji, ki je avtoriteta in zrela osebnost, ne morejo nadomestiti.

naprej s svojo mamo. Takšni moški so v samem jedru zlomljeni, zmedeni, so dejansko v hudi stiski, med kladivom, ki ga predstavlja mati, in nakovalom, to je ženo. Rešujejo se z begom, navadnov alkoholizem ali kako drugo patologijo. Sin je navadno za mater edini moški, za katerega je vredno živeti. Tako se na nezavedni ravni prek otrok maščuje svojemu možu, ki jo je razočaral. Če bi bila dostojanstvena, izobražena, ozaveščena, bi neustreznega moža (npr. alkoholika) že zdavnaj zapustila, tako pa v nedogledupa, da se bospremenil. Prevladuje družbenastigma: kaj bodopa drugi rekli, ločiti se je sramota. Menim, da imajo ženske v rokah škarije in platno. Vso pravico imajo od svojega moškega pričakovati, da je korekten, urejen, odgovoren, sicer ga lahko zapustijo.

Pri vašem psihoterapevtskem delu je pomembna uspešnost delovanja. Kaj je merilo uspešnosti?

Polno delovanje na vseh področjih. Merilo uspešnega zdravljenja npr. alkoholika je zgolj abstinenca. Pri nas je to le pogoj. V tem sistemu ni mogoče blefrati, vsak se sreča s sabo.

Kakšne ženske so Slovenke?

Ob tem vprašanju bi se ustavil samo na enem segmentu – problemu feminizma. Kazen histeričnega feminizma plačujejo najbolj ženske same – s samskostjo. Omenil sem že, da so mlada dekleta bolj pridna in ustvarjalna od fantov. Kako naj spoštujejo fante, ki se opijajo in živijo neodgovorno? Najbolj sposobna dekleta »ulovijo« svoje moške tja do 25. leta. Obpičli izbiri urejenih fantov jim ne preostane drugega, kot da naprej študirajo, hrepenijo po moškem, se ob bolečih izkušnjah v odnosih z nepravimi moškimi feminizirajo in zasovražijo ves moški svet. Tako ostajajo večno nezadovoljne. Lahko sicer napravijo bleščeče kariere, a so večno nezadovoljne. Večina žensk si obsebi vendarle želi imeti moškega, za katerega bodo živele, ga ljubile. Zanj so velikokrat pripravljene žrtvovati tudi kariero.

Kako pa »disciplinirati« fante, jih narediti odgovornejše in uspešnejše?

To nalogo morajo opraviti njihovi očetje. Od njih morajo zahtevati, da redno študirajo, delajo in sploh živijo odgovorno. Če ima mladostnik zgled pri starših, ki živijo svoje lastno ustvarjalno življenje, je zelo malo možnosti,

Moški svet je zelo drugačen od ženskega. Družina mu ne pomeni smisla življenja tako kot ženski, materi.

da zaide na stranpota. Ob urejenih starših se otrok praviloma ne izgubi. Pomemben je proces odrasčanja, ko mora mladenič najti podožaj v skupini, svoji družbi, zunaj družine. Zelo pomembne, v kakšnem vzdušju, v kakšnih družinskih razmerah je preživel prvih pet let oziroma čas do pubertete, v kakšnem okolju je živel, kako sta njegove potrebe zadovoljevala oče in mati, kako so mu postavljali zahteve, prepovedi in ga s tem učili odgovornosti. Če so bile okoliščine za razvoj v tem času primerne, potem je otrokova identiteta dovolj trdna in je malo možnosti, da se bo v življenju izgubil; če pa ni bilo tako in stopav skupino s šibko identiteto, ga posrka in njegova šibka identiteta se zlije z identiteto skupine – tako lahko razložimo pojav razbojniških tolp v zadnjih letih pri nas. Otrok, ki stopa v življenje dobro opremljen, je sposoben razlikovati, kaj je prav in kaj ne. Razlikuje, kaj je zdravo in kaj nezdravo, kaj je primerno in kaj ne. Sposoben je zdravo vključevati v družbo. Nastavki za poznejše težave zasvojenosti, narcisoidnosti in druge težje problematike se, kot vidimo, oblikujejo v primarni družini, najprej predvsem v odnosu mati-otrok, nato pa v krog

stopa tudi oče. V bolnem odnosu starši namesto otrokovih potreb zadovoljujejo svoje. Ko otrok ne zadovoljuje več njihovih potreb, je ostro zavrnjen. Posledice so lahko katastrofalne. Tu bi rad omenil samo problem narcizma, ki je problem današnje družbe. Otrok razvije zaradi takšnega »dvojnega«, vključujočega in izključujočega odnosu staršev (zlasti matere) številne občutke krivde in sramu in svetu ponuja le zunanjo sliko, saj si notranje ne upa. Starši od njega zahtevajo, da je genialen, in to tudi verjamejo. Če zadovoljuje starševske potrebe po genialnosti, je sprejet, sicer pa ga zavrnejo, odklopijo. Tako mu ne preostane drugega, kot da se vedno vede tako, da zadovolji njihove potrebe, in zato tudi zahteva od okolja, da ga kot genialnega sprejema. Razvije narcistično rano, ko svetu ponuja svoj zunanji imidž, notranje pa je prazen in poln občutkov brezvrednosti. Takšna narcistična osebnostna struktura je hud problem pri edincih. Družina z več otroki omogoča bolj zdrave razmere za osebno rast kot pa družina, v kateri je samo en otrok.

Kje najbolj grešijo Slovenke v odnosih z moškimi?

Ženska mora moškemu omogočiti oziroma od njega zahtevati, da sprejema vlogogospodarja, da ureja življenje navzven. Ženina vloga je vloga matere, ljubice in žene. Ob tem

Spoznanja psihologov in pedagogov v zadnjih letih jasno kažejo, da je vzgoja mogoča le v pravi čni, avtoritativni družini, kjer naj bi bili vlogi očeta in matere pravilno odigrani, kjer je oče tisti, ki postavlja meje in ograde otrokom, mati pa sprejme pokrivajočo vlogo.

seveda lahko tudi sama ustvarja svojo kariero, vendar je glavna naloga ženske ustvarjanje doma. Oče se v dom vrača in je avtoriteta, čeprav je odsoten, v notranjem svetu pa je odločilna mati. Moški mora poskrbeti, da ženi omogoči njeno naravno vlogo, zlasti vlogo matere. Ženska pa mora izbrati takšnega moškega, ki bota omogočil. Največjo napako napravijo s tem, da se ga »polastijo«. Ko se poročijo, mislijo, da bo za vedno ob njej, pri njej, ob otrocih. To pa ni moški svet. Bolj kot pritiskajo nanj, bolj kot ga kontrolirajo, bolj se umika. Tako ga posvoje kastrirajo. Moški se naveliča in odidek ljubici, v gostilno ali pa konča na štriku.

Kaj menite, zakaj ljudje ostajajo samski?

Zaradi nesposobnosti stopiti v odnos. Navadno zagovarjajo in branijo svojo svobodo. V bistvu pa je to samo izraz samoabsorpcije, prezaoplenosti s samim seboj in tudi odsev siromašnih odnosov z vsemi ljudmi okrog sebe.