

**UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE**

MOJCA MAVER

DUŠEVNE MOTNJE V DRUŽBAH VISOKE MODERNE

Diplomsko delo

Ljubljana 2007

**UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE**

MOJCA MAVER

Mentorica: red. prof. dr. Tanja Renner

DUŠEVNE MOTNJE V DRUŽBAH VISOKE MODERNE

Diplomsko delo

Ljubljana 2007

Now there are times when a whole generation is caught...
between two ages, two modes of life, with the consequence
that it loses all power to understand itself and has no standards,
no security, no simple acquiescence.

Herman Hesse, Steppenwolf

Zahvala

Iskreno se zahvaljujem mentorici dr. Tanji Rener za strokovno vodstvo in pomoč pri nastajanju diplomskega dela. Za pomoč pri pridobivanju relevantnih statistik bi se rada zahvalila mag. Silvi Pečar Čad z Inštituta za varovanje zdravja. Za finančno in čustveno podporo ter potrpljenje in razumevanje v času oblikovanja diplomskega dela se iskreno zahvaljujem svojim dragim staršem. Za prijateljske nasvete, podporo in spodbudo pa se zahvaljujem svojim prijateljem in bratu Daretu.

Duševne motnje v družbah visoke moderne

Sodobne visoko razvite družbe označujemo tudi s pojmom »družbe tveganja«, saj so njihove značilne karakteristike občutek negotovosti, nevarnosti, strahu, anksioznosti in opažanje rasti duševnih motenj. Te karakteristike izvirajo iz same strukture, ureditve in sistema sodobnih družb tveganja, v katerih je življenje organizirano okrog tehnologije, birokracije, potrošništva, medijev in oglaševalske industrije. Razpadli so okovi in okviri stare trdne moderne družbe, z njimi pa so izginile obče skupne družbene norme, vrednote, pravila, etika, tradicionalne skupnosti in skupne simbolične zaloge smisla. Sodobne družbe tveganja temeljijo na neomejeni svobodi, individualizmu, lažnih potrošniško in oglaševalsko kreiranih smislih, identitetah in življenjskih stilih, prisilni optimizaciji in geslu »anything goes«. Vse to kreira nestabilne, nekonsistentne, začasne, razdrobljene, fantazijske in zmedene identitete, ter izgubljene in osamljene posameznike, katerih logični konec pelje v sodobne naraščajoče duševne stiske. In tu nastane problem sodobne obravnave duševnih stisk kot izključno fizioloških biokemijskih disfunkcij znotraj posameznika, v katerih ima pomembno vlogo sodobna nevروفarmakologija in čedalje večja poraba psihofarmakov za »uravnavanje« teh neželenih občutkov in vedenja. S tem pa se izognemo obravnavi stanja sodobnih družbenih razmer kot temeljnih dejavnikov naraščanja duševnih stisk.

Ključne besede: družba tveganja, negotovost, duševne motnje, psihofarmaki.

Mental disorders in contemporary modern societies

Highly developed contemporary societies can be marked as »risk societies«, because their typical characteristics are feelings of uncertainty, insecurity, fear, anxiety and the observable increase of mental disorders. These characteristics arise from the structure, organization and system of contemporary risk societies, organized around technology, bureaucracy, consumption and media in advertising industry. All these processes have affected the structure of the old solid modernity and caused the disintegration of a system of social norms, values, rules, ethics, traditional communities and a collective set of symbolic meaning. Today risk societies are founded on unlimited freedom, individualism, false sets of meaning, unstable identities and life styles created by consumerism and advertising, forced optimisation and the motto »anything goes«. All this results in an unstable, inconsistent, temporary, broken, imaginary and confused identities and in lost and lonely individuals, which progressively leads to the growth of mental disorders. But the actual problem that appears now, is a contemporary comprehension of mental distress as an exclusively physiological bio-chemical dysfunction within the individual and its treatment, in which a crucial role is played by modern neuropharmacology and an increasing use of psychotropic substances aimed at the modification of unwanted feelings and behaviour. With that kind of comprehension of mental distress, we avoid the discussion about the contemporary social circumstances as essential factors for the rise of mental disorders.

Key words: risk society, uncertainty, mental disorders, psychotropic drugs

KAZALO

1. UVOD.....	7
2. METODOLOŠKI OKVIR NALOGE.....	9
2.1 Cilji in namen izbrane teme.....	9
2.2 Hipoteze.....	9
2.3 Uporabljene metode raziskovanja.....	9
2.4 Struktura analize.....	10
3. PODOBA DANAŠNJE VISOKO MODERNE DRUŽBE.....	11
3.1 Razlike med trdo in upravljalno prvo moderno ter sodobno razpuščeno tekočo moderno brez jasnih smernic.....	11
3.2 Problem koncepta »svobode«.....	13
3.3 Prisilna individualizacija kot temelj sodobne »svobodne« družbe.....	15
3.4 Izginjanje tradicije ter razkroj skupnih družbenih norm in vrednot.....	17
3.5 Zaton morale in etike - estetika namesto etike?.....	19
3.6 Temeljni dejavniki »obče krize smisla«.....	20
3.7 Nova »sveta« zapoved – potrošnja kot življenjski stil in temelj identitete... ..	23
3.8 Preobilje možnosti in nezmožnost dokončne zadovoljitve želja.....	25
3.9 Izginjanje vodij, pojav »strokovnih avtoritet« in zgledi v medijih.....	26
4. MANIFESTACIJA DRUŽBE TVEGANJA V VSEH STRUKTURNIH DELIH DRUŽBENEGA IN ZASEBNEGA ŽIVLJENJA.....	28
4.1 Skrb za zdravje in zunanjo podobo – doba vsesplošnega »fitnessa«.....	28
4.2 Spremenjena narava dela.....	29
4.3 Novi koncept družine.....	30
4.4 Zaton tradicionalnih skupnosti in nastop »karnevalskih« skupnosti.....	31
4.5 Plitkost medsebojnih odnosov.....	32
4.6 Krhkost partnerskih zvez.....	34

5. VPLIV TEHNOLOŠKE DRUŽBE NA STRUKTURO IDENTITETE IN ŠIRJENJE DUŠEVNIH MOTENJ.....	35
5.1 Vpliv tehnologije na sodobnega posameznika.....	35
5.2 Sodobni družbeni značaj – v druge usmerjeni tip značaja.....	37
5.3 Nestabilni, nekonsistentni, razdrobljeni in zmedeni sodobni »jaz«.....	39
5.4 Kronična osamljenost – najbolj predirljiv produkt tehnološke družbe.....	41
5.5 Tehnološki tempo življenja in neznosni stres.....	42
5.6 Kontradiktornost strokovnih trditev in posledično prisiljeno tveganje.....	44
5.7 Večna negotovost in strah.....	44
5.8 Sodobna anksioznost kot dejavnik duševnih motenj.....	46
6. PSIHOSOMATSKA RAZLAGA BOLEZNI IN DUŠEVNIH MOTENJ.....	48
6.1 Družbeno definiranje »normalnega« in »zdravega« posameznika.....	48
6.2 Razvoj in nastanek duševnih motenj.....	50
6.3 Zastarele in ozkogledne psihiatrične in psihološke dogme.....	51
6.4 Psihosomatski pristop raziskovanja bolezni in motenj.....	53
6.5 Možnosti, tveganja in stres.....	55
6.6 Vpliv tipa osebnosti na soočenje s stresom.....	56
6.7 Razpoložljiva socialna podpora kot blažilec učinkov stresa.....	57
7. DRUŽBENA POGOJENOST NEVROZ IN PSIHOZ.....	58
7.1 Kulturni in psihološki konflikt tehnološke civilizacije kot temelj nevroz.....	58
7.1.1 Van den Bergova razlaga nastanka nevroz.....	59
7.1.2 Razlaga nastanka nevroz po Horneyevi.....	60
7.2 Opredelitev duševnih motenj.....	62
7.3 Kultura in nevrotična potreba po naklonjenosti in moči.....	64
7.4 Kompulzivni in impulzivni stili.....	65
7.5 Narcizem in depresija.....	67
7.6 Paranoja in shizofrenija.....	68

8. RAZŠIRJENOST PORABE PSIHOFARMAKOV IN ALTERNATIVNI PRISTOPI PRI PREMAGOVANJU SODOBNIH DUŠEVNIH STISK.....	71
8.1 Problem množične uporabe psihofarmakov kot načina premagovanja družbenih problemov, zdravljenja osebnih stisk in »uravnavanja« vedenja.....	71
8.2 Poraba psihofarmakov v Sloveniji.....	75
8.3 Duševno stanje in poraba psihofarmakov v skandinavskih državah.....	80
8.4 Družbeno dojetanje in stigmatizacija ljudi z duševnimi motnjami.....	84
8.5 Sodobna alternativna pomoč ljudem z duševnimi motnjami.....	85
9. SKLEP.....	88
10. SEZNAM LITERATURE IN VIROV.....	91
10.1 Monografije.....	91
10.2 Revije in drugo.....	93
10.3 Viri s spleta.....	94
10.4 Videogradivo.....	96

1. UVOD

Pogosto se v strokovnih razpravah omenjajo pojmi, kot so druga, refleksivna, tekoča, visoka ali pozna moderna, celo postmoderna. Vse pa označujejo isti pojav – sodobne zahodne tehnološko visoko razvite družbe, v katerih so nastali povsem novi načini bivanja in eksistence z novimi pravili igre. Glavno gibalno in vodilo življenja pa so neverjetni tempo, navidezno neomejene možnosti in popoln individualizem, ki se po mojem žal velikokrat sprevrže le v sebičnost, medsebojno odtujenost, prepuščenost samemu sebi in osamljenost. Živimo v svetu univerzalne fleksibilnosti, ki pronica v vse vidike individualnega življenja; v vire preživljanja, v partnerstvo, v parametre poklicne in kulturne identitete, v oblike predstavljanja jaza v javnosti, v vzorce zdravlja in čilosti, v vrednote, za katere si je vredno prizadevati, ter v poti, po katerih si prizadevamo hoditi. Negotovost, nestabilnost in ranljivost so najbolj razširjene in boleče lastnosti sodobnih življenjskih razmer. »Fenomen, ki ga vsi ti koncepti poskušajo zaobjeti in artikulirati, je sestavljena izkušnja *nesigurnosti* (položaja, pravic in preživetja), *negotovosti* (glede njihovega trajanja in stabilnosti) in *nevarnosti* (človekovega telesa, jaza in njunih izrastkov: lastnine, soseske, skupnosti)« (Bauman 2002: 203). Življenje med množico rivalskih vrednot, norm in življenjskih slogov, brez trdnega in zanesljivega jamstva, da ravnamo prav, je tvegano in ima visoko psihološko ceno.

V tej nalogi bom obravnavala sodobne zahodne visoko razvite družbe tveganja, v katerih se kaže rast duševnih motenj. Prva domneva je, da današnje družbe tveganja neposredno vplivajo na čedalje slabše duševno in fizično zdravje posameznika, saj je njegovo duševno zdravje pod nenehnim pritiskom različnih družbenih dejavnikov, posledice pa so rast duševnih motenj in povečana uporaba psihofarmakov.

Začela bom z analizo strukture sodobne tehnološke in potrošniške družbe, kako se le-ta odraža in manifestira v različnih sferah družbenega življenja, in ugotavljala, kako vse to vpliva na sodobnega posameznika, njegovo osebnost in duševno stanje. Osrediščila se bom predvsem na družbene vidike in dejavnike rasti duševnih motenj, raziskala, kako negotovost kot temeljna razsežnost družb tveganja povzroča duševno nelagodje ter družbeno in osebno dezorientacijo, ki postaja množični fenomen. Izhajala bom iz predpostavke, da so pojavi, kot so negotovost, strah, tesnoba in depresija imanentni družbam tveganja in da sodobna družbena struktura kreira osamljene, prestrašene in

zmedene individue z nejasno in nestabilno identiteto, kar vodi v psihično nelagodje in posledično v simptome duševnih motenj. Zato so sodobne osebne stiske sociološki, agregatni fenomen.

Videli bomo tudi, da številne duševne motnje niso le posledica neke notranje, kemijske ali biološke disfunkcije znotraj posameznika, kakor jih še vedno obravnava velik del stroke, saj veliko sodobnih duševnih motenj oziroma psiholoških težav izvira iz sedanjega družbenega sistema in ureditve. Zato medikamentozno zdravljenje vseh teh pojavov ni prava pot, saj ne odpravi vira težav in se zato le-te ponavljajo. Žal pa je danes zelo razširjena medikalizacija tovrstnih težav in se večina osebnih stisk odpravlja ravno s psihofarmaki, saj le malo strokovnjakov obravnava holistično sliko posameznikovega psihološkega zdravja in vse zunanje vplive te slike.

Raziskala bom tudi porabo psihofarmakov v Sloveniji in v tujini v zadnjih nekaj letih. Statistični podatki o letno izdanih receptih psihofarmakov v Sloveniji in statistike skandinavskih držav bodo vsaj delno ponazorili kakšno je duševno stanje Slovencev in Skandinavcev ter pokazali ali se duševne motnje in osebne stiske tako pri nas kot v skandinavskih državah iz leta v leto večajo.

Obdelala pa bom tudi problem sodobnih medijsko, potrošniško in oglaševalsko vsiljenih nerealnih predstav o življenju, smislu življenja ter realnih možnosti za doseganje (iluzij) smisla in zelenih ciljev. Lahko govorimo o prisilni optimizaciji, ki pomeni današnji vseobsegajoči in vseprisotni pretirani in nerealni vsiljeni ideal- predstavo o tem, kakšni bi morali biti mi sami, o našem življenju, naših pričakovanjih in željah glede lastne podobe, prijateljev, partnerja, družbenega položaja, načina življenja, službe, smisla itd. In ker je to (praktično) nedosegljiv ideal, je veliko sodobnih ljudi nenehno pod stresom zaradi občutkov neuspeha in nedohajanja vseh teh družbeno vsiljenih zahtev in pričakovanj, kar se sčasoma posledično izraža v številnih modernih oblikah duševnih motenj.

2. METODOLOŠKI OKVIR NALOGE

2.1 Cilji in namen izbrane teme

Namen diplomske naloge je:

- predstaviti podobo današnje visoko moderne tehnološke družbe, imenovane tudi družba tveganja, ter raziskati, katere so njene temeljne strukturne in sistemske značilnosti;
- preveriti domnevo, da so pojavi, kot so negotovost, strah, anksioznost in osamljenost, povezani z »zunanjimi« družbenimi stresorji, ki so imanentni družbam tveganja;
- preveriti domnevo, da so sodobne »osebne stiske« ali duševne motnje sociološki, agregatni fenomen in ne le notranja funkcionalna biokemijska motnja posameznika;
- predstaviti nekaj primerov družbeno pogojenih stilov nevroz;
- opozoriti na celostno proučevanje duševnih motenj, družbeni problem razširjene uporabe psihofarmakov ter sodobne alternativne pristope k pomoči ljudem v stiski.

2.2 Hipoteze

1. Današnje družbe tveganja neposredno vplivajo na čedalje slabše duševno zdravje posameznika.
2. Številne duševne motnje niso le posledica določenih disfunkcij posameznika, temveč izvirajo iz sedanjega družbenega sistema in ureditve.
3. V razvitih družbah prihaja do medikalizacije duševnih stisk, povečuje se poraba psihofarmakov, tako v Sloveniji kot v drugih visoko razvitih državah.
4. Problem prisilne optimizacije – eden od izvorov duševnih stisk so medijsko vsiljene nerealne predstave o življenju, smislu življenja in realnih možnosti za doseganje ciljev.

2.3 Uporabljene metode raziskovanja

Pregled in predstavitev relevantnih monografskih teoretskih izhodišč (Beck, Bauman, Giddens, Stivers, Lamovec in drugi). Analiza v diplomskem delu temelji na metodi zbiranja in konceptualne interpretacije sekundarnih virov. Za lažjo ponazoritev razširjenosti porabe psihofarmakov sta uporabljeni deskriptivna in primerjalna metoda, ki črpa podatke iz sekundarnih analiz slovenskih in skandinavskih letnih statistik o porabi psihofarmakov. Poleg monografij so v diplomskem delu uporabljeni tudi internetni viri

(novejše raziskave in članki) in videoposnetki (pogovori s strokovnjaki). Na koncu sledita sintetična in kritična evalvacija in interpretacija zbranih podatkov. Diplomaska naloga poskuša slediti fenomenološki tradiciji znanstvenega pojasnjevanja.

2.4 Struktura analize

Predstavila bom dela socioloških avtorjev, ki obravnavajo sodobne družbe tveganj in njihove posledice, predvsem Baumanova, Beckova in Stiversova dela. Raziskala bom dejavnike, ki vplivajo na sodobno domnevno rast duševnih motenj in empirično obravnavala duševne motnje v Sloveniji in v skandinavskih državah v zadnjih nekaj letih. Zaključila bom z interpretacijo, sintezo in sklepnimi ugotovitvami.

Uvodni predstavitvi relevantnosti teme in metodološkega okvira sledi tretje poglavje, ki opisuje manifestacije sodobnih družb tveganja v vseh temeljnih strukturnih delih družbenega in zasebnega življenja. V četrtem poglavju je predstavljen negativni vpliv tehnološke družbe na sodobno strukturo identitete in na rast duševnih motenj. Sledi psihosomatska razlaga duševnih motenj v petem poglavju in v šestem nekaj primerov družbeno pogojenih stilov nevroz, ki so rezultat kulturnega in psihološkega konflikta tehnološke družbe. V zadnjem, sedmem poglavju obravnavamo definicije duševnih motenj in zdravja, problematiko razširjene porabe psihofarmakov in morebitne alternativne pristope k razreševanju osebnih stisk. V sklepnem delu so v kratko in smiselno celoto povzeti aktualni, bistveni in uporabni poudarki diplomskega dela.

3. PODOBA DANAŠNJE VISOKO MODERNE DRUŽBE

Za sodobno moderno je značilno, da se izjemno poveča število življenjskih alternativ oziroma izbor in možnosti vsakega posameznika, hkrati pa se izjemno poveča ta negotovost in tveganje napačnih izbir in odločitev. »V tradicionalnih družbah je bila življenjska pot večine članov dokaj predvidljiva in je ponujala le malo resničnih alternativ« (Ule 2003: 20). Vse te družbene spremembe so spremenile pogled posameznika na lastno življenje in njegovo identiteto ter nikakor niso bile le emancipatorne, temveč so prinesle premnoge probleme in izgube. Sodobna visoka moderna je porušila tradicije in varovalni oklep malih skupnosti. »Tudi tu smo napredek v emancipaciji od socialnih pritiskov in nevprašljivih avtoritet tradicije plačali s tem, da se čutimo oropane in zapuščene v svetu, kjer manjka občutek psihološke podpore in varnosti, ki so jih ponujale bolj tradicionalne ureditve« (Ule 2003: 21). Ena temeljnih sprememb v današnjih visoko razvitih družbah sta dereguliranje in privatizacija moralnih ter vrednotnih nalog in dolžnosti, ki so nekoč veljale za kolektivne kreposti in splošne lastnosti človeške vrste. Te naloge in dolžnosti so bile razdrobljene in individualizirane ter tako prepuščene posameznikovemu upravljanju in individualnim sposobnostim presoje. Ideja o nadaljnjem izboljševanju družbenega sistema in življenja ni več kolektivni problem in odgovornost, temveč je postala naloga vsakega posameznika. Vsak posameznik ima le eno odgovornost – poskrbeti za lastno življenje, obstoj, uspeh in samouveljavitev. Vsak naj po svoji volji in »svobodni pravici« izbira in določa lastni model sreče ter ustrezen življenjski slog-ideja popolnega individualizma.

Vse lepo in prav v otroško poenostavljeni idealizirani teoriji, v realnosti in praksi pa se zelo hitro zalomi.

3.1 Razlike med trdo in upravljalno prvo moderno in sodobno razpuščeno tekočo moderno brez jasnih smernic

Obdobje prve moderne iz dobe »kritične teorije« je bilo obarvano totalitaristično in je težilo k homogeni družbi. Nasproti sedanji dobi, ki ji Bauman pravi lahka, tekoča, razpršena in mrežasta moderna, je bila prva moderna težka, trdna, zgoščena in sistemska. Bila je z redom obsedena moderna, kjer je prevladoval model institucionaliziranih norm in pravil, pripisanih dolžnosti in nadzorovanja posameznikovega delovanja. Predvsem pa

je bila zapriseženi sovražnik naključja, raznolikosti in dvoumnosti, zato nikakor ni bilo prostora za individualno svobodo in avtonomnost. »Glavni namen kritične teorije je bila obramba človekove avtonomnosti, svobode izbiranja in samouveljavljanja ter pravice, da smo in ostanemo drugačni« (Bauman 2002: 35). Zmota kritične teorije pa je bilo prepričanje, da bo osvoboditev individua izpod rutine in totalitarne, homogenizirajoče družbe, pripeljala do konca človeške bede in začetka prave, osrečujoče emancipacije. Nekoč je bila vsa moč sumljiva in sovražna in so jo krivili za vse zadržke in ovire, ki jih je trpela svoboda. »Javno« naj bi izzvalo nevarnosti in grozilo s kolonizacijo »zasebnega, subjektivnega in individualnega«. Skoraj nihče pa ni upošteval nevarnosti, ki izhajajo iz oženja oziroma praznjenja javnega prostora in možnosti povratne invazije, da bi zasebno koloniziralo javno življenje.

In ravno to se danes dogaja ter pomeni glavno oviro pravi emancipaciji, ki naj bi po Baumanovih besedah bila transformiranje individualne avtonomije de iure (ki pomeni subjektivno doživljanje svobode in individualno deklaracijo avtonomije) v avtonomijo de facto (kjer gre za objektivno doživljanje svobode, ki je izražena v zakonih). Družbe tekoče moderne ne skrbi več zlovesči »veliki brat«, ki bi kaznoval vsakogar, ki bi zašel s poti. V tem svetu ni prostora niti za benignega in skrbnega »starejšega brata«, ki bi mu lahko zaupali, se zanesli nanj pri odločanju, kaj je vredno početi ali imeti in na kogar je mogoče računati, da nas bo varoval pred nasilneži, ki nam preprečujejo dostop do teh stvari. Danes je posameznik prepuščen samemu sebi.

Že res, da je javna moč izgubila precej svoje nekdanje strah zbujajoče in zaničevane zatiralske sile, vendar je izgubila tudi dobršen del svoje koristne identitete. Problem je danes ravno nasproten kot v prvi fazi moderne; danes namreč zasebno kolonizira javni prostor in izriva vse, česar ni mogoče izraziti v jeziku zasebnih zadev. »Prostor javnosti posamezniku ne pomeni veliko več od velikanskega platna, na katero so projicirane zasebne skrbi, ne da bi v tej povečavi prenehale biti zasebne ali pridobile nove kolektivne lastnosti: javni prostor je tam, kjer poteka javno izpovedovanje zasebnih skrivnosti in intimnosti« (Bauman 2002: 52). Tako se danes posamezniki vračajo iz »javnega« prostora okrepljeni v svoji individualnosti in osamljenosti ter prepričani, da je samotni način preživljanja življenjskih tegob pravilen in edini mogoč, saj tudi drugi enako trpijo svojo izgubljenost, strahove, omahovanje in poraze v samoti.

Posledica takšnega javnega izražanja zasebnih problemov je odmrtnje politike kakršno poznamo, se pravi dejavnosti z nalogo prevajanja zasebnih težav v javna vprašanja in nasprotno. Namreč zasebne težave danes se ne spreminjajo v javna vprašanja s tem, ko so izražene v javnosti. Tudi v javnosti ostajajo zasebne narave, čeprav se dotikajo skoraj vsakega posameznika. Danes so padli v vodo javni interesi za dobro družbo, pravičnost in kolektivno odgovornost za individualno blaginjo. Vprašanje, kako sodobni posamezniki individualno definirajo svoje težave in jih poskušajo premagovati z uporabo individualnih spretnosti in potencialov, je danes edino preostalo »javno vprašanje« in edini predmet »glavnega javnega interesa«. »V svetu, v katerem je prihodnost v najboljšem primeru nejasna in meglena, verjetneje pa polna tveganj in nevarnosti, se postavljanje oddaljenih ciljev, opuščanje zasebnega interesa v prid povečanja kolektivne moči in žrtvovanje sedanjosti v imenu prihodnje sreče, ne zdijo privlačna podmena, pa tudi smiselna ne« (Bauman 2000: 205).

Ena glavnih značilnosti modernizacijskega impulza je bila prisilna kritika stvarnosti, ki se ob privatizaciji tega impulza spremeni v prisilno samokritiko. Ta pa se poraja iz nenehnega nezadovoljstva s samim seboj, saj ni nikogar, ki bi ga lahko krivili za lastno bedo in neuspehe. Rešitev je le, da si bolj in še bolj prizadevamo. Živeti s tem tveganjem in občutki samoobsojanja, prezira in strahu, ni lahko. Zanimivo je, da je nekoč v klasični moderni potekal boj za osebni smisel in smisel življenja zaradi rigidne družbeno začrtane konformnosti in unitarnosti, danes pa poteka isti boj ravno zaradi prevelike svobode in kompleksnosti družbe brez vsakršnih začrtanih vodil.

3.2 Problem koncepta »svobode«

»Svoboda brez varnosti ni nič manj grozljiva in odbijajoča kot varnost brez svobode« (Bauman 2006: 137).

Koncept »osvoboditve« je imel v kontekstu kritičnih teoretikov in prve moderne pomen osvoboditve izpod tedanjih sistemskih okovov, ki ovirajo ali onemogočajo gibanje. To naj bi bil občutek svobode v posameznikovem življenju, gibanju, izbiri in delovanju. Problem pa nastane pri samem razumevanju svobode, saj gre za mešane blagoslove, ki jih le-ta prinese.

Sodobna svoboda ima dve kontradiktorni značilnosti: verjamemo namreč, da smo bolj svobodni kot kdajkoli do zdaj, hkrati pa smo prepričani, da nimamo moči karkoli spremeniti tako na individualni kot na družbeni ravni. »Umetnost političnega je ravno v tem, da odpravi omejitve državljski svobodi, a tudi, da se vzpostavijo samoomejitve« (Rener 2000: 149). Zanimivo je, da se je tisto, kar ni uspelo nobenemu diktatorju, posrečilo s širjenjem območja svobode, v katerem posameznik ne deluje po skupnih moralnih vrednotah, ampak po načelih kratkoročnih osebnih koristi, ki mu jih vsiljuje ravno struktura. Gre za »negativno svobodo«.

Mnogi so vedeli, da popolna svoboda ne zagotavlja sreče, temveč po vsej verjetnosti prinaša več bede kakor radosti. Kajti »biti prepuščen lastni iznajdljivosti« logično nakazuje duševne stiske in agonijo neodločnosti, medtem ko »imeti odgovornost na lastnih ramenih« avtomatično povzroča hromeči strah pred tveganjem, neuspehom in posledično krivdo, brez pravice pritožbe in možnosti povračila. To ne more biti pravi pomen svobode. Če pa dejanska, dosegljiva svoboda zares pomeni vse naštet, ne more biti nikakršno zagotovilo za srečo in ne cilj, za katerega se je vredno bojevati. »Svoboda brez primere, ki jo naša družba daje svojim članom, prihaja (kot je že zdavnaj opozoril Leo Strauss) skupaj z nezmožnostjo, kakršne še ni bilo« (Bauman 2002: 32).

Ideološki žig postmoderne, tisto kar jo loči od klasične moderne, je dejstvo, da so ideje svobode in razuma postale sporne in dvomljive. Pokazalo se je, da povečan poudarek na racionalnosti ne pomeni posledično večje svobode. »Racionalno organizirana družbena ureditev ne pomeni nujno povečane svobode za posameznika ali družbo. Pravzaprav je pogosto sredstvo tiranije in manipulacije, sredstvo razlaščenja same možnosti razsodnosti, same sposobnosti delovanja kot svoboden človek« (Stein, Vidich, Manning in White 1962: 113). Bolj ko je družba tehnokratska, birokratizirana in racionalizirana, manj ima posameznik možnosti za samostojno razumno delovanje, saj sta mesto in kontrola racionalnosti premeščena iz rok posameznika na velike organizacije. Tako pride do racionalnosti brez razuma, ta pa ne pomeni svobode, temveč njeno uničenje. Vprašanje je, ali prihaja doba »srečnega robota« in ali je avtomatizirani, od družbe, narave in samega sebe odtujeni človek, kar postaja v takšnih okoliščinah, sploh lahko srečen? Ironično pa je dejstvo, da je sodobni odtujeni človek popolna antiteza zahodnjaške ideje »svobodnega človeka«. In ravno paradoksalnost sodobnega stanja ter

ob enem še vedno prisotne vrednote razuma in svobode so razlog za vsesplošen pojav zaskrbljenosti, nelagodja, izgubljenosti in odtujenosti ljudi v sodobnih družbah visoke moderne.

Veliko avtorjev govori celo o »tiraniji svobode«, saj so se porabniki prisiljeni odločati tudi o stvareh, o katerih ne vedo ničesar in o katerih nočejo odločati (izbrati najboljšega dobavitelja elektrike, nafte, elektronike, zdravil ...). Vsi ljudje ne želijo biti ves čas in pri vseh zadevah dojeti kot avtonomni in racionalni porabniki. Večina začenja dojemati lastne omejitve pri uresničevanju ideologije neodvisnosti, popolne svobode ter samostojnosti pri kreiranju samega sebe in lastnega življenja. Kajti ta ideologija ni prinesla neomejene sreče in optimizma, temveč nov tip vseprisotne anksioznosti.

3.3 Prisilna individualizacija kot temelj sodobne »svobodne« družbe

Bistveno je, da smo se na pragu sodobne dobe otesli večine skupnih družbenih prepričanj in verovanj. In tako je človek postal »povsem sam«, saj je glavno vodilo sodobne »svobodne« družbe »vsakdo mora sam poskrbeti zase«. To pomeni konec ovir in lastnih ter družbenih omejitev za vsesplošno kreiranje našega življenja. Vse je odvisno od lastne volje, sposobnosti, podjetnosti, iznajdljivosti, ambicioznosti in odločnosti – skratka, od nas samih. To pa je zelo velik zalogaj in mnogokrat nemogoča naloga za marsikaterega »svobodnega in samostojnega« posameznika. In ravno pri konceptu sodobne vseobsegajoče individualne »svobode« postane zadeva problematična.

Današnji vsebinski pomen individualizacije je povsem drugačen od tistega, kar je individualizacija pomenila v prvi moderni dobi, ko je bila boj za emancipacijo posameznika od močne odvisnosti prisilne skupnosti in njenega nadzora. Temeljne značilnosti sodobne individualizacije so prehod od tradicionalnih vrednot, kot so podrejenost, kolektivizem in pridnost, v demokratične vrednote, kot so zasebnost, dopuščanje drugačnosti, tekmovalnost, avtonomnost, individualnost in tudi sebičnost. Gre tudi za preseganje tradicionalnih socialnih vlog (družinskih, spolnih, poklicnih, slojnih) v smeri prožnejšega in nedoločenega načina življenja, kjer vsak posameznik ustvarja svojo življenjsko pot in stil. Obenem vse to vodi v prepuščanje posameznika samemu sebi in družbe brez jasnega vodstva in usmeritev, mnogi pa se bojijo, da to vodi le v »jaz generacijo« oziroma v splošno bolj sebično družbo. To je žal tudi moje mnenje.

»Naj strnemo: »individualizacija« je preobrazba »identitete« iz »danosti« v »nalogo« in zadolževanje akterjev, da so odgovorni za izvajanje te naloge in za posledice (tudi stranske učinke) njihovega delovanja« (Bauman 2002: 42). Ljudje se ne »rodijo« več v svoje identitete in vloge, kot nekoč. Potreba, da človek »postane«, kar je, je zgodovinska novost in značilnost le sodobnega modernega življenja v zahodnih razvitih družbah. Tekoča moderna opusti heteronomno družbeno določanje posameznikovega položaja in uvede prisilno in obvezno samoodločanje in tako prisilno individualizacijo.

Pogledi na ta novi individualizem pa so različni. Mnogi mislijo, da prihaja obdobje »jaz generacije« in na splošno bolj sebične družbe, ki jo označujejo razpad skupnih vrednot, moralni razkroj družbe in družbene solidarnosti. Vendar se vsi ne strinjajo s tem pogledom. Giddens meni, da so mladi danes celo bolj moralno ozaveščeni kot prejšnje generacije. Toda njihove vrednote niso tradicionalne, temveč bolj postmaterialistične – kot so na primer ekološke vrednote, človekove pravice in spolna svoboda. Sam dojema to novo obdobje kot čas moralne preнове, ne moralnega razkroja. »Če institucionalni individualizem ni isto kot egoizem, potem tudi ne pomeni nevarnosti za družbeno solidarnost, pač pa nas opozarja, da moramo preprosto poiskati nove načine izražanja te solidarnosti« (Giddens 2000: 44). Res je namreč, da družbene povezanosti ne zagotavljata več država in tradicija. Vprašanja odgovornosti in medsebojnih obveznosti so bila nekoč povzeta s kolektivnimi pravili, danes pa je naloga vseh nas, da sami in skupaj najdemo ravnotežje med individualizmom in kolektivno odgovornostjo. Ne glede na različna mnenja pa ostaja dejstvo, da je individualizacija postala usoda, ne izbira. Možnosti, da bi se v družbi prisilne svobodne izbire izognili individualizaciji, prav gotovo ni.

Zagotovo pa sta ena poglobitnih zmot sodobnega časa domnevna samostojnost in samozadostnost individua. Kajti, če ljudje nimajo koga kriviti za svoje frustracije in težave, zapadejo v večni cikel reševanja nerešljivih težav in neznosnega občutka, da so za vse sami krivi. »Tveganja in protislovja še naprej proizvaja družba, individualizirani sta le dolžnost in nujnost, da se spopademo z njimi« (Bauman 2002: 46).

Najpomembnejši dejavnik individualizacije pa je možnost odločanja in izbiranja med različnimi možnostmi. Ta navidezna svoboda izbiranja pa ni le nekaj prijetnega, temveč povzroča nemalo psihičnih stisk in travm. Danes je individualizacija naša usoda, saj

lahko izbiramo vse, le svoje individualizacije ne. Drugače povedano, prisiljeni smo izbirati na vseh ravneh in ravno ta prisila vodi tudi do sizifovskega iskanja samega sebe. In v takšni džungli možnosti je edina mogoča alternativa sebstva, skozi katero posameznik sploh lahko preživi, nekoherentna, plitka, nestabilna, spremenljiva in nikoli končna »skrpana« samopodoba (Kobal Grum 2003).

3.4 Izginjanje tradicije in razkroj skupnih družbenih norm in vrednot

Tradicija je bila od nekdaj nekakšna »shramba« znanja in modrosti o življenju. Glavna posebnost tradicije je, da definira resnico in bistvo življenja. Od nekdaj je bila okvir za posameznikova dejanja, ki so bila tako nedvoumna in nesporna. Tradicije so ponavadi imele varuhe – modrece, svečenike in druge oblike avtoritet -, ki so veljali za edine sposobne razlage in interpretacije življenjske resnice in smotra. Giddens meni, da je tradicija nujna za vsako družbo in da se je zato nekako vedno (vsaj delno) ohranjala, saj je porajala kontinuiteto in model življenja.

Kjer se je tradicija umaknila, postaja življenje bolj avtonomno in svobodno ter vedno bolj odprto za vsakodnevno interpretacijo in refleksijo. Temna plat vse te navidezne svobode pa je nedvomno ravno sodobno posledično prisilno odločanje o vsaki potezi v našem dnevu, saj ni več jasno začrtanih vodil in pravil. Z izginjanjem vpliva tradicije, navad in običajev se spreminja sam temelj naše samopodobe in identitete. V tradicionalnih okvirih družbe je bila posameznikova identiteta močno določena in vzdrževana s stabilnostjo družbenega položaja, ki ga je ta zavzemal v družbi. V družbah, kjer tradicija pojenja, pa prevladuje svobodna izbira načina življenja, identiteto pa si mora vsak posameznik ustvariti in vedno znova poustvariti, kar je neskončno dolg proces. Vse to pa pove, zakaj so v zahodnem hitro spreminjajočem se svetu tako popularne vse mogoče terapije in razni svetovalci. Čeprav je Freud mislil, da bo psihoanaliza služila le zdravljenju nevroze, je danes vsesplošna metoda za obnovitev identitete. Na isti podlagi so tudi vse skupine za samopomoč (alkoholikom, narkomanom, trpečim za depresijo itd).

Priljubljeno in razvpito geslo Margaret Thatcher »družbe ni« je dandanes samo izpolnjujoča se prerokba, zaradi katere so se razkrojile normativne in varovalne mreže družbe. Družba ne odrešuje več, zato tudi odgovornosti za sodobno prekletstvo ne

moremo več naprtiti družbi. Tako odrešitev kot brezup sta zdaj posameznikova naloga in samo njegova skrb.

Problem je v razpuščeni družbi in posamezniku. Po Durkheimu so namreč jasno in kolektivno določene norme, vrednote in družbena pravila, podkrepjena s sankcijami, tista, ki resnično osvobajajo ljudi. Predvsem pred njihovo nedružbeno, egoistično človeško naravo. Rezultat razpuščene družbe brez jasnih norm in vrednot, je nenehna agonija in negotovost vsakega posameznika glede namenov in dejanj ljudi okoli nas. Ustaljeni vzorci in rutina prihranijo to agonijo, saj so skupek vnaprej določenih in sprejetih oblik vedenja, ki olajšajo procese vsakodnevnega odločanja in delovanja posameznika. »Če se življenjska skupnost in skupnost smisla res prekrivata v tolikšni meri, da se to sklada z družbenimi pričakovanji, potem se družbeno življenje in posamičen obstoj odvijata po ustaljeni poti, malodane samoumevno« (Berger in Luckmann 1999: 39). To še ne pomeni, da posameznik nima nikakršnih težav in da je povsem zadovoljen s svojim življenjem in usodo. Vendar pa ve, kakšen je svet, kako naj se v njem obnaša, kaj lahko pričakuje, in predvsem, kdo je. Moderni pluralizem pa spodkopava to samoumevno »vedenje« o svetu. Svet, družba, življenje in identiteta postajajo čedalje bolj negotovi. Vse je prepuščeno posameznikovi interpretaciji, brez možnosti prepričanja, da je le ta edina pravilna. »Večina ljudi pa se v nepreglednem svetu nešteti možnosti razlag počuti negotove in nemočne, ker so številne razlage povezane z različnimi življenjskimi možnostmi« (Berger in Luckmann 1999: 40).

Odsotnost norm in vrednot oziroma družbena anomija je najhujši udarec v boju za obvladovanje lastnega življenja, nalog in družbenih vlog. Brez norm nastopita večni dvom in strah. Gre za prisilno iskanje gotovosti in varnosti, ki bi odpravila naš dvom o lastnem ravnanju in odločitvah. Dobrodošlo je vse, kar obljublja prevzem odgovornosti za našo tako iskano »gotovost«.

Danes se posamezniki obračajo stran od družbenega prostora, kjer se kolektivno proizvajajo protislovja njihovega bivanja, ter reducirajo kompleksnost svojih problemov, da bi jih lahko razumeli in odpravili. To jim seveda nikakor ne uspeva, saj vir ni v njih samih, temveč v družbeni strukturi. In začarani krog reševanja samega sebe se nadaljuje.

3.5 Zaton morale in etike - estetika namesto etike ?

Sodobno družbo označuje racionalni in »znanstveni« pogled na življenje, ta pa izključuje vprašanja etike in morale. Osebna brezsmiselnost postane temeljni psihični problem v okoliščinah pozne moderne. Vzrok najdemo v represiji moralnih vprašanj, ki jih poraja vsakdanje življenje in na katere nihče ne odgovarja. »Pri eksistencialni izolaciji ne gre toliko za ločitev posameznika od drugih kot za ločitev od moralnih virov, potrebnih za polno in zadovoljujoče življenje« (Giddens 1991: 9).

Čedalje hujša nemoralnost sodobne družbe je vedno bolj nevarna, nedojemljiva in predvsem imuna na zdrav razum in človekove želje ter potrebe. Začelo se je z zmanjševanjem poudarka na moralnih merilih, tako so posamezniki postopoma postali manj moralno senzibilni pri ocenjevanju in nadziranju lastnih želja in delovanja, vse to pa je povzročilo, da je izginil kakršen koli občutek moralne odgovornosti za vplive svojih dejanj na soljudi in družbo kot celoto.

Začelo pa se je z nastopom »birokracije«, ki je zahtevala pokornost in podrejenost »birokratskim pravilom in zahtevam«, in ne moralnim sodbam. Birokracija je bila tehnična novost, namenjena etičnemu in moralnemu razlaščenju družbe in posameznika. Naloga posameznika je namreč bila, da opravi svojo zadano nalogo, katere neprijetne in nemoralne posledice niso bile njegova odgovornost. Njegova odgovornost je le, da opravi nalogo, krivdo za zle posledice pa lahko pripišemo le agentu, ki je posameznika prisilil v to dejanje. On v glavnem ne odgovarja za svoja dejanja in tako se je posameznik rešil vse krivde in odgovornosti za lastno vedenje ter s tem vseh moralnih in etičnih vprašanj svojega obstoja in delovanja. Tako sodobna družba deluje kot nekakšen moralni in etični anestetik, ki vzgaja in ohranja sebičnost, brezčutnost in pomanjkanje sočutja ter preprečuje nujno potrebo po samoodrekanju in samožrtvovanju v dobro drugih. Z potrošniško družbo in tehnološkim fetišizmom pa je postala moralna izbira le še stvar pravega nakupa. Tehnologija namreč uničuje moralne vrednote, ker poudarja moč do točke, ko le-ta postane vrhovna vrednota. In ker moralne vrednote omejujejo posameznikovo izvajanje moči, ti dve vrednoti ne moreta koeksistirati. Zato se z naraščanjem tehnološkega poudarka osebne moči zmanjšuje vpliv moralnih vrednot. »Etični anestetik pride v paketu s čisto vestjo in moralno slepoto« (Bauman 2006: 89).

Definirajmo pojma estetsko in etično, saj imata oba pomembne razsežnosti kulture in eksistencialnih sfer ter načina orientacije in vedenja v sodobnem svetu. Estetsko se nanaša na način, kako stvari vplivajo na naša čutila; jih dojemamo kot prijetne ali neprijetne, lepe ali grde, zanimive ali dolgočasne itd. Etično pa se ukvarja z družbenimi zahtevami in omejitvami naših želja in akcij, postavlja vprašanja, kaj je prav in kaj narobe, ter nam zapoveduje odgovornost za lastne odločitve in dejanja. Pri estetski eksistenci gre predvsem za uživanje: živeti polno v vsakem trenutku ter se izgubiti v užitku je cilj estetika. Želja po še večjem užitku, kot ga ponuja sedanja realnost, pa je ideal estetske eksistence. In izključno estetski pristop do življenja poraja etično brezbržnost do drugih. Etični del eksistence pa prisili posameznika v boj z instinktom in čustvi. Etični posameznik premaga sebičnost, se zaveda potreb drugih, odgovarja za svoja dejanja, je sočuten in omejuje svoje vedenje z razmislekom o posledicah le-tega za druge. Etična sfera ponuja moralno trdnost jazu. Posameznik, ki ima močno zgrajena moralna prepričanja, je enaka in konsistentna osebnost ne glede na okoliščine. Moralna oseba ni skladna le sama v sebi, temveč deluje kot taka tudi drugim. Estetski del pa pomeni razdrobljeno, nekonsistentno osebnost ali množstvo jazov. Osebnost se v tem primeru spreminja z vsako situacijo, saj se prilagaja objektu užitka s tem, ko se zlije s simbolno predstavo tega objekta.

V sodobni družbi je nastal velik preobrat, saj je estetika prevladala nad etiko, ki je bila v stari moderni vodilna sila. Pomembnejši od človeških kreposti in vrlin so postali občutki in strast ter ideja »avtentičnosti«. »Biti avtentičen pomeni slediti lastnim željam, občutkom in kreativnosti – bit avtonomen« (Stivers 2004: 12). Kritika tradicionalne moderne je spodbudila nastanek ideje avtentičnosti kot vrhove vrednote. Civilizacijski proces temelji na moralnih zadržkih posameznikovih želja in občutkov. Prav temu pa sta se sodobna »osvobojena« visoka moderna in sodobni »jaz« radikalno uprla in nasprotovala. In tako je prevladala ideja avtentičnosti, ki je štela moralnost in etiko za izključno družbena fenomena in zastareli relikvij prejšnje dobe.

3.6 Temeljni dejavniki »obče krize smisla«

Eden ključnih in poglobitnih problemov sodobne družbe je izguba občega smisla življenja. Pri analizi mehanizmov odgovornih za nastanek krize smisla v modernih

družbah, ugotovimo, da naj bi se odgovor skrival predvsem v procesih modernizacije, pluralizacije in sekularizacije, vse to pa vodi k čedalje težjemu doseganju in ohranjanju stabilne zaznave smisla. Do svojega polnega izraza pa pride pojem pluralizma vrednot in smisla šele v pozni moderni družbi, kjer je temeljni pogoj za subjektivne in intersubjektivne krize smisla. Gotovo je namreč, da v visoko razvitih modernih družbah redi vrednot in zaloge smisla niso več skupna last vseh pripadnikov družbe. Posameznik danes odrašča v svetu, v katerem ni ne skupnih vrednot, ki bi določale delovanje na različnih življenjskih področjih, in ne ene same resničnosti, ki bi bila za vse istovetna. »Vprašanja duhovne orientacije spadajo k nujnim izzivom moderne družbe. Individualizem in pluralizem sta okoliščini, v katerih morajo ljudje sami oblikovati merila za lastno življenje. Ta merila pa potrebujejo zato, da bi se lahko orientirali v položaju, za katerega je značilna možnost izbire in kjer so se prisiljeni odločati« (Weidenfeld v Berger in Luckmann 1999: 7). Kajti edino ljudje z orientacijo premorejo protistrup zoper eksistenčno ogroženost v sodobni razpuščeni družbi. So edini, ki sami sebe dojemajo kot osebo z nesporno identiteto in imajo jasna moralna merila, na podlagi katerih presojujejo svoje delovanje glede na učinek, ki ga ima na družbo. Žal pa je teh posameznikov čedalje manj, mnogi pa nikakor ne najdejo jasne orientacije v svojem življenju, zato izgubljeno tavajo skozenj. In če v neki družbi pogosto prihaja do intersubjektivnih kriz smisla in te postanejo splošni družbeni problem, vzrokov ne moremo gre iskati v subjektu kot takem, temveč v sami družbeni strukturi.

Vidimo, da moderni pluralizem pomeni sodobno koeksistenco različnih redov vrednot v isti družbi in s tem poraja koeksistenco zelo različnih skupnosti smisla. Pluralizem je tako eden ključnih strukturnih pogojev za krize smisla, saj omaja različne konkurenčne redove smisla in vrednot. Problem pa je, da le-te usmerjajo delovanje in podpirajo identiteto vsakega posameznika. Vse sodobne subkulturne prostovoljne skupnosti prepričanij niso več tako obstojne kot prejšnje življenjske skupnosti in skupnosti smisla, ki so bile vključene v celovit družbeni red vrednot in smisla. In ta celotni razvoj prinaša veliko mero negotovosti, tako v posamezni usmerjenosti delovanja kot celotni življenjski naravnosti.

Durkheim je bil prepričan, da je glavni krivec za izgubo občega smisla znotraj družb sekularizacija oziroma upadajoča moč religije, ki jo je sam razumel kot nadrejeni

moralno-simbolni red, ki je pomenil razlago sveta in osmišljanje življenja. Vendar številni drugi avtorji verjamejo, da ima evropski vzorec sekularizacije le omejeno krivdo v izgubi smisla. »Najpomembnejši dejavnik v nastanku kriz smisla tako v družbi kot v življenju posameznika verjetno ni domnevna moderna posvetnost, temveč prej moderni pluralizem« (Berger in Luckmann 1999: 36).

Zdolgočasnost in nezadovoljstvo sta danes splošna pojava visoko razvitih družb. Nenavadna je razširjenost in stalnost občutka dolgočasnosti in nezadovoljstva. To lahko pripišemo kroničnemu pomanjkanju smisla tehnološke civilizacije. Izguba skupnega smisla in pomena deluje uspavalno in kreira nenehno iskanje stimulacije in novih doživetij, ki bi pregnali dolgčas. Sodobna tehnologija uničuje smisel in pomen življenja, preprečuje nastajanje novega skupnega smisla in kreira umeten, lažen smisel.

Vse dosedanje kulture so se soočale z vprašanjem smisla življenja skozi dnevno soočanje s trpljenjem in smrtjo. Sočutje, prijateljstvo in ljubezen so bili odgovori na vprašanje o smislu življenja. Življenje je bilo dojeno kot krut, nenehen boj za obstanek, ki je poln trpljenja in žalosti, sreča pa so le svetli trenutki v tem krutem svetu, ki nam dajejo moč in voljo za naprej. Tehnološki utopizem pa nasprotuje tragičnemu pogledu na življenje in predstavlja stalno srečo in zadovoljstvo, kot permanentno dosegljivo stanje družbe in posameznika. In tu vidimo enega glavnih problemov sodobne družbe.

V sodobni družbi je tako rekoč nemogoč nastanek pristnega in resničnega smisla, saj so zaradi izginjanja moralnih pravil človeški odnosi postali abstraktni, nejasni in nevarni-od tod sledi občja osamljenost-človeška aktivnost pa trivialna, dvomljiva in negotova. Zaradi naštetega je nastanek pristnega skupnega smisla življenja, ki bi nas zopet povezal, skorajda onemogočen. Razlika med pristnim in umetnim smislom pa je v tem, da prvi dopušča integracijo različnih življenjskih aktivnosti v smiselno celoto življenja, medtem ko je drugi le kompenzacija za posamezne nepovezane aktivnosti, ki škodujejo kulturni in psihološki harmoniji. Potrošniška družba danes ponuja lažne smisle in simbole v vsakem izdelku, storitvi, informaciji, podobi in osebnosti, le-ti pa obljublajo izpolnitev vseh najglobljih želja, pomiritev vseh strahov in kreacijo vedno nove osebnosti. Tako nenehno sprejemamo lažne smisle in simbole. Takšna družba pa ubija prave človeške potrebe in kreira lažne, nenasitne in nepomembne potrebe in želje, ki, tudi če se uresničijo, ne morejo prinesiti sreče, zadovoljstva in notranjega miru. Osnovni problem potrošniške

družbe je ravno v tem, da nam vse te dobrine ne morejo dati in zagotoviti tega, kar nam obljublajo. Vse to je sodobna vsesplošna manipulacija, ki nas psihološko izolira. V takšni družbi je spremenjeni in zmedeni posameznik odtujen ne le od družbe in soljudi, temveč tudi od samega sebe. Ves ta lažni, umetni smisel, pa nikakor ne zmore kompenzirati vsesplošnega občutka nesmiselnosti, temveč ga le še pogloblja, ker nas vedno pusti na cedilu, razočara, nikoli ne uresniči obljubljenega, uniči naše upanje, in bolj ko smo polni obupa, zmedenosti in praznine, bolj izgubljammo voljo in moč, da bi se borili proti tem občutkom. In ker je upanje tesno povezano s smislom, je sodobni razširjeni in fatalistični občutek brezupnosti jasna posledica čedalje večje nesmiselnosti in izpraznjenosti življenja. In brez upanja se človek neha boriti in upirati ter se preda vrtincu samouničenja. »Kljub utopični obljubi tehnologije nas le-ta obsodi na življenje silne potrošnje, brez smisla in brez upanja ... Koncentracija abstraktne moči v tehnološkem sistemu in kulturni nesmisel sta kronični »bolezni« sodobnih družb« (Stivers 2004: 122).

Le simbolični svet nam daje občutek in izkušnjo življenja v konkretni in stvarni realnosti. Prava simboličnost nam omogoča ustvariti svet, ki vsebuje etični smisel in je zato konsistenten, koherenten in zaupanja vreden. Brez te simbolike, zaradi prevlade tehnologije in birokracije, postane realnost fragmentirana in razosebljena, to pa pripelje do razcepitve osebnosti ali jaza.

3.7 Nova »sveta« zapoved – potrošnja kot življenjski stil in temelj identitete

»Arhetip te posebne tekme, v kateri teče vsak član porabniške družbe (vse v porabniški družbi je stvar izbire, razen prisiljenosti, da izbiramo – prisila, ki preraste v zasvojenost in tako ne velja več za prisilo), je dejavnost nakupovanja« (Bauman 2000: 94). Bauman porabo povezuje s čezmerno individualizacijo, moralno indiferentnostjo in uničenjem kritičnega potenciala, ki so ga v prejšnjih zgodovinskih obdobjih zagotavljali posamezniki z občutkom moralne odgovornosti, združeni v javni sferi oziroma civilni družbi. Poznomoderna družba spodbuja svoje člane v porabništvo. Kajti življenje, organizirano okrog porabe, mora shajati brez norm, vodijo ga zapeljevanje, minljive želje, in ne več normativno uravnavanje.

Pride do množične kulture, kolektivne možganske napake, ki jo vsilita od medijska in proizvodna industrija, ki vceplja in kreira želje po zabavi in razvedrilu, ter potrebo po nakupovanju. V tekmi življenja ostajamo, dokler nakupujemo, svojih nakupov pa ne opravljamo le v supermarketih in veleblagovnicah. Kupujemo zunaj trgovin prav toliko kakor v njih; kupujemo na ulicah in doma, na delu in v prostem času, budni in v sanjah. Kar koli delamo in kakor koli imenujemo svojo dejavnost, je ta oblikovana podobno kot kupovanje. Ne kupujemo le hrane, čevljev, avtomobilov, pohištva itd. Tudi lakomno, neskončno iskanje novih in izboljšanih zgledov oziroma receptov za življenje je različica nakupovanja.

V porabniški družbi je udeležnost v porabniški odvisnosti temeljni pogoj vsake individualne svobode, predvsem pa je pogoj za »ustvarjanje identitete«. Danes so stvari simbolno okrasje identitete in sredstvo za identifikacijska prizadevanja. Tako so množično proizvedeni predmeti sredstvo individualnega razlikovanja in razločevanja. Velikanski vpliv imajo tudi vseobsežni mediji, podobe s televizije in iz revij so bolj resnične kot resničnost sama in določajo standarde stvarnosti oziroma realnosti. Želimo si življenje, kakršno vidimo na televiziji in v drugih medijih. Življenje s televizijskega zaslona zmanjša in odvzame čar našemu lastnemu življenju, ki ga živimo.

Zdi se, da je najpomembnejša kompetentnost v današnjem svetu neskončnih možnosti, kompetentnost spretnega in neutrudnega kupca. Oglaševalska industrija ima pri vsem skupaj glavno vlogo, saj predstavlja celotno življenje le kot prostor, poln izdelkov in storitev namenjenih porabi. Ogledovanje izložb je postalo nov in demokratičen način preživljanja prostega časa. V tem svetu produktov pa ni bistveno pridobivanje statusa, temveč oblikovanje identitete. Campbell poveže etiko potrošništva z romantično definicijo jaza kot prostor neskončnih možnosti. Nazor in retorika porabe je, da postaneš to, kar konzumiraš, moč in lastnosti proizvodov postanejo tvoja moč in lastnosti.

Gonilna sila porabniške družbe ni več sklop potreb, temveč poželenje. Stvar, ki je še bolj nestanovitna, bežna in muhasta, kot so potrebe. Stalni objekt poželenja pa je prav poželenje samo in zato ostaja nujno nenasitno. Porabnike, ki jih vodi poželenje, je treba »proizvajati«, in to z visokimi stroški, gre za zbujanje poželenja in kanaliziranje v »pravo« smer. »Dinamično medsebojno razmerje med iluzijo in realnostjo je ključ za razumevanje sodobnega porabništva in pravzaprav sodobnega hedonizma nasploh«

(Campbell 2001: 137). Splošna značilnost sodobnega hedonizma je krog poželenje–pridobitev–zaužitje–razočaranje–novo poželenje, ki velja tako za ljubezenska razmerja kot za porabo izdelkov. Domišljijsko uživanje ob izdelkih je odločilna sestavina sodobnega hedonizma, kar nam kaže pomembnost vloge »kulturne upodobitve« izdelka, ne pa pomembnost samega izdelka. In to se jasno pokaže v uživanju pri ogledovanju izložb – drugače poimenovano tudi »window shopping«. »Poželenje je stanje prijetnega neudobja in najpomembnejši cilj iskanja užitka ni imeti, ampak hoteti imeti« (Campbell 2001: 132). Ko se dejansko polastimo predmeta poželenja, se razblinijo sanje, povezane s pričakovanji. Dejanski užitki se namreč ne morejo primerjati z užitki v sanjah/fantazijah. Realno življenje, občutki in izkušnje tam niso nikoli tako popolni kot v naši domišljiji. Čim večji sanjač je človek, tem hujša sta ponavadi izguba in razočaranje nad resničnostjo, kar je značilno za sodobnega hedonista. In to ga požene nazaj v domišljijo, kjer sanja naprej in sanje naveže na nov predmet poželenja, tako lahko znova doživlja umišljene in pričakovane užitke. Tako pri sodobnem duhu potrošništva ne gre za dejanski nakup ali uporabo izdelkov, temveč za domišljijško iskanje užitka, ki ga zbuja neki izdelek. Campbell temu reče »duhovni« hedonizem in ta razlaga sodobno nenasitnost in iskanje novosti. Novost obljublja še ne okušene užitke, ki jih že znani izdelki niso izpolnili. Dejansko zaužitje ali uporaba novih izdelkov pa vselej prinese razočaranje. In tako se upanje, sanjarjenje in iskanje novosti nadaljujejo.

3.8 Preobilje možnosti in nezmožnost dokončne zadovoljitve želja

Danes se večina človekovega življenja izrabi v mučnem izbiranju ciljev, ki zahtevajo globok premislek, saj le-ti niso več samoumevni in vnaprej določeni. »Možnosti je več, veliko več, kot jih lahko poskuša spoznati, kaj šele izkoristiti katerokoli individualno življenje, pa naj bo še tako dolgo, podjetno in marljivo« (Bauman 2002: 79). Življenje v svetu polnem priložnosti, kjer je vsaka bolj mamljiva od prejšnje, vsaka kompenzira zadnjo in obljublja možnosti za prehod k naslednji, je zanimivo, adrenalinsko in poživljajoče. Tu je malo stvari vnaprej določenih, še manj nepreklicnih, malo porazov je dokončnih, malo zmot nepopravljivih. Vendar tudi nobena zmaga ni (do)končna. Namreč, če naj ostanejo možnosti neskončne, ne sme nobena »okamneti« v večnost ali

varnost. Morajo ostati tekoče in uporabne le za določen čas, sicer bi izrinile druge možnosti oziroma v kali zatrele nove avanture.

Svet, poln možnosti, je kot jedilna miza, obložena z jedmi, ki pa jih je preveč. Danes imajo ljudje najzahtevnejši in zoprni izziv – nujo, da vzpostavijo prioritete oziroma nujnost, da se odpovedo številnim neraziskanim možnostim. Beda moderne družbe izhaja iz preobilja ne iz pomanjkanja izbire. Večno vprašanje posameznika je, »ali sem se prav odločil, sem prav izbral, bi bilo tisto drugo boljše zame«?

In ravno zato, ker smo povsem prepuščeni sami sebi, danes vsak posameznik išče odgovore, napotke in rešitve za lastne probleme v opazovanju drugih, ponavadi javnih osebnosti in kako le-te rešujejo svoje življenjske zagate. Problem pa je v tem, da postane iskanje zgledov, nasvetov in smernic zasvojenost. Zgledi in recepti so privlačni le, dokler jih ne preizkusimo, ker le malokateri od njih izpolni naša pričakovanja, večinoma pa skoraj nobeden ne pripelje do obljubljenih ciljev. Tudi če kateri dejansko deluje po pričakovanjih, bo zadovoljitev kratkotrajna, ker se vedno porajajo nove neizčrpne množice zapeljivih ponujenih ciljev. Recepti za dobro življenje in pripomočki za dosego imajo omejen rok trajanja, ker jih bo vedno preseгла konkurenca novih in izboljšanih ponudb ter jih razvrednotila in oklestila njihove čare. Noben uspeh, nagrada ne zadovolji dovolj, da bi drugim možnostim odvzela njihovo privlačno moč, saj je še toliko drugih možnosti, ki vlečejo in vabijo, ker nam jih doslej še ni uspelo preizkusiti. Kot smo že prej omenili, vidimo, da želja (poželenje) postane svoj lastni in ne dvomljivi smoter. Tu pa je jedro problema sodobnega posameznika, saj so želje danes neskončne in nikoli dokončno zadovoljene, ker se vedno porajajo nove.

Vse povedano jasno nakazuje občo stisko sodobnega posameznika, ki se kaže v izgubljenih in nemočnih posameznikih prepuščenih samim sebi in neštetim možnostim. Obenem pa se danes poleg že naštetih poraja še nov dejavnik onemogočanja suverena samoodločanja-novodobni problem preobilja »avtoritet«.

3.9 Izginotje vodij, pojav »strokovnih avtoritet« in zgledi v medijih

Težki fordistični kapitalizem je bil svet zakonodajalcev, rutinskih načrtovalcev in nadzornikov, zato tudi svet avtoritet-vodij, ki vedo več kot ti, ter učiteljev, ki ti povedo, kako delati bolje, kot delaš sam.

Lahki »porabniku prijazni« kapitalizem je sicer skorajda odpravil družbene vodje, ni pa odpravil avtoritet. Nasprotno, uvedel je toliko hkrati obstoječih avtoritet, da nobena nima več resnične »avtoritete« oziroma verodostojnosti. Problem je v tem, da si ti »strokovnjaki« med seboj kontradiktirajo, kar pri ljudeh povzroča še večjo zmedo, nezaupanje, obup in občutke nesposobnosti (Salecl 2004: 94). Avtoritete danes ne ukazujejo več, ampak se prilizujejo izgubljenim iskalcem nasvetov in napotkov. Danes ni več vodij, obstaja pa veliko »svetovalcev«, ki trdijo, da »vedo«, kam in »kako« naprej. Bistvena razlika med vodji in svetovalci pa je v tem, da je prvim treba slediti, druge pa si sami izberemo, najamemo jih in jih lahko tudi odpustimo. Razlika je tudi, da vodje delujejo kot prevajalec med individualnim dobrim in »dobrim družbe« oziroma med zasebnimi in javnimi vprašanji, medtem ko svetovalci delujejo izključno na področju zasebnega; bolezni so individualne in ravno tako terapije, skrbi so zasebne in enako sredstva za boj proti njim. Svetovalci se nanašajo na to, kaj lahko naredi posameznik sam in zase, in ne na to, kaj bi lahko dosegli skupaj, v dobro vseh nas in vsakega posameznika posebej, če bi združili sile in delovali kolektivno.

Nasveti svetovancem se vedno nanašajo na reči, ki jih morajo narediti sami in pri tem sprejeti polno odgovornost, da bodo storjene pravilno in da ne bodo nikogar krivili za neprijetne posledice, ki so rezultat le lastnih napak. Svetovanci pa najbolj iščejo konkretne in nedvoumno jasne napotke, odgovore in rešitve. Razširjeno je opazovanje, kako se sorodnih problemov lotevajo drugi in to zato, ker večina ljudi, ki so nesrečni, ne pozna vzrokov in izvorov lastne nesreče in nezadovoljstva. Občutje nesreče je največkrat razpršeno, nedoločeno in nezasidrano, izvor nejasen in razvejen, treba ga je razjasniti in narediti otipljivega in poimenovati tako, da bi lahko ohlapno željo po sreči oblikovali v specifično nalogo. Sodobno nenehno iskanje nasvetov in napotkov; kako živeti svoje življenje, kako najti pravega partnerja, kako vzgajati otroke, kako skrbeti za telo in zdravje, kako preživeti na delu itd., lahko razumemo tudi kot še en način iskanja jasnih in koherentnih družbenih napotkov, ki naj bi pomagali pri premagovanju vseprisotne anksioznosti. »Življenjske razmere, o katerih govorimo, navajajo moške in ženske k iskanju zgledov, ne vodij« (Bauman 2000: 91). Saj jim vsak dan govorijo, da je vse, kar je narobe z njihovim življenjem, posledica njihovih lastnih zmot in nesposobnosti in da jih morajo popraviti z lastnim prizadevanjem in sredstvi.

Pri ogledovanju težav drugih upamo, da bomo odkrili vzroke za lastno nesrečo in tako spoznali, kam po pomoč, da jo premagamo. V tem pogledu se najbolj jasno kaže neverjetna priljubljenost pogovornih oddaj, kot so Oprah, Ricky Lake, Dr. Phil in naša Katarina, ter knjižne izpovedi znanih osebnosti (npr. zvezdnikov), ki pripovedujejo svojo življenjsko zgodbo in imajo velik apel.

4. MANIFESTACIJE DRUŽBE TVEGANJA V VSEH STRUKTURNIH DELIH DRUŽBE IN ZASEBNEGA ŽIVLJENJA

4.1 Skrb za zdravje in zunanjo podobo – doba vsesplošnega »fitnessa«

Treba je omeniti še eno obsedenost in ideal sodobnega modernega človeka – vsiljeno potrebo ostati mlad in lep ter predvsem »zdrav« in »fit«.

Novi ideal oziroma norma sodobnega človeka ni le zdravje, temveč koncept »čilosti« ali angleško imenovano fitness, kjer gre za stanje kombinacije brhkega telesa in zdravega duha. Za fizično telo je treba poskrbeti z veliko nege, mora biti lepo in privlačno ter športno izoblikovano, nikjer nobenega grama maščobe ali znakov staranja. Eno ključnih znamenj te novodobne zahteve je izjemna in čedalje večja priljubljenost najrazličnejših lepotnih operacij, kot so liposukcija, različni vsadki (za dojke, zadnjico, mišice), presaditve las (proti plešavosti), korekcija nosu, ušes, ustnic, brade, ličnic, očesnih vek itd. Poleg kirurgije vsepovsod »cvetijo« vedno novi centri dobrega počutja (wellness centri) in lepotilni saloni, kjer si z manj radikalnimi posegi enako tprizadevajo za isti cilj – večno mladost in lepoto.

Pri čilosti (v nasprotju z zdravjem) pa gre za subjektivno izkušnjo dobrega počutja, vitalnosti in energičnosti – v smislu naših doživljajev oziroma občutkov. Nikdar namreč ne moremo vedeti, ali so naši občutki prav tako globoki, vznemirljivi in uživaški kakor občutki drugih ljudi. Prizadevanje za čilost je stanje nenehnega napora in dela ter samopregledovanja, samoocenjevanja, primerjanja z drugimi in posledično samoomalovaževanja in nenehne zaskrbljenosti.

4.2 Spremenjena narava dela

Nekoč je za delo veljala »dolgoročna mentaliteta« - pričakovanje, da se bo delavec za dolgoročno zavezal delodajalcu (sistem Henryja Forda v tovarnah) in tako je glede dela vladala sorazmerna stabilnost. Še pred četrto stoletje so bili večina delovne sile fizični delavci, predvsem v proizvodnji.

Sodobna brezmejna blagovna menjava pa je spodbudila razvoj globalnih trgov, s tem pa so globalne konkurenčne sile močno vplivale na potrebe, strukturo in količino iskane delovne sile. Predvsem tržna konkurenca razvijajočih se držav naj bi močno pripomogla k splošnemu znižanju plač ter socialnega in ekološkega standarda v razvitih zahodnih državah. Multinacionalke pomenijo grožnjo splošnemu zaposlovanju, saj organizirajo produkcijo transnacionalno (npr. v Aziji, kjer je izjemno poceni delovna sila), kar povzroča pritisk na znižanje plač in delovne razmere znotraj ekonomij razvitih držav. In to ne velja le za neizobraženo delovno silo, temveč tudi za visoko izobražena in specializirana dela. Tako splošna brezposelnost v matični državi raste na račun čedalje večjega dobička posameznih podjetij, ki selijo proizvodnjo v cenejše nerazvite države.

V nasprotju s preteklostjo v sodobnih poznomodernih družbah vlada »kratkoročna mentaliteta zaposlovanja«, ki je zamenjala »dolgoročno«. Danes se pričakuje, da bo posameznik v svoji delovni dobi vsaj nekajkrat zamenjal službo. »Zaposlovanje je postalo kratkoročno in nezanesljivo, okleščeno oprijemljivih (kaj šele zagotovljenih) možnosti in torej epizodno ...« (Bauman 2000: 188). V sodobnih razvitih državah polna zaposlenost za nedoločen čas močno upada, delo je povezano s kratkoročnimi pogodbami in oznanja vrste zaposlitev, ki nimajo zagotovljene varnosti. Tako sodobno delovno življenje, enako kot vse druge vidike sodobnega življenja, prežema večna negotovost, ki temeljito izkoreninja kakršenkoli občutek eksistencialne varnosti in stabilnosti vsakega posameznika. Res je, da je bilo področje dela od nekdaj polno negotovosti, vendar je v današnji negotovosti nekaj izrazito novega – je namreč močna individualizirajoča sila. Ločuje, namesto da bi združevala. Sodobne strahove in stiske tudi tu trpimo sami. Ne seštevajo se v »obči družbeni problem«, čeprav zadevajo vse nas.

Treba pa je omeniti tudi vpliv stresa zaradi delovnih razmer na doživljanje zaposlitve. Organizacijski stres se nanaša na delovne razmere in opisuje dejavnike, ki vplivajo na subjektivno doživljanje napetosti med delom. Teh dejavnikov je danes čedalje več.

Negotovost glede preživetja, zlasti najosnovnejšega – tistega, ki ga pričakujemo od dela in zaposlitve –, je postala večno prisotna. Iz leta v leto postaja delo manj zanesljiv vir golega preživetja. V družbi, kjer delo ostaja osrednje za samospoštovanje in življenjski standard, je dostop do dela glavna okoliščina, ki vpliva na morebitne možnosti (Giddens 2000: 108). V svetu strukturne brezposelnosti se nihče ne more počutiti resnično varnega. Nihče se ne more več počutiti nenadomestljivega, saj se tudi za najbolj privilegiran položaj lahko pokaže, da je le začasen in »do nadaljnjega«.

Vse te spremembe, ki se dogajajo v sodobnih visokomodernih družbah, pa ne vplivajo le na naravo dela, temveč puščajo globok pečat tudi na drugih področjih družbenega življenja in okolja.

4.3 Novi koncept družine

Poleg že naštetih in številnih drugih sprememb, ki nastajajo v današnjem visoko razvitem svetu, so med najpomembnejšimi tiste, ki se dogajajo v našem osebem življenju – v spolnosti, medosebnih odnosih, zakonu in družini. Med glavnimi polemikami pa se je znašla institucija družine. Ta je postala ena pglavitnih skrbi in strah zbujujočih dilem modernega časa, saj so mnogi prepričani, da postaja tradicionalno razumevanje družine nesmiselno. Družina je danes dejansko prostor, kjer se močno prepletata in spopadata modernost in tradicija.

Bistvena razlika med moderno in tradicionalno družino je dejstvo, da ta ne pomeni več ekonomske entitete (otroci kot delovna sila). Prav tako zakonska zveza ni več predvsem ekonomska pogodba, temveč temelji na ideji romantične ljubezni. V sodobnih zahodnih družbah obstajajo različne oblike partnerstev in družin. Osnova vseh teh zvez pa je »partnerski odnos«, ki temelji na čustveni komunikaciji, intimnosti in spolni privlačnosti – kar nikakor ni veljalo za tradicionalni zakon in družino. Spremenila sta se sam pomen in značaj zakonske zveze in družine.

Predvsem pa sta se radikalno spremenila odnos do otrok in njihova vloga v družini. Otroci so postali cenjeni in čustveno zaželeni. Razlog za otroka ni več ekonomski, ravno nasprotno, danes so otroci veliko finančno breme za starše. Želja po otroku danes temelji na psiholoških in čustvenih potrebah staršev. Povsem drugačna od tradicionalnih so današnja pričakovanja in dojemanje o pravilni vzgoji in skrbi za otroke, v ospredju pa sta

ideji emocionalne skrbi in ljubezni do otrok. Starševstvo dandanes ravno tako zbuja anksioznost, saj imajo starši občutek, da ne znajo vzgajati svojih otrok, ker ni več nobenega družbenega konsenza glede »pravilne« vzgoje otrok. Zato nevrotično iščejo nasvete in odgovore pri raznih »strokovnjakih«, katerih mnenja so protislovna, kar pri starših povzroča še večjo zmedo in občutke nekompetentnosti (Salecl 2004: 94).

Te velike in značilne spremembe sodobne zahodne družbe - emocionalna komunikacija in intimnost kot temelj medsebojnih vezi in odnosov – se kažejo na treh osnovnih področjih našega vsakdanjega osebnega življenja; v spolnih in partnerskih odnosih, v odnosih med starši in otroki ter v prijateljskih odnosih. Načeloma se te spremembe nanašajo na abstraktno idejo »čistih razmerij«, ki v teoriji temeljijo na aktivnem zaupanju, ta pa je temeljni pogoj intimnosti. Gre za utopične ideale, kaj naj bi bili dobri medsebojni odnosi. Ti ideali so ideja popolne demokracije, kjer so vsi enakopravni, z enakimi pravicami in odgovornostmi, odnosi temeljijo na medsebojnem spoštovanju in razumevanju, odprti komunikaciji, temelječi na zaupanju, vsi vpleteni aktivno vlagajo v odnose in jih ne jemljejo za samoumevne, predvsem pa ni boja za premoč, nasilja ali prisile. Čudovita slika, žal pa je povprečna realna situacija na vseh treh področjih povsem drugačna, kot bomo videli v nadaljevanju, saj bi potrebovali mentalno, psihološko in čustveno zrele posameznike, ki bi bili takih odnosov sploh sposobni. Mislim, da večina resničnih odnosov ni niti blizu idealnemu tipu »čistega razmerja«.

4.4 Nastop »karnevalskih« skupnosti

Tradicionalnih, trdnih, vseobsegajočih skupnosti, katerim si samoumevno pripadel z rojstvom v razvitem svetu tako rekoč ni več. Nastop sodobnih nestanovitnih »interesnih« skupnosti je danes pričakovana reakcija na najbolj moteč in nadležen vidik življenja: na čedalje globlje neravnovesje med individualno svobodo in varnostjo. Zagotovila za varnost hitro upadajo na vseh družbenih področjih, medtem ko individualna odgovornost narašča z neprimerljivo naglino. Najizrazitejši vidik izginjajoče varnosti je nova krhkost človeških vezi. »Drobljivost in minljivost vezi je morda neogibna cena pravic posameznikov, da uresničujejo svoje individualne cilje, vendar ne gre drugače, kot da je hkrati tudi največja ovira njihovem učinkovitemu uresničevanju – in pogumu, ki je potreben za njihovo uresničevanje« (Bauman 2000: 215). Značilni paradoks, ki izhaja iz

narave življenja v tekoči moderni. Negotova pričakovanja za prihodnost in tveganja urbanega življenja so glavni viri razpršene bojazni, ki preganja sedanost in prihodnost, za obe pa je značilno, da manjka varnost in glavna privlačnost ponovne ideje skupnosti je obljuba nekega varnega pristana oziroma varovalne mreže. V današnjem hitro spreminjajočem se svetu, v katerem ni nič trdnega, ljudje obupno iščejo skupine, katerim bi lahko pripadali. Tako skupnost danes ni več vnaprej postavljena, določena in ozemljena (kot nekoč), temveč sinonim za identiteto, ki jo vneto iščemo, a se nam vedno izmuzne. Ljudje morajo danes izbirati med referenčnimi skupinami konkurenčnih identitet, kar zopet pripelje posameznika v stres in identitetno krizo.

Primarna značilnost sodobnih skupnosti ni več njihova trdnost in povezanost posameznikov v celoto, ki deluje v skupne namene, prej nasprotno. Ohlapnost, fluidnost, eksteritorialnost in kratkoročnost so atributi novih skupnosti, ki so eksplozivne – vedno na meji med razpadom in ohranitvijo. Pravimo jim lahko tudi »garderobne«, »eksplozivne« ali »karnevalske« skupnosti, kot jih je označil Bauman (Bauman 2002), ker jih posameznik menjava kot oblačila ali maske, ki naj bi se prilegale trenutnemu življenjskemu slogu. Njihova eksplozivna narava se dobro ujema z identitetami v tekoči moderni, saj so, podobno kot identitete, spremenljive in minljive. Zaradi nekaterih njihovih značilnih lastnosti jih imenujemo »karnevalske skupnosti«, saj potrebujejo spektakel, ki prebudi podobne interese, speče v različnih posameznikih, ter jih tako za nekaj časa združi in začasno zabriše druge interese oziroma značilnosti, ki jih ločujejo, ne pa družijo. Spektakel je priložnost za kratek obstoj karnevalske skupnosti, vendar ne zlije posameznih zanimanj v »skupni interes«, tako da iluzija »skupnega« (ki jo porodi spektakel), ne traja dlje, kot traja vznemirjenost pri gledališki predstavi. Ti spektakli so nadomestili nekoč »občo stvar« iz časa trdne moderne, to pa močno vpliva na naravo identitet v današnjem času. Eksplozivne skupnosti omogočajo dogodke, ki pretrgajo monotonost vsakdanje samote in kot vsi karnevalski dogodki izpustijo nabrani pritisk, frustracije, nezadovoljstvo itd. ter omogočijo posameznikom, da lažje prenašajo vsakodnevno rutino, v katero se vrnejo v trenutku, ko je spektakla konec. Karnevalske skupnosti so enako nepogrešljiva lastnost tekoče moderne kakor samotni položaj posameznikov in njihovih gorečih in jalovih prizadevanj za kakršen koli občutek varnosti, sigurnosti, stabilnosti in kontrole nad lastnim življenjem. Skupne intimnosti so

ena zadnjih preostalih metod »graditve skupnosti«, ki pa so enako krhke, kratkotrajne kakor tavajoča čustva, ki prehajajo k vedno novim ciljem in begajo v brezupnem iskanju varnega zavetja. To so trenutne skupnosti skupnih skrbi, sovraštev, hobijev, potreb ..., kjer številni osamljeni posamezniki blažijo svoje osamljene strahove.

Te skupnosti pa še zdaleč niso zdravilo za trpljenje sodobnega osamljenega posameznika, temveč so simptomi in velikokrat vzročni dejavniki družbenega nereda ter nestabilnih in plitkih medsebojnih odnosov, značilnih za sedanjo moderno.

4.5 Plitkost medsebojnih odnosov

Sodobno urbano okolje in življenje v njem zahtevata posebno spretnost, imenovano »novodobna olika« (se razlikuje od tradicionalnega koncepta olike in bontona). To je dejavnost, ki varuje ljudi drugega pred drugim in obenem omogoča lahkotno, plitko druženje brez medsebojnih obveznosti in odgovornosti. Bistvo olike je skrivanje za masko, ki omogoča družabnost brez globljih občutkov tistih, ki si jo nadenejo. Skratka, cilj olike je, da drugih ne obremenjuješ s seboj in nasprotno, tudi od drugih pričakujemo, da se ne vtikajo v nas in nas ne obremenjujejo s svojimi zasebnimi problemi. In to je sodobna značilnost družbenega prizorišča. Tako je »nošenje javne maske« dejanje angažmaja in udeležbe, umik »resničnega jaza«, ki se odpoveduje vzajemni vpletenosti.

Ljudje danes ne verjamejo več v stalnost, trajnost, predanost in zanesljivost medčloveških odnosov, temu pa sledi splošna nepripravljenost vlaganja v globlje, trdno, trajno, zanesljivo in zaupanja vredno prijateljstvo. Krivda za takšno stanje pa je v moderni individualizaciji, ki spodbuja, priporoča in pritiska na posameznika, da sledi le lastnim interesom in zadovoljstvu ter interesom in zadovoljstvu drugih le v tolikšni meri, kolikor se le-ti dotikajo njegovih interesov. Moderni individui so prepričani, da tudi soljudi vodijo enaki egoistični motivi, zato ni več medsebojnih pričakovanj sočutja in solidarnosti, čeprav bi vsak to rad dobival, nihče pa tega ne bi dajal.

»Negotovost družbene eksistence nas navdihuje, da svet, ki nas obdaja, zaznavamo kot skupek proizvodov za takojšnjo porabo. Ker dojemamo svet vključno z njegovimi prebivalci kot fond porabniških predmetov, je usklajevanje trajnih človeških vezi skrajno težko« (Bauman 2002: 207). Tako se znajdemo v dobi izredno krhkih medsebojnih odnosov, brez družbeno omejenih pravic posameznika in jasno določenih dolžnosti do

drugih. Pozabljamo pa, da kakovost našega življenja bistveno določajo odnosi, ki jih ustvarjamo z drugimi.

4.6 Krhkost partnerskih zvez

»V današnji porabniški družbi je logika iskanja partnerja podobna nakupovanju avtomobila: najprej je treba temeljito raziskati trg ponudbe; potem je treba preveriti vse lastnosti zaželenega »objekta«; si priskrbeti predporočno pogodbo; ko mine nekaj časa, zamenjati staro za novo, ali, zavoljo manjših tegob, se odločiti le za kratkoročen »najem« objekta« (Salecl 2004: 55). Zveze »dokler naju smrt ne loči« so postale pogodbe »dokler traja zadovoljstvo«, začasne po definiciji, ter nagnjene k razpadu kadarkoli kateri od partnerjev zasluti, da ima boljše možnosti za srečo drugje in večjo korist, če izstopi iz trenutnega partnerstva. »Drugače rečeno, na vezo in partnerstvo gledamo in ju obravnavamo kot stvari, ki bodo porabljene, ne pa proizvedene; podrejene so enakim kriterijem vrednotenja kakor vsi drugi potrošniški predmeti« (Bauman 2002: 206). Cilj dveh partnerjev ni več vztrajanje, da bi njuna zveza »delovala« dolgoročno, da bi drug drugemu stala ob strani in skupaj prebrodila težave, da bi sklepala kompromise in se kdaj pa kdaj odpovedala lastnim željam oziroma da bi bila partnerja sploh pripravljena kaj žrtvovati v prid trajne zveze. Prej gre za pričakovanje, da dosežemo zadovoljstvo s partnersko zvezo takoj in če dobljeni užitek ne dosega pričakovane ravni, takoj zavrremo partnerja (kot produkt) in poiščemo novega, »primernejšega«. Tako se predvidena začasnost partnerstev pretvarja v samoizpolnjujočo se prerokbo. Če odnos ni dojet kot nekaj, kar je treba doseči s prizadevanjem, voljo in potrpežljivostjo, pač pa kot nekaj, od česar pričakujemo, da bo prineslo užitek takoj, v trenutku nastanka zveze, ter nekaj kar zavrremo takoj, ko ne daje ugodja, potem ni čudno, da danes toliko partnerstev in zakonov razpade in število ločitev narašča.

Prejšnja poglavja so ponazorila podobo in posebnosti sodobnih visoko razvitih družb tveganja ter prikazala, kako njihove strukture in sistemi vplivajo na različna področja družbenega življenja. Zdaj pa prehajamo h ključnemu vprašanju diplomske naloge – kako te družbe vplivajo na sodobnega posameznika (njegovo identiteto in samopodobo) in ali lahko v njih najdemo vzroke domnevnega širjenja duševnih motenj v sodobnosti?

5. VPLIV TEHNOLOŠKE DRUŽBE NA STRUKTURO SODOBNE IDENTITETE IN ŠIRJENJE DUŠEVNIH MOTENJ

Prelom v novo tisočletje je nekako pomemben simbolni mejnik na družbeni in individualni ravni in mnogi svarijo pred nevarnostmi sodobnega časa ter opozarjajo na zmedenost današnjega človeka, obupno iskanje lastnega smisla, prevlado informacijske tehnologije nad pristinimi medosebnimi odnosi, medosebno odtujevanje, prezaposlenost, preobremenjenost, zasvojenost, agresivnost, depresije, suicidalne tendence itd.

Biti moderen pomeni nezmožnost ustaviti se in mirovati, doseči občutek varnosti ter doseči končno zadovoljstvo in spokojno samozadovoljstvo. Izpolnitev je vselej v prihodnosti in dosežki izgubijo svojo privlačnost in potencial zadovoljitve v trenutku, ko jih dosežemo, če ne že prej. Biti moderen pomeni biti nenehno objekt samo-refleksije in samo-nadzora, v stanju stalne transgresije in imeti identiteto, ki je lahko le neuresničen projekt. Obstaja kar nekaj izrazov za sodobni zahodnjaški tip identitete, kot so »patchwork identity«, »jungle of the self« (Beck) in »bricolage identity« (Lash). Slednjega smo poslovenili kot »skrpana identiteta«. Skrpana samopodoba je lahko sestavljena iz povsem nepovezanih, posamičnih in začasnih življenjskih zgodb, saj sodobni posameznik ne živi več neke trdne, kontinuirane in stabilne zgodbe. Vsakdo samostojno izbira svoj življenjski scenarij, dejstvo pa je, da ga mora izbrati. Takšna samopodoba pa je veliko breme za sodobnega posameznika, saj vsakdo ne zmore nenehno izbirati in se odločati med nešteti možnostmi ter graditi svojo identiteto, ki je nikakor ne more sestaviti v smiselno sliko o sebi. In ko ljudem zmanjka moči, odpovedo. To pa se kaže v nizu najrazličnejših »odklonskih« vedenj, kot so zagrenjenost, depresivnost, anksioznost, odvisnost, prehranske motnje, sovražstvo do samega sebe ali sveta, nasilje do samega sebe ali do drugih, dokončna oblika raztrganosti lastne samopodobe pa je samomor (Kobal Grum 2003: 183-184).

5.1 Vpliv tehnologije na sodobnega posameznika

Pojem tehnologije se nanaša na materialno (stroji in orodje) in nematerialno (organizacijske in psihološke tehnike) tehnologijo. Birokracija predstavlja organizacijsko tehniko, oglaševanje pa psihološko. Ker sodobna tehnologija predstavlja absolutno racionalnost, domnevamo, da jo vodi racionalna kontrola. V resnici pa jo žene želja po

moči in oblasti. Glavne vrednote, namen in cilj tehnološke družbe so učinkovitost, maksimalna proizvodnja in poraba. Nič drugega. Bolj ko se tehnologija uporablja v naravi in družbi, bolj postaja življenje nepredvidljivo. Danes je tehnologija spremenila vse modele družbene organizacije in določa naš odnos do narave in drug do drugega. »Tehnologija je grozovita rušilna sila v sodobni družbi, katere posledica so kulturni razkroj, potlačitev smotra in osebna alienacija« (Stivers 2004: 16). Tehnologija naredi medčloveške odnose abstraktne in posledično neosebne. Za vsa področja človeškega življenja obstajajo tehnike za izboljšavo; npr. za samopomoč, starševstvo, vodstvo, medčloveške odnose, seks, dožemanje religije itd.

Mediji so danes glavni vir informacij, predvsem televizija in internet, zato se zdi, da je vsa realnost v medijih. S tem pride do konkretiziranja izkustev in doživljanj, tako, da imajo vsi iste podobe o njih, saj mediji ne dopuščajo imaginacije in aplikacije simbolov na lastne izkušnje (primer je branje knjige, kjer ima vsak svojo mentalno predstavo likov ali gledanje filma, kjer imajo vsi iste vnaprej določene podobe). Konkretiziranje izkustev je imelo globoke posledice za sodobno osebnost. Človeška tehnika je odstranila potrebo po preudarnosti, odločanju in odgovornosti, zato tehnologija lahko kolonizira naša izkustva, mnenja, čustva in zavest. Tehnologija posreduje izkustva in mnenja »iz druge roke« in na tem temelji javno mnenje, ne pa na lastnih izkustvih ter jasnih in preverjenih dejstvih. Izguba neposrednih lastnih izkustev pa vodi v izgubo in popačenje občutka realnosti. V tehnološki civilizaciji se skupna simbolična realnost umakne materializirani, konkretizirani realnosti, ki se nahaja v medijih. Realnost je vedno nekje drugje. Posameznik kompenzira to izgubo tako, da kreira svoj imaginarni svet. Nepomembna in nesmiselna eksistenca zahteva imaginarni svet. Izguba občutka realnosti sproži hrepenenja in želje, ki pa so mehanizem domišljije. Oglaševalska in potrošniška industrija pa prežita prav na to sodobno ranljivost in tako kreirata fantazijski svet poln poželjivih produktov.

Preveč opcij izbire in informacij lahko povzroči preobremenitev čutil in uma, ki se konča z občutkom nemoči, nezmožnosti in nebogljenosti oziroma impotence. Sodobni občutek nemoči in nebogljenosti je reakcija na silno, porazno in splošno razširjeno moč tehnologije, ki spodkopava moralni in etični smisel življenja. Ti občutki segajo tudi v medsebojne odnose, kajti z izgubo moralnih vrednot in širjenjem vedenjskih tehnik smo

čedalje bolj »svobodni« za manipuliranje in izkoriščanje drugih v lastne namene. Brez minimalne ravni zaupanja, ki jo poraja skupna morala, postanejo medčloveški odnosi nejasni, nevarni, tekmovalni in potencialno sovražni ter stvar igre moči, sodobno geslo pa je »prilagodi se močnejšim in manipuliraj šibkejše«. V notranjosti jedra te nove subjektivnosti se nahajata osamljenost in strah pred soljudmi. Biti sam še ne pomeni nujno biti osamljen. Osamljenost nastane v povezavi z brezcilnostjo, nemočjo in prinese s seboj strah pred soljudmi. Lahko bi celo opisali sodobno subjektivnost kot otročjost. Če sodobna tehnologija odvzame normativni razum, odgovornost, osebne izkušnje in moralno preudarnost, nas ponovno naredi nedorasle in otroške.

Tehnološka osebnost ima dva obraza, zunanjšega in notranjšega. Notranja osebnost je podobna prestrašenemu in osamljenemu otroku, na zunaj pa deluje kot fleksibilna, prilagojena, družabna, samozavestna in rahlo hiperaktivna. In takšno osebnost sodobna tehnološka, potrošniška, nestabilna in hitro spreminjajoča se družba zahteva in potrebuje. Kot vidimo, je v sodobni »tehnološki osebnosti« le malo resnično individualnega. Paradoksalno je dejstvo, da višja ko je stopnja potrošništva, bolj so ljudje nesrečni. Potrošnja ne more nadomestiti izgube občega smisla, izpraznjenosti dela ter pretirano tekmovalnih in nasilnih medsebojnih odnosov. Tehnologija naredi medčloveške odnose abstraktne in uničuje simbolični pomen izkustev, vse to pa vodi v človekovo nezadovoljstvo in izpraznjenost. In ker nam tehnološki utopizem obljublja srečo, naša nesreča pomeni, da je nekaj narobe z nami samimi. Sami pričakujemo in drugi od nas pričakujejo, da bomo srečni in zadovoljni. Dokler ne dojamemo, da je tehnološki mit zgrešen, bomo iskali vzroke svoje nesreče na napačnih mestih, na primer pri posamezniku samem in njegovem delovanju.

5.2 Sodobni družbeni značaj – v druge usmerjeni tip značaja

Družbeni značaj je oblika konformnosti, saj je družbena definicija jaza tista, ki določa model in omejitve, v okviru katerih se razvije osebnost. Medtem ko je vsaka osebnost unikatna, je družbeni značaj bolj ali manj univerzalen v neki kulturi in družbi. Družbeni značaj tako pomeni kulturno obliko osebnosti.

Nekoč se je pojem karakterja nanašal na tradicionalne vrednotne koncepte, kot so moralna trdnost, delavnost, varčnost, zmernost, razumnost, preudarnost, hrabrost in

poštenost. Karakter pa je nasledil pojem osebnosti, ki je estetski koncept jaza. Jaz, ki je redefiniran v smislu samoizražanja, samoizpolnitve in nastopanja/igre pomeni sodobno osebnost. Skrajšano lahko povzamemo, da izraz karakter zaobsega etični koncept jaza, medtem ko je osebnost estetski koncept jaza.

Reisman (glej Reisman v Stivers 2004: 13) je definiral tri tipe družbenega značaja, ki so se vrstili skozi zgodovino: tradicionalno usmerjen, notranje usmerjen in v druge usmerjen. Tradicionalni tip je značilen za predkapitalistično poljedelsko dobo, kjer še ni bila (polno) razvita ideja individualnosti. Notranje usmerjen tip značaja je nastal v renesansi in reformaciji, takrat se je dodobra razvil koncept individualnosti. Ima dve glavni lastnosti; ponotranjenje moralnih vrednot, ki pomenijo njegovo vest in jasno določene življenjske cilje (ponavadi ekonomske). Ta tip ženejo njegovi jasni cilji, vendar njegova vest uravnava, kontrolira in omejuje tako cilje kot sredstva in načine za dosego teh ciljev. Družbena oblika psihološke kontrole pri tem tipu je občutek krivde. Enotnost in složnost jaza pa zagotavlja posameznikova vest.

V druge usmerjeni tip značaja pa je rezultat sodobne poznoderne družbe. Tu gre predvsem za estetsko orientacijo jaza, ki ga zanima predvsem potrošnja. Občeveljavnih in stabilnih norm in vrednot ni več. Večno spreminjajoče se norme in vrednote, ki se nanašajo na stil, okus, kaj je »in«, »cool« in zabavno, postavljajo mediji in potrošniška industrija. Ker niso stalne tudi niso ponotranjene. Najpomembnejši produkt pa je po mnenju Reimana danes osebnost, ki je neposredno posledica sodobnega potrošništva. Psihološka kontrola temelji na razpršeni aksioznosti, ker posameznik nikoli ne more biti prepričan sam vase in kako ga dojemajo drugi. Najpomembnejši dejavnik in avtoriteta osebnosti so mnenja drugih o posamezniku. Javno mnenje je danes nadomestilo nekoč obče moralne norme in vrednote. Medosebni odnosi so postali negotovi, ker si estetski interesi posameznikov nasprotujejo. Ponavadi temeljijo na estetskih možnostih in etični brezbriznosti. »Življenje v »dobi refleksije« prevzame karakteristike igre, v kateri posameznik načrtuje svoje poteze vnaprej, da bi maksimalno izkoristil lastne možnosti za užitek in uspeh« (Stivers 2004: 15). Sodobni refleksiji ne sledita akcija in moralna zaveza, zato služi le sebičnim željam in poraja nevoščljivost in zavist, ki se izražata skozi prepričanje, da nihče ni boljši od nikogar drugega in če nekdo je na »boljšem«, se ne porodi želja po posnemanju tega posameznika, ampak ga je treba »zbiti« nazaj dol, na našo raven. »Ni

dovolj, da nekoga občudujemo in mu zavidamo: treba ga je zrušiti in podreti« (Stivers 2004: 15). Nevoščljiva refleksija in zavist, ki se kažeta v želji izravnati in izenačiti vse ljudi v družbi na isto raven, da ja nihče ni na boljšem kot mi, je ozadje sodobnega v druge usmerjenega tipa karakterja. V estetskem pristopu k življenju nihče ne uide javnemu mnenju in pritiskom družbe.

5.3 Nestabilni, nekonsistentni, razdrobljeni in zmedeni sodobni »jaz«

Kadar govorimo o identiteti, je v ozadju naših misli podoba ubranosti, logičnosti in konsistentnosti, podoba vsega, kar pri naši življenjski izkušnji tako skrajno in mučno manjka. Iskanje identitete je vztrajen boj za zaustavitev toka, za »strditev« naše »utekočinjene« moderne družbe. Identitete se zdijo fiksne in trdne le, kadar jih pogledamo od zunaj. Na koncu se vsaka trdnost, ki jo navidezno imajo, pokaže za krhko in lomljivo. Identiteto je danes mogoče držati skupaj le z lepilom fantazije oziroma sanjarjenja. Glede na nestalnost identitet je pot k izpolnitvi identitetnih fantazij in predstav prav zmožnost »nakupovanja« v identitetnih supermarketih oziroma dozdevna porabniška svoboda, da izberemo, sestavljamo in spreminjamo svojo identiteto in jo obdržimo le dokler hočemo in dokler nam le ta ustreza.

»Oglaševalna industrija je že pred časom dojela, da pomeni prodajanje stvari tudi prodajanje identitet: »nova podoba« je lahko sinonim »novega jaza« in pot do nove identitete je pametno speljati v bližnje nakupovalno središče« (Rener 1998: 14). Porabništvo je postalo središče našega življenja, na njem temelječi življenjski stili pa osnova novega tipa identitet in samopodob. Danes je porabništvo poglavitni način identitetne komunikacije, saj so identitete fiksirane v proizvodih, medtem ko je življenjski stil mehanizem družbenega povezovanja in razlikovanja. Renerjeva omenja nove dimenzije identitet, ki ne temeljijo več le na standardnih dejavnikih vpliva (kot so spol, razred, etnija in podobno), ampak predvsem na procesih imaginacije in fantazije. Govorimo lahko o novih prehodnih, nomadskih in bolj površinskih identitetah. Gellner (glej Gellner v Rener, 2000: 150) govori o sodobnem človeku tudi kot o modularnem človeku (metafora iz pohištvene industrije), sestavljenem iz modulov, ki ponujajo neomejene možnosti kombinacij in prilagajanja. »Modularni človek je človek brez esence

oziroma esence so pluralne, drobljive in nastajajo kot rezultat prilagajanja okoliščinam in modi, vsekakor pa postavitve niso trajne« (Gellner v Renner, 2000: 150).

Kot vidimo, postane posttradicionalni visokomoderni koncept načina življenja bistven za tvorbo identitete, le-tega pa je nenehno treba izbirati iz nešteti možnosti bivanja (Giddens 1991). Glavne značilnosti posameznikov v tekoči moderni so tako fleksibilne identitete in nenehno iskanje vedno novega idealnega življenjskega sloga, saj nikakor ne dosežejo dokončne potešitve v nobenem izzivu, zadovoljstvu ali produktu. Tako je končni rezultat nenehno ustvarjanje novih identitet, ki so uporabne le za kratek čas, nato pa se zamenjajo za »novejše modele«, ki naj bi ponudili več užitkov in zadovoljstva. Številni sodobni porabniki kupujejo terapevtsko. Znaki njihovega neuspeha so ponavadi vidni v obliki nenehnega menjavanja zunanje podobe zaradi učinkov mode, diet in telesnih režimov. »Anoreksično telo je eksemplaričen primer spodletele identitetne igre, ki se morda res začne kot igra, a kmalu dobi dramatične razsežnosti, ki jih posameznica ne zmore nadzirati« (Renner 1998: 19).

Posameznikovo podrejanje nenehno spreminjajočim se standardom danes dosežemo z očaranjem in zapeljevanjem, ne pa z vidno prisilo, kot nekoč. Vse to pa se kaže pod masko uresničevanja svobodne volje in ne kot zunanja prisila. In ravno možnost »nakupovanja identitet«, izbiranja našega »pravega jaza«, v današnji porabniški družbi pomeni svobodo, saj je izbir nešteto in se zdijo nove možnosti neskončne. Tako ostaja življenje polno tveganj, negotovosti in nestabilnosti.

V sodobnem vsakdanjem življenju obstaja veliko breme, ki nam preprečuje ustvariti ustaljeno, stabilno in celovito predstavo o nas samih in o svetu. »Brezoblična raznolikost modernega življenja in silovit napad zunanjih dogodkov izzoveta notranjo brezobličnost in pasivnost; razpršena osebnost postane tehnika prilagajanja, ki omogoča soočenje z nekoherentno, brezoblično realnostjo« (Stein, Vidich in Manning White 1962: 19). Odkar so prepričanja, vrednote in življenjski stili privatizirani, dekontekstualizirani in razgnezdani, so lahko identitete le krhke,časne in »do nadaljnjega«, brez vsakeršne obrambe, razen lastnih spretnosti ter odločnosti posameznikov, da jih trdno držijo in varujejo. Izmuzljivost identitet zre prebivalstvu sedanje moderne v obraz.

5.4 Kronična osamljenost – najbolj predirljiv produkt tehnološke družbe

Osamljenost je tema, ki je danes prisotna povsod v popularni kulturi, in tema, ki jo je sociologija prezrla. Sociologija se je začela pred dobrim stoletjem, ko se je močno razširila splošna anksioznost, ukvarjati s proučevanjem psihološke slike in usode osamljenega posameznika. Prvi je na to opozoril Marx s svojim izoliranim, odtujenim in izkoriščanim delavcem. Sledil mu je Durkheim, ki je postavil diagnozo, da je osamljenost patološka posledica ločitve posameznika od družbe. Weber pa je opozarjal na pretirano organizirano družbo, v kateri je posameznik ostal sam, ujet v jekleno kletko pretirane racionalnosti. Nasledniki so sledili tem nastavkam in se lotili vseh tem, ki so bile povezane z družbenimi odnosi, žal pa so izključili temo izoliranega in osamljenega posameznika. Reisman je eden Webrovih naslednikov, ki se je v knjigi *Lonely Crowd* ne vede dotaknil te teme, saj je opazil, da sta posledica konformnosti množičnemu družbenemu obnašanju izguba karakterja in prezaposlenost z lastno osebnostjo. »Osebnost je pravzaprav proizvod samotnega idividua, ki je bil potisnjen onkraj osame v izolacijo s strani zahtev tehnološke družbe« (Stivers 2004: 26). Patologije tehnologije pridejo do končnega izraza v sodobnem paradigmatičnem primeru osamljenosti, kjer je posameznik odrezan ne le od drugih, temveč tudi od samega sebe, izoliran že s samo težnjo doseči osebnost, ki bo ustrezala svetovnim pričakovanjem. Številne poznejše sociološke teorije so raziskovale fenomen osamljenosti, vendar nobena ne v okviru vprašanja, kako širša organizacija družbe lahko pripomore k osamljenosti.

Osamljenost je postala tako prodorna v sodobni družbi, da se nam zdi že samoumevna. Zdi se, da se ljudje želijo pogovarjati z ljudmi, ki jih komaj poznajo, gredo čez meje vljudnosti in tako rekoč v spovedi, kar lahko javno vidimo v nešteto pogovornih oddajah. Ljudje so pripravljeni deliti najintimnejše stvari svojega življenja tako rekoč s komerkoli, ki jih je pripravljen poslušati. Nekateri celo iščejo množice v nakupovalnih središčih za občutek anonimnega druženja, da preženejo občutek osamljenosti. Vse to nakazuje sodoben splošno prisoten pojav nezmožnosti biti sam. Mnogi potrebujejo glasbo, televizijo ali radio pri vsakdanjih opravilih, da preženejo občutek osamljenosti. Biti sam s seboj je zastrašujoče za tiste, ki se počutijo osamljene. V tem pogledu pomeni biti sam enako kot biti osamljen. Vsi sodobni, realni ali nerealni strahovi se zdijo še strašnejši zaradi občutka osamljenosti oziroma kadar se mora posameznik z njimi soočati sam, brez

podpore drugih. V sodobnem času prevladuje nekakšno površinsko prijateljevanje, ki temelji na »moralnem minimalizmu«. Vsi se izogibajo konfliktom in se ne spuščajo globlje v življenje drugih, ker nihče ne želi biti obremenjen z lojalnostjo, zvestobo, odrekanjem in odgovornostjo do drugih. Brez globine pa ni možnosti za poglobljeno, srčno in pristno prijateljstvo ali ljubezen in logična posledica takšnega nazora in vedenja je občutek osamljenosti. In da bi se izognili temu občutku, si večina poišče nešteto aktivnosti in površinskih prijateljstev, da jim ni treba o tem razmišljati, ali še huje, tega čutiti. Številni sodobni bolj napredni psihiatri, psihologi in terapevti se zavedajo, da je osamljenost jedro večine duševnih motenj in bolezni.

5.5 Tehnološki tempo življenja in neznosni stres

Moderna tehnologija, sodobna družbena organizacija in tempo življenja povzročajo enormno količino stresa. Čedalje večja pozornost se namenja psihološkemu stresu, soočanju z njim in obvladovanju stresnih situacij. Droge, alkohol, meditacija, šport in relaksacijske vaje so različni načini s katerimi sodobni posamezniki poskušajo obvladovati stres, da jih ta ne zlomi. Vpliv psihološkega stresa se lahko nadaljuje tudi, ko se stresna situacija konča. Danes je računalnik tisti, ki določa tempo življenja, zato se le ta naglo pospešuje. »S širitvijo birokratskih in tehnoloških norm se v ljudeh poraja občutek izgube osebne kontrole nad lastnim življenjem« (Stivers 2004: 38). Časovna stiska in obsedenost je stranski produkt sodobne družbe in nam narekuje, da moramo narediti čim več stvari v čim krajšem času. Drugače imamo občutek nesposobnosti, da nekaj zamujamo in da svet beži mimo nas, mi pa ga ne dohajamo. Ker se v medijih, še posebno na televiziji, vse dogaja izjemno hitro in ker nam mediji postavljajo nekakšne nadomestne norme, imamo občutek, da, če se želimo izogniti dolgčasu, se mora življenje zunaj medijev odvijati z enako hitrostjo in nabitostjo. Sodoben problem je čedalje večje pomanjkanje časa, predvsem kakovostno preživetega časa, ker se nenehno ukvarjamo z delom, nakupovanjem in »izkoriščanjem« prostega časa za najrazličnejše aktivnosti.

Tehnološka civilizacija zahteva refleks, in ne refleksije. Refleksija in kritična misel pravzaprav nista več mogoči saj zahtevata čas in mir, ki ju danes nihče nima. Zato so današnje odločitve pogosto avtomatične, nepremišljene in sebične.

Eden glavnih virov stresa je delovno mesto. Intenzivnost delovnih nalog in zahtev se nenehno povečuje, od zaposlenih pa se zahteva, da držijo korak s hitrostjo in učinkovitostjo tehnologije in računalnika. Služba posega zdaj tudi v dom in vikende. Čedalje več je nestandardnih fleksibilnih zaposlitev, npr. za določen čas, in čedalje večja grožnja brezposelnosti, tako za izobražene kot za neizobražene. Danes so zaposleni prezaposleni in imajo preveč delovnih nalog, osemurni delovnik je preteklost, saj večina dela po dvanajst ur na dan in jim še vedno ne uspe opraviti vsega, zato pogosto nosijo delo domov. Čedalje več je dela za računalnikom, manj pa kreativnosti in dinamičnosti. Mnogi se počutijo le kot podaljšek stroja ali računalnika. Na vseh področjih imajo zaposleni občutek, da zaradi čedalje več delovnih ur, hitrejšega delovnega tempa in številnih delovnih nalog izgubljajo ves nadzor nad lastnim delom. Posledice izpostavljanja pretiranemu stresu so občutki strahu, negotovosti, mentalne izčrpanosti, čustvene odtujenosti, osamljenosti in depresije. Fizično pa se stres manifestira v obliki glavobola, želodčnih težav – preveč kisline in čir na želodcu, visokega pritiska, spontanega splava itd.

Sodobna tehnologija in mediji, predvsem pa računalnik, so pospešili naš zaznavni in živčni sistem. Posledično se posameznik počuti zdolgočasen v počasnejšem ritmu življenja in kadar je sam s seboj. Zato se mnogi težko vrnejo v počasnejši tempo, ki ga zahtevajo branje knjig, poglobljeno razmišljanje, refleksija in introspektiva. To jasno vidimo tako, da smo mnogokrat iritirani in razdraženi, kadar so ljudje počasni ali stroji ne delujejo dovolj hitro, ker smo navajeni na tempo računalnika – en sam klik in že se stvari dogajajo s svetlobno hitrostjo. Pomanjkanje koncentracije (attention deficit disorder) in hiperaktivnost sta po mnenju Healyjeve (glej Healey v Stivers 2004: 48) le skrajni obliki manifestacije ponotranjenja izredno hitrega tempa medijev in sodobne družbe nasploh.

Tehnološka zunanja podoba osebnosti, pretirana veselost, blebetavost in rahla hiperaktivnost kompenzira notranjo osamljeno, nesamozavestno, izgubljeno in prestrašeno osebnost. Divje in nenehno se udeležujemo v raznih aktivnostih in nepomembni komunikaciji z drugimi, brez pravega razmišljanja ali čutenja, vse to pa delamo, da se zamotimo pred notranjo osamljenostjo in strahom. Kajti, če se za trenutek ustavimo, vsi ti občutki, strahovi in misli privrejo na dan. Zato moramo biti venomer zaposleni, da ja ne bi ničesar čutili ali razmišljali. Vendar z vsemi temi aktivnostmi lahko

le površinsko in za določen čas odženemo skrbi, strahove in osamljenost. V resnici se jih ne rešimo, ampak se s časom samo še poglobljajo.

5.6 Kontradiktornost strokovnih trditev in posledično prisiljeno tveganje

Nekoč je bila znanost nekaj, kar je večina spoštovala, vendar ni bila neposredno vpletena v njihove dnevne aktivnosti. Laiki so iskali mnenja strokovnjakov in izvedencev, saj so znanstvene ugotovitve veljale za prave in neizpodbitne.

Danes, ko znanost in tehnologija čedalje bolj vdirata v naše življenje, to ne drži več. Naše življenje je v pozni moderni nujno tesno povezano s tehnologijo in raznimi znanostmi. Danes ni več mogoče preprosto sprejeti nove znanstvene ugotovitve kot zanesljive, predvsem zato, ker se sami znanstveniki ne strinjajo med seboj in si nasprotujejo v trditvah. Predvsem pa to velja za »proizvedeno tveganje«, s katerim se posameznik vsak dan srečuje na vseh mogočih življenjskih področjih (piti brezkofeinsko ali kofeinsko kavo, ali je rdeče vino dobro ali slabo za zdravje, vprašanje gensko spremenjene hrane, kontracepcijskih tabletk...). Sodobni posameznik nenehno sprejema odločitve v poplavi kontradiktornih in spreminjajočih se znanstvenih in tehnoloških informacij. Danes smo vsi ujeti v »management osebnega tveganja«. Ne glede koliko si to želimo, ne moremo pobegniti tem novim tveganjem ali čakati na definitivne znanstvene odgovore, ki bodo pregnali vsakršen dvom in nam olajšali odločitve. Kot porabniki smo se prisiljeni sami in nenehno odločati, kateri teoriji in trditvi bomo verjeli in v kaj se bomo ali ne bomo spustili. Vsa tveganja, odločitve in dileme glede cele vrste vsakdanjih stvari so postali del našega notranjega vsakodnevnega boja (Giddens 2002).

5.7 Večna negotovost in strah

»Negotovost sledi izgubi zaupanja v to, da lahko vodilne institucije industrijskega sveta – gospodarstvo, pravo in politika – ukrotijo in nadzirajo ogrožajoče posledice, ki so jih izzvale v svetu« (Ule 2003: 21). Negotovost je ključna lastnost sodobne »družbe tveganja«, kot ji pravi Beck. Značilnost sodobnih tveganj ni povečana količina, temveč nova nepredvidljivost in daljnosežnost posledic. »Izmučen od negotovosti, tesnobe, nejasnega nezadovoljstva in občutkov notranje praznine psihološki človek dvajsetega

stoletja ne teži k samopovelečevanju, ampak k duševnemu miru v razmerah, ki ta mir vse bolj ogrožajo« (Ule 2003: 22).

Najbolj fascinanten paradoks sodobnega časa je, da danes ljudje v razvitem svetu živijo v najbolj »varnih« družbah, kar jih je kdaj obstajalo. To so objektivno gledano najbolj varni ljudje vseh civilizacij v zgodovini človeštva. Še nikoli ni bilo toliko preventivnih ukrepov proti silam narave, toliko znanja in zdravil za šibkosti naših teles in toliko varstva pred zlimi namerami drugih soljudi. In vendar sta se ravno v tem najbolj varnem in udobnem delu sveta, sodobni visoki moderni, najbolj razvila obsedenost in zasvojenost s strahom in varnostjo. »V nasprotju z objektivnimi dokazi so ravno ljudje, ki živijo v največjem udobju, bolj razvajeni kot katerikoli ljudje v zgodovini, ki se počutijo bolj ogrožene, negotove in prestrašene, bolj nagnjene k paničarjenju in bolj vneto predane vsemu, kar se tiče varnosti in brezskrbnosti, kot ljudje iz drugih družb, preteklih in sedanjih« (Bauman 2006: 130). Razlago tega nejasnega fenomena lahko poiščemo v sodobni družbeni ureditvi, ki je organizirana okrog nenehnega iskanja zaščite in divjega iskanja varnosti, vse to pa zbuja čedalje večja pričakovanja in čedalje višje (če ne že nemogoče) standarde varnosti, ki so vedno nad trenutno stvarnostjo. In ravno ta sodobna obsedenost z varnostjo in netolerantnost najmanjšega občutka nevarnosti je ploden in neizčrpen vir naših najrazličnejših in vedno prisotnih anksioznosti in strahov.

Vidimo, da imamo veliko razlogov za dandanašnje nakupovalno mrzlico ter da obstaja več vzrokov sodobne nakupovalne obsedenosti. Nakupovalna prisila je v resnici postala zasvojenost, težaven boj proti poneumljajočemu in nemogočemu občutku negotovosti. Porabniki danes tekajo za »prijetnimi« občutki, ki jih obljubljuje živobarvni in svetleči se predmeti s polic, obenem pa hkrati poizkušajo najti izhod iz agonije, ki ji pravimo negotovost. Za vsako ceno se poizkušajo osvoboditi strahov pred napako, nevednostjo in negotovostjo. »Vsaj enkrat hočejo biti gotovi, zaupljivi, samozavestni in prepričani, in predmeti, ki jih najdejo med nakupovanjem, imajo strah zbujajočo lastnost, da se ponujajo... skupaj z obljubo gotovosti« (Bauman 2000: 104).

V sodobni kulturi se zdi, da ekonomska negotovost ni glavni vzrok anksioznosti, le ta je predvsem povezana s problemi družbenih vlog, obveznemu nenehnemu spreminjanju identitete in nezmožnostjo najti jasno, obče določeno vodilo in napotek za lastno ravnanje.

Dvom kot prevladujoča značilnost sodobne »racionalnosti« je danes prisoten povsod v vsakdanjem življenju in je temeljna eksistencialna razsežnost sodobnega družbenega sveta. V okoliščinah negotovosti in nešteti možnosti imata koncepta zaupanja in nenehnega tveganja velik vpliv na tvorjenje posameznikove osebnosti in identitete. »Sodobna moderna pomeni kulturo tveganja« (Giddens 1991: 3).

5.8 Sodobna anksioznost kot dejavnik duševnih motenj

Dandanes pogosto slišimo, da živimo v dobi anksioznosti. Anksioznost je predirljiv in globokoumen pojav sodobnih visoko razvitih družb. Dozdeva se nam, da je povezana z naraščanjem možnosti raznih katastrof (kot so terorizem, vojne, zlomi finančnih trgov, nove bolezni, ekološke spremembe itd.). Vendar to ni res, saj so se vse civilizacije soočale z različnimi strahovi (kot so vojne, upori, lakota, revščina, kriza trga dela in mnogimi boleznimi). Notranji, manj očitni, globlji in bolj osebni viri anksioznosti pa so zmedenost, psihološka dezorientacija in negotovost glede norm, vrednot, ideologij in občega smisla stvari (Stein, Vidich in Manning White 1962). Sodobna anksioznost izvira iz spremenjenega dožemanja samega sebe in iz posameznikovega spremenjenega družbenega položaja. Anksioznost je močno povezana z občutkom negotovosti glede družbenega položaja in družbenih vlog ter nenehnega pritiska za prilagajanje in spreminjanje identitete, kar vodi v čedalje bolj obupano in množično iskanje varnosti, stalnosti, zanesljivosti in določenosti od zunaj. Tako vidimo, da anksioznost v resnici izvira prav iz neomejene »svobode« samoodločanja o tako rekoč vsem kar se tiče posameznikovega življenja, kar je doumel že Kierkegaard, in ravno to je tisto, kar poraja občutek utesnjenosti, strahu in obupa, saj je vse prepuščeno lastnim zmožnostim in nezmožnostim. Posameznika danes čedalje bolj zaznamuje občutek osamljenosti ter nenehnega, prisilnega in norega iskanja (nečesa), ki se vedno znova konča v razočaranju in obupu. Danes si večina ljudi želi pomoči in napotkov pri najosnovnejših sestavinah življenja, ker ne vedo, kako priti do njih, kot npr.; kateri je pravi poklic zanje, smisel njihovega življenja, želja po ustaljenosti, varnosti in domu ter potreba po pripadnosti, pristnih medosebnih odnosih in ljubezni. Kajti večina ljudi preprosto ne zmore prenesti nenehnih sprememb in občutka negotovosti, ki se dogajajo na vseh področjih življenja hkrati. Večina vedno bolj pogreša občutek varnosti in gotovosti. Predvsem pa vsi iščejo

smisel in namen življenja v okoliščinah zmedenosti in praznine. Pomanjkanje realnih možnosti za samorealizacijo (samouresničitev ali izpolnitev) ter občutki stagnacije in praznosti, neeksistence in nepomembnosti, ki spadajo zraven, je tovrstna psihološka smrt vzrok večine anksioznosti. Samorealizacija je namreč eden temeljnih virov človeške izpolnitve (Stein, Vidich in Manning White 1962: 134).

Skoraj vsi psihološki koncepti anksioznosti imajo skupno idejo, da je le-ta povezana z notranjim strahom pred družbeno nesprejemljivimi mislimi, občutki, željami ali nagoni, ki lahko pripeljejo do izgube naklonjenosti in neodobravanja bližnjih ter posledično do družbene izolacije in osamljenosti. Veliko socialnih psihologov je prepričanih, da je vir sodobnih anksioznosti v posameznikovi psihološki izolaciji in odtujenosti od samega sebe in od soljudi. Prepričani so, da je to skupna usoda ljudi v postmoderni družbi, ne glede na stanje posameznikovega duševnega zdravja. Zato Fromm-Reichmann verjame, da so številna čustvena in duševna stanja, ki jih psihiatri označijo za anksioznosti, v resnici stanja osamljenosti ali strahu pred osamljenostjo (glej Stein, Vidich in Manning White 1962: 131–132).

Posledica tega so ponovno odprta vrata političnim avtoritarnim in diktaturnim sistemom ali pripadnostim raznim kultom in vsevsestranskim religijam, ki ponujajo varnost, odgovore in prevzem posameznikove odgovornosti odločanja, le-ta pa je se je za to pripravljen odpovedati velikemu delu svoje svobode, samo da bi se znebil stalnega občutka anksioznosti. »Svoboda, ki vodi v strah in anksioznost, je izgubila svojo vrednost; bolje oblast z varnostjo kot svoboda s strahom« (Horney v Stein, Vidich in Manning White 1962: 125).

Anksioznost je danes po trditvah mnogih najbolj izrazita duševna značilnost zahodne civilizacije. To je jasno razvidno iz statističnih podatkov, ki potrjujejo to trditev, v obliki rasti treh področij tako imenovanih družbenih patologij, ki naj bi bile odziv na sodobno splošno anksioznost; samomorilnost, ločitve in funkcionalne oblike duševnih motenj. Širjenje teh pojavov pa nakazuje radikalne socialne prevrate, saj so le ti simptomi in produkti travmatično spreminjajočih se razmer naše kulture. Že Freud je določil anksioznost kot najbolj kritičen in odločilen problem čustvenih in vedenjskih motenj. Danes se vsi strinjajo, da je anksioznost temeljni pojav nevroz oziroma vir živčnih bolezni. Večina se ne zaveda, koliko našega vsakdanjega vedenja je podzavestno

motiviranega z željo uiti anksioznosti, jo zmanjšati ali pa jo tako ali drugače prikriti. Tako zdravi kot duševno moteni ljudje se danes na vse pretege trudijo ubraniti anksioznosti ali se je vsaj ne zavedati in čutiti. Duševne simptome in motnje lahko hkrati razumemo kot rezultat anksioznosti in kot obrambo pred njo. Kadar je anksioznost tako huda, da je posameznik ne obvladuje več, so rezultat duševni simptomi in motnje (na primer napad panike). Vidimo, da lahko duševno bolezen razumemo tudi kot posameznikov odziv na neznosne občutke pretirane anksioznosti, ki se iz svoje lažje univerzalne prisotne oblike sprevrže v nevrotično in psihotično obliko.

Zadnja leta so mediji nenehno poročali o novih psiholoških motnjah. Zdi se, da se seznam hitro daljša, saj je vsaka stvar, ki pomeni oviro posamezniku, ki naj bi imel popolno kontrolo nad samim seboj, naj bi bil ves čas produktiven in nikakor moteč za občo širšo družbo, hitro označena kot »motnja«. Medtem, ko sta posameznikov notranji nemir in tesnoba povezana z družbenimi pričakovanji, hitro označena kot anksioznost (Salecl 2004). Danes se anksioznost prikazuje v medijih, kot ovira posameznikovi sreči in zdravemu delovanju, predvsem pa kot nekaj družbeno nezaželenega in naloga posameznika je, da najde rešitev ter se ponovno vključi v obstoječo družbo. In tu imajo glavno vlogo mediji in farmacevtska industrija, ki ponujajo »quick fix« v tabletkah, in posameznik dobi občutek krivde, če se ne želi medikalizirati, češ da nima želje po »ozdravitvi«. Mediji predstavljajo anksioznost kot popačeno sliko sveta, včasih pa tudi kot realne strahove, v vsakem primeru pa je rešitev v tabletkah, ki naj bi polepšale to sliko in odstranile neprijetne občutke. Zanimivo, nihče pa ne išče rešitve v drugačni družbi, ki ne bi povzročala anksioznosti na prvem mestu.

6. PSIHOSOMATSKA RAZLAGA BOLEZNI IN DUŠEVNIH MOTENJ

6.1 Družbeno definiranje »normalnega« in »zdravega« posameznika

» Ni zdravja brez mentalnega zdravja.« (NOMESCO 2007)

Osnovni problem je že sama dvomljivost definicije in parametrov določanja duševnega »zdravja in nezdravja«. Kdo določa, kaj je zdravo in kaj nezdravo, kaj je normalno in kaj ne, na kakšnih temeljih?

Izjemno pomembno je zavedanje, da sta koncepta zdravja in boleznin produkta družbene definicije in pravzaprav pomeni »zaželeno« obnašanje v določenih družbenih okvirih. Torej nista biološko dani in določeni stanji, temveč relativni in družbeno definirani. Sama definicija, kaj je »normalno« in kaj »nenormalno ali bolno«, je družbeno, kulturno, politično in časovno določen in interpretiran pojem, kjer imajo velik vpliv tudi farmacevtska industrija, zdravstveni sistem in medicinska stroka. »Zato je malo strinjanja glede tega, kaj je zdravje in bolezen, če pregledujemo nazore o tem v različnih družbah, kulturah in zgodovinskih obdobjih« (Ule 2003: 27).

Koncept zdravja in njemu sorodnih pojmov nedvoumno vpliva tako na družbo kot tudi na posameznika kot člana te družbe. Po drugi svetovni vojni je Svetovna zdravstvena organizacija (WHO) opredelila zdravje kot stanje celotnega (popolnega) fizičnega, mentalnega in socialnega bivanja in ne samo kot odsotnost boleznin in slabega počutja. »Takšna opredelitev zdravja pomeni tudi, da ljudje ne morejo biti zdravi, če ne živijo v ustreznih socialnih, političnih in ekonomskih razmerah oziroma če niso sposobni ljubiti (drugega), delati in ustvarjati« (Selič 1999: 26). Žal so takšne definicije tudi nevarne in dopuščajo zlorabe, saj lahko na tej podlagi vsakogar, ki ni zadovoljen, prepoznamo kot bolnega (primer: zapiranje političnih disidentov v umobolnice v nekdanji Sovjetski zvezi).

V sodobnih razvitih družbah ima tako zdravje izjemno pomembno vlogo in ohranjanje zdravja postaja svojska vrlina. Sodobni poudarek na zdravju je povezan s splošno družbeno zahtevo po večjem samonadzoru, samodiscipliniranju in samoobvladovanju. Posameznik z osebno odgovornostjo za svoje zdravje simbolično dokazuje sposobnost nadzora nad samim seboj. Normativističen pritisk sodobne ideologije zdravja in normalnosti povzroča hude duševne stiske pri tistih, ki zahtevam te ideologije ne zmorejo slediti, saj teži k »obtoževanju žrtev«. Vsa te sodobne zahteve po samoodgovornosti za lastno zdravje pa so praktično neizpolnljive glede na težke življenjske in socialne okoliščine sodobnega časa. »V tej klimi ni mogoče videti »zunanjih« dejavnikov boleznin in različnih »odklonov«, npr. okoljskih, socialnih, političnih dejavnikov, ki bolj kot geni povzročajo širjenje različnih boleznin. Moralna odgovornost posameznikov za lastno zdravje je odcepljena od območja, od koder izvira večina vzrokov boleznin ...« (Ule 2003: 34). Zato mnogi ne iščejo razlogov za svoje težave v slabih življenjskih razmerah, temveč

pripisujejo krivdo za bolezen sebi (svoji nemoči, nesposobnosti itd.). Treba se je zavedati, da se problemi oziroma »bolezni« družbe izražajo kot psihopatologije posameznikov. Tako normalnost ne pomeni več povprečja, temveč družbeno normo, idealno stanje, h kateremu moramo stremeti. Normalno se razume kot tisto, kar je prav in primerno. In če kaj odstopa od nje, imamo na voljo sredstva za izboljšavo ali odstranitev teh motenj/deviacij. Sodobna nevrofarmakologija živi od popravljanja »napak narave«. Zato številni družboslovci nasprotujejo normalizaciji družbene represije v individualne patologije ter v odpravljanje le-teh z medikamenti, ker tako pride do izključevanja ključnih »eksternih« dejavnikov duševnih motenj. Prihaja do medikalizacije družbenih odklonov. Novoveška pojmovanja bolezni pa so postala mehanizem družbenega discipliniranja in nadzorovanja (glej Ule 2003: 9–37).

6.2 Razvoj in nastanek duševnih motenj

»Proces »napačnega življenja«, ki se je začel v otroštvu, se pač nadaljuje in ko doseže določeno stopnjo, dobi naziv »duševna bolezen«. Ta proces ni nikakršna bolezen (kot so ošpice ali angina), je le seštevek in produkt neustrezne skrbi, vzgoje, pogojev, šolanja in specifičnih individualnih značilnosti (ne motenj!) (Lamovec 1999). Za razvoj motenj je potreben specifičen splet dejavnikov, ki pa ga seveda ni mogoče predvideti. Nedvomno ima pomembno vlogo določeno prirojeno nagnjenje, a to se ne bo razvilo, če ne bo določenih družbenih razmer in osebnostnih lastnosti.

Lamovec vidi primarni vzrok nastanka duševnih stisk v okolju, ki izvaja svoje pritiske in nerazumevanje, saj vsi ponotranjimo pritiske okolja in pri tem doživljamo frustracije, ki porajajo neko vrsto nasilja. Meni, da je samomorilnost (kot skrajna oblika), tako kot druge duševne motnje, le simptom nasilja, ki vlada v družbi, in ne izvira primarno iz posameznika, temveč iz njegovega soočanja s svetom (glej Lamovec 1999: 77). Problem je v tem, da se ljudje enačimo z okoljem, ki pritiska na nas, in prevzemamo stališča okolja o sebi in namesto spremembe, ki bi se morala zgoditi na psihični ravni – upor in zavrnitev stališč okolice o nas – usmerimo posredovano nasilje na lastno telo. »V tem pogledu samomorilnost ni toliko drugačna od psihosomatskih motenj in bolezni, ki s svojim pojavom opozarjajo, da se nismo pripravljene soočiti s svojimi psihičnimi konflikti« (Lamovec 1999: 78). Podobno premeščanje problemov ponazarjajo različne

oblike samopoškodb (npr. rezanje z britvico ali anoreksija), h katerim se zatečejo ljudje v stiski, ker jim prinesejo občutek olajšanja in hkrati opozorijo okolico na problem.

Veliko ljudi se vsaj občasno sooča z dvomom o lastni vrednosti, sposobnosti, smislu njihovega življenja in s pomanjkanjem samospoštovanja. Človek, ki ima dalj časa slabo samopodobo, se počuti prazen, brez vrednosti, napet in nezadovoljen, in največkrat niti ne ve, kaj mu manjka. In le oseba, ki skladno uporablja svoj intelekt, telo in čute, lahko ta primanjkljaj preraste, saj zaupa vase in v svoje delovanje, ne išče potrditve v ideologijah in avtoritetah ter izbira tisto, kar je v njenem najboljšem interesu, z uvidevnostjo do drugih. Oseba, ki si ne zaupa, pa deluje neuskklajeno in je v nasprotjih s posameznimi deli sebe – razum nasprotuje čustvom, oba skupaj telesu itd. Kajti vpliv družbe povzroči neuravnotežen razvoj vseh delov telesa, poudarjen je intelektualni razvoj ter zanemarjen čustveni in duhovni. Tako prevlada intelekt in zavzame mesto, ki ga ne obvlada, ter ukazuje področjem, ki jih ne razume. Namesto skladnega sodelovanja čustev in razuma nastane razcep. »Nešteti delci osebnosti, ki niso povezani v organsko celoto, se obrnejo drug proti drugemu« (Lamovec 1999: 83). In posledično nastanejo duševne motnje kot simptomi tega neskladja in razcepa osebnosti.

6.3 Zastarele in ozkogledne psihiatrične in psihološke dogme

Problem moderne okorele psihiatrije je medicinsko diagnosticiranje, ki ga ne zanima vzročnost težav, temveč medicinsko klasificira simptome kot organske patologije. Prisotna je ideja, da obstajajo medicinski strokovnjaki, ki lahko pozdravijo duševne simptome z medikamenti, prav tako kot druge fizične bolezni. Poznavanje vzrokov za nastanek motenj postane odvečno in nepotrebno, če se da simptome kontrolirati ali celo odpraviti z medikamenti. Tako velik del psihiatrije kot širša javnost danes dojemata duševne motnje kot obliko možganskih bolezni.

Medicinski model in rigidna diagostična psihiatrija sta zavzela področje družbenih deviacij, kar nakazuje prevlado tehnološkega pristopa za nadzorovanje tovrstnih motenj. Enačenje duševnih motenj z mentalnimi boleznimi pogojuje uporaba tehnologije za kontroliranje in nadzorovanje človekovega vedenja. Tehnologija je hkrati mehanizem kontrole in sociološki dejavnik, ki je eden glavnih vzrokov in dejavnikov duševnih motenj. Tehnologija danes pomeni tako izvor problema kot rešitev.

Problem je v tem, da psihiatri in psihologi nemalokrat človeški stiski nadenejo znanstveno zveneče ime in »diagnozo«, ki pa je daleč od tipične medicinske diagnoze, gre predvsem za neko sodbo, prepričanje in vero. Psihiatrična diagnoza je po svojem statusu sodba, mnenje, ki ga da oseba, ki je opravila specializacijo na psihiatriji. »Pri tovrstnih »nalepkah« pa se vsa znanstvenost psihiatrije in psihologije tudi konča, saj obe mnogo premalo vesta o naravi fenomena, ki sta ga označili za bolezen« (Lamovec 1999: 49). Največji problem pa je dejstvo, da je stroka pogosto slepa za človeka, ki ga obravnava, saj jo zanima samo njegova »bolezen« oziroma »njeni simptomi«. Spregleda pa vse pglavitne okoliščine in dejavnike, ki vplivajo na nastali položaj in ki bi omogočili celovito obravnavo posameznikovih problemov. Kot je na primer dejstvo, da je temeljni problem nekega posameznika to, da nima strehe in vira dohodkov za preživetje, iz česar izhajata slaba samopodoba in obup nad prihodnostjo, iz tega pa posledično sledijo razne verižne reakcije, kot so depresija, obup, anksioznost, brezvoljnost do življenja itd.

Veliko strokovnjakov se žal opira le na psihiatrične in psihološke priročnike in ne upoštevajo izkušenj ljudi, ki so to doživeli. Ti priročniki pa so nastali na podlagi »objektivnega medicinskega« zunanjega opazovanja »čudnega« vedenja in »simptomov« ljudi s tovrstnimi težavami in ne vključujejo poglobljenega razumevanja celotne kompleksne slike posameznikovega življenja in dejstva, da je le-ta osnovni dejavnik in razlog za posameznikove stiske. Psihiatrija in psihologija bosta morali spremeniti svojo paradigmo, če bosta hoteli biti stvari kos. »Namesto da bi proučevali interakcijo vedenja in doživljanja, apriorno izbereta določeno enoto opazovanja, nato pa jo obravnavata, kot da je v sebi sklenjena celota ... Potem ko odmislimo vse druge vplive, ustvarimo iluzijo, da človeka obvladujejo neke skrivnostne sile, ki izhajajo iz njega samega, saj v tako ozkem okviru ni mogoče drugače pojasniti njegovega vedenja« (Lamovec 1999: 20). Vse, kar posameznik doživlja, se namreč tako ali drugače izraža v njegovem vedenju. Torej, če opazujemo le njegovo vedenje, ne bomo nikoli mogli razumeti kaj se v resnici dogaja z njim. Njegova doživljanja, trenutna ali iz preteklosti, so torej tista, ki določajo njegovo vedenje. Klasična psihiatrija zanika in razvrednoti polovico stvarnosti in fenomena, ki ga proučuje, ker ne upošteva, da je »nezdravo« doživljanje rezultat nezdravih razmer, v katerih živi posameznik. In da so življenjske razmere tisto, kar je treba spremeniti, šele potem se bo lahko spremenil tudi posameznik in razrešile njegove

stiske. Le tako lahko resnično pomagamo nekomu z duševnimi težavami. Drugače se njegove stiske ne morejo končati, če dejavniki – slabe življenjske razmere - ostanejo nespremenjeni in še naprej negativno vplivajo na posameznika.

Kot smo videli, temeljni problemi večine prizadetih ljudi niso toliko medicinske narave, kot so to problemi vključevanja v družbo, oblikovanja ustrezne samopodobe, pristnih in izpolnjujočih medosebnih odnosov itd. Potrebno je temeljito prevrednotenje predpostavk psihiatrije in psihologije, ki so pretirano biologistične, saj je človek predvsem psihosocialno bitje. Brez razumevanja celostnega položaja osebe ne bo možna učinkovita pomoč.

6.4 Psihosomatski pristop raziskovanja bolezní in motenj

Že vsakodnevni pogovori (srce boli od žalosti, glava boli od skrbi) nam jasno nakazujejo, da lahko psihične obremenitve povzročijo bolezen (in celo smrt), saj psihični procesi in življenjski slog neposredno vplivajo na človekovo zdravje. Sodobna spoznanja biologije, fiziologije in psihologije so podkrepila holistično razumevanje zdravja in bolezní ter potrdila dejstvo, da se organizem kot celota odziva na spremembe v okolju in lastni notranjosti, zato so socialni in psihični dejavniki pomembni pri razumevanju in zdravljenju duševnih in telesnih bolezní.

Opisano pa je temeljna predpostavka psihosomatskega pristopa k raziskovanju bolezní. Prizadevanja, da se pojasni soigra med čustvenimi dejavniki in telesnimi procesi, so se združila v konceptih psihosomatske medicine. Pri psihosomatiki gre za psihoanalitično razlago raznih motenj ter raziskovanje interakcij med psihološkimi in socialnimi dejavniki, biološkimi in fiziološkimi funkcijami ter nastankom raznih bolezní in motenj – govorimo o biopsihosocialnem modelu. »Biopsihosocialni model poudarja, da se bolezen vedno pojavi znotraj družbenega konteksta« (Campbell 1994: 127).

V sedemdesetih letih prejšnjega stoletja se je poglobilo proučevanje psiholoških dejavnikov v razvoju bolezní in motenj, le-to pa se je izoblikovalo v vedenjsko terapijo oziroma behaviorističen pristop, ki je bil še posebno uspešen pri modificiranju določenih vedenjskih problemov (npr. pretirane ješčnosti) in čustvenih stanj (npr. ansioznosti). Sočasno so fiziologi dokazali, da psihične spremembe, zlasti čustva, vplivajo na telesne funkcije. Opisano je pokazalo, da je zveza med duševnim in telesnim zelo tesna, kar pa

močno spodkopava prevladujoči biomedicinski model. Sodobna psihosomatika je način celovitega razumevanja človeka in njegove bolezni ali motnje, pri kateri odigrajo ključno vlogo v razvoju psihični dejavniki. »Psihodinamski okvir postavlja človekovo osebnost, konstitucijo, dedne zasnove, strukturo, socialno okolje in fenomen bolezni v stalno interakcijo« (Selič 1999: 18). Ta model postavlja v izhodišče čustvene motnje, ki se prek funkcionalnih motenj in organskih poškodb izražajo s somatskimi simptomi. Biomedicinski model pa pod vplivom kartezianskega dualizma opredeljuje duševno in telesno kot ločeni substanci, gre za izrazito mehanicistično gledanje in dojetje telesa kot stroja, ki ga je mogoče »popraviti« z odstranitvijo ali zamenjavo delov, ki slabo delujejo. V tem modelu so predstave in čustva produkt duševnosti in naj bi zato ne mogli imeti nikakršnega vpliva na telo. Zanimarja socialne, psihološke in vedenjske dimenzije telesne blaginje in dobrega počutja. Sodobna biopsihosocialna usmerjenost pa priznava pomen in vlogo vedenja ter osebnosti pri ohranjanju zdravja ter nastanku bolezni in motenj. Gre za zavedanje, da samodestruktivni način življenja, ki je dandanes neredko povezan s družbenimi zahtevami in sistemom, vpliva na vse vidike zdravja, zato je čedalje večja pozornost na psihologiji in sociologiji bolezni, ne pa (več) na bioloških zakonitostih in pojavih.

Celostno oziroma holistično razumevanje človeka zajema tudi razlage vzrokov njegovega vedenja. Biopsihosocialna perspektiva je opredelila vlogo treh ključnih dejavnikov na zdravje in vedenje posameznika: biološki dejavniki – zajemajo genetske materiale in dedovanje določenih predispozicij, psihološki dejavniki – se dotikajo vloge načina življenja in osebnosti v zdravju ter zajemajo kognicijo (vključuje učenje, zaznavanje, mišljenje, premagovanje problemov itd.), emocije (občutki in stanja, povezani z mišljenjem, vedenjem in fiziološkimi procesi) in motivacijo (vzroki vedenja v smislu povoda, usmerjenosti in trajanja dejavnosti), socialni dejavniki – vključujejo družbeno okolje, družino, prijatelje, znance, različne družbene skupine, skupnosti, kulture ter družbene vrednote in norme (posredovane prek medijev). Takšna opredelitev zdravja pomeni, da ljudje ne morejo biti zdravi, če ne živijo v ustreznih socialnih, ekonomskih in političnih okoliščinah.

6.5 Možnosti, tveganja in stres

Kot smo omenili že v prejšnjem poglavju, je bilo dvajseto stoletje med drugim obdobje neskončnih možnosti in tveganj ter z njima povezanega stresa. Številne možnosti so posledica dramatičnega tehnološkega razvoja in človeštvo se vsak dan sooča z nepričakovanimi izzivi, ki jih le-ta prinaša. Ta čas je tako prinesel tudi številne omejitve in nezaželene vsebine. Med takšnimi neljubimi sopotniki sodobnega življenja je nedvomno stres, ki je neizogiben pojav kompetitivne in uveljavitveno usmerjene družbe. Dandanes je čedalje več govora o stresu kot kroničnem in splošnem pojavu sodobnega življenja visoko razvitih družb. Vsakdanje življenje je za večino ljudi polno fizičnih, psiholoških, socialnih in kulturnih stresorjev, zato o stresu ne razmišljamo kot o redkem dogodku, marveč kot o sestavnem delu življenja. »Stres lahko razumemo kot poskus uresničitve cilja, pri čemer se med pričakovanjem in resnično možnostjo neredko razteza velik prepad« (Bregant v Selič 1999: 106). Takojšnji odziv na zahteve stresorja je kratkotrajna reakcija na stres ali vzburjenje. Če človek tega ne obvlada, se kratkotrajni odziv preobrazí v distres (napor, napetost, ki ostane, če prvotna napetost ni razrešena), kar pa spremljajo čustvene reakcije, kot so strah ali anksioznost, jeza, depresija in obup. Obup ali brezup kot posledica težav pri obvladovanju distresa ne rezultira zgolj iz delovanja stresorjev, ampak tudi iz ocene lastnih sposobnosti za premagovanje problemov, ki določa človekove odzive na stresorje. Zato podaljšano stanje distresa lahko pripelje do psihofizioloških motenj oziroma psihosomatskih bolezni. Posledice stresa so notranje, psihološke in fiziološke narave. »Operacionalno ga najlaže opredelimo kot doživetje psihosocialne narave, ki ima za posledico psihično trpljenje in neprijetne, za organizem ogrožujoče fiziološke procese. Tako opredeljen stres deluje na celotno biopsihosocialno naravo človeka« (Selič 1999: 53). Stres lahko opišemo tudi kot dogajanje, ki ga sproži vsaka sprememba, ki zmoti človekovo notranje ravnotežje in aktivira njegove prilagoditvene potenciale. Človek se na stres odziva v svoji telesni, duševni in socialni celostnosti. Viri nevtraliziranja stresa so materialne, fizične, socialne in psihične narave in so človekovo orodje pri poravnavanju s stresom. Zmožnost obvladovanja stresa sooblikujejo številne značilnosti okolja in osebnosti, pri čemer so prag občutljivosti, intenziteta in način reagiranja odvisni od bioloških in psiholoških dejavnikov, predvsem od individualne dovzetnosti (ranljivosti).

6.6 Vpliv tipa osebnosti na soočenje s stresom

Osebnost ima pomembno vlogo pri nastanku bolezni. Anksioznost, depresivnost in jeza so pogosti sopotniki stresnega dogajanja, na katero se ljudje različno odzivajo. Poglavitni psihosocialni vzroki stresa so: težavnost prilagajanja v nenehno spremenljivih razmerah, frustracija zaradi nezmožnosti doseganja zastavljenih ciljev, preobremenjenost ali pomanjkanje dražljajev (v smislu dolgočasje, osamljenosti ali kot posledica nezaposlenosti). Nesporno pa so osebnostne značilnosti tisti dejavnik, ki ključno določa načine in izide obvladovanja stresnih obremenitev. »Tako je osebnostna struktura tisti predisponirajoči faktor, od katerega je odvisen patogeni pomen stresorjev« (Selič 1999: 106). Med osebnostnimi lastnostmi izstopajo biološka dovzetnost (npr. nagnjenost k depresivnosti), samopodoba in samovrednotenje, čustvena stabilnost ali labilnost, občutek kontrole nad življenjem in kompetentnosti, ocene obremenjujočih situacij (kot grožnja ali izziv), naučeni načini soočanja s stresom (npr. naučena nemoč), možnost ventiliranja negativnih občutij, spretnost v medsebojnih odnosih, neodvisnost, znanja, veščine in zdravstveno stanje (glej Selič 1999: 106–107). Najbolje obvladujejo stres ljudje, ki imajo loboko samozavest, samozaupanje, samovrednotenje, dobro samopodobo, samokontrolo, so pozitivno naravnani, imajo občutek kontrole nad lastnim življenjem, občutek učinkovitosti za doseganje zaželenih ciljev ter verjamejo, da so zmožni obvladati stresno situacijo in se s problemom direktno soočijo. V situacijah dolgotrajnega stresa, ki ni uspešno razrešen, lahko nastane občutek nemoči in brezupa, ki duši zavest kontrole nad lastnim življenjem, kar vodi v apatijo, depresijo, obup, občutek nemoči in negativno samopodobo. »Kontrola je tesno povezana z depresivnostjo, anksioznostjo in njima sorodnimi stanji« (Selič 1999: 99). Skrajne izraze oziroma patološke potrebe po kontroli pa lahko vidimo pri obsesivno-kompulzivnih motnjah.

Kot primer navajam tip osebnosti, za katerega so značilne slaba samopodoba, nizko samovrednotenje, odvisnost od drugih, neasertivnost, pohlevnost, ustrežljivost in pasivnost, ki obvladuje čustva z mehanizmom supresije, je tipično, da ga interpersonalne težave močno prizadenejo, vendar nikoli ne ukrepajo, le čedalje bolj nemočni, obupani in depresivni so. Marxova in Schultzeva sta pri depresivnih opazili slabše odzivanje na stres, ki izvira iz medosebnih odnosov. Depresivne osebe so sicer znale ustrezno opredeliti problem in rešitev, njihova prikrajšanost pa se je pokazala na področju k akciji

usmerjenih strategij. Tovrstni primanjkljaj pa vodi v kopičenje medsebojnih stresov in neučinkovito vedenje v stresnih situacijah, posledica pa je nastop depresije. »To je potrdilo tezo o prikrajšanosti depresivnih oseb pri obvladovanju stresnih obremenitev na socialnem polju« (Selič 1999: 115). Ker prepričanja vplivajo na vedenje, se pri depresivnih osebah občutek slabše učinkovitosti izraža kot pasivnost pri reševanju problemov. Vedenje ni usmerjeno k cilju, ker se oseba fokusira na negativne vidike situacije in na lastno nezmožnost. Tako je stresna situacija tisti dejavnik pri depresivnih, ki aktivira negativno samovrednotenje in pasivno sprejemanje. Zato avtorici sklepata, da pri ljudeh z depresivnimi sindromi upravičeno govorimo o deficitu v iskanju učinkovitih rešitev stresnih situacij družbene narave, kar povzroča kopičenje nerešenih težav in pripelje do kroničnega stresa. Tipične psihonevrotske motnje kroničnega stresa pa so napetost, anksioznost, depresivnost, motene interpersonalne interakcije, nemir, nestrpnost, pozabljivost in nizko samovrednotenje.

Kot vidimo so pri odzivih na stres velike medosebne razlike, ki so najbolj odvisne od specifičnega tipa osebnosti in razpoložljive socialne podpore. Socialna podpora so socialne vezi, čustvena podpora in pomoč družine, prijateljev, partnerja, strokovnjakov, članstva v raznih organizacijah, in je izjemno pomemben vir odpornosti proti stresu, saj deluje kot »blažilec« negativnih učinkov stresa. Poleg osebnostnih značilnosti pa je drugi ključni dejavnik soočanja s stresom zadovoljiva in razpoložljiva socialna podpora.

6.7 Razpoložljiva socialna podpora kot blažilec učinkov stresa

»Socialna podpora je dinamični proces, prepleten s posameznikovim osebnostnim razvojem, potrebami, možnostmi in zmožnostmi« (Selič 1999: 71). Ključno vlogo imajo osebnostne značilnosti, način življenja, socialni dejavniki in bivalne razmere. Skrb zbujajoče je, da je tistim, ki že nasploh najlaže obvladujejo stres, na voljo največ socialne podpore. Drugi jih doživljajo kot privlačne, simpatične, družabne, močne in zaželeno, izogibajo pa se tistih, ki sami stres težko obvladujejo in ponavadi nimajo teh zaželenih osebnostnih lastnosti. Medosebni odnosi (s kvaliteto socialne podpore) so pomembni dejavniki psihične prilagoditve v stresni situaciji. Ljudje z manj številnimi in manj kakovostnimi medosebnimi odnosi so bolj depresivni in anksiozni. »V vsakem primeru je bistvo socialne podpore prejemnikovo zaznavanje in ocena, da je sprejet, ljubljen in

pomemben (za druge)« (Selič 1999: 74). Socialna vključenost in doživljanje sprejetosti potrjujeta občutek lastne vrednosti, kar pojasni manjšo depresivnost pri ljudeh z večjo socialno vključenostjo. Namreč socialna izolacija, osamljenost, dolgčas in pomanjkanje prijateljev lahko nastopajo kot samostojni stresorji. Socialna podpora deluje kot mediator in pomembno ublaži nezaželene posledice visoke anksioznosti. Skromne socialne interakcije povzročajo apatijo, izgubo volje do življenja, upad morale ipd. Osebe, ki so ljubljene in pomembne za druge, so manj depresivne in osamljene, bolj zadovoljne s svojimi obstoječimi odnosi, bolje sprejemajo same sebe in imajo boljše samopodobo in močnejši občutek varnosti. »Novejše raziskave ... konsistentno potrjujejo, da je socialna podpora pomemben psihosocialni dejavnik, ki vpliva na zdravje oziroma zmanjšuje verjetnost bolezni ...« (Selič 1999, 85). Na kratko lahko povzamemo, da visoka stopnja socialne podpore, jasna osebna kontrola in osebna čvrstost na splošno reducirajo stres.

7. DRUŽBENA POGOJENOST NEVROZ IN PSIHOZ

»Lahko upravičeno sklepamo, da sta nevroza in psihoza direktno povezani z družbeno organizacijo sodobnih tehnoloških družb« (Stivers 2004: 5) Potrditev za to najdemo v dejstvu, da številni sodobni avtorji povezujejo duševne motnje s kapitalizmom ali tehnologijo ali kar z obema. Sodobno družbeno okolje in kultura visoko razvitih družb sta kronično nabita z različnimi dejavniki stresa in takšna kultura nekatere posameznike oslabi in uniči, drugi pa postanejo trdni in močnejši. Čedalje več pa je takih, ki se ne zmorejo upreti vsem negativnim pritiskom sodobne družbe. Stivers je prepričan, da je tehnološka civilizacija izrazito škodljivo in pogubno okolje za posameznika in družbo kot celoto (glej Stivers 2004: 2–7).

7.1 Kulturni in psihološki konflikt tehnološke civilizacije kot temelj nevroz

»Erozija kulturnega pomena in smisla ter kulturna protislovja so krivi in odgovorni za nejasne, negotove medčloveške odnose in naš kronični konflikt z drugimi« (Stivers 2004: 55). Kulturne vrednote kot so ljubezen, uspeh in svoboda, so temelj kulturnih nasprotij. Čeprav lahko le resnejše oblike osamljenosti imenujemo nevroze (živčne bolezni), je danes meja med normalnim in nevrotičnim postala zelo zamegljena in nejasna. Van den

Berg in Horney (glej Van den Berg in Horney v Stivers 2004: 56–66) sta postavila teorijo, da nevroze nastanejo zaradi družbenih razlogov. Van den Berg imenuje nevrozo tudi »socioza« in trdi, da nihče ne bi bil nevrotičen, če ga ne bi do tega pripeljala družba. Nevroza je posameznikova reakcija na nasprotujoče si in kompleksne zahteve družbe. Z drugimi besedami, nevroza je prej družbena bolezen kot le psihološka. To se po njegovem mnenju kaže iz domneve, da v 18. stoletju naj bi ne obstajala kronična karakterna nevroza, le situacijska nevroza. Stanley (glej Stanley v Stivers 2004: 56) celo trdi, da shizofrenije v primitivnih družbah tako rekoč ni bilo in da je produkt moderne civilizacije. Zato je treba specificirati dejavnike in spremembe v organizaciji sodobne visoko razvite družbe, ki so povzročile širjenje nevroz in psihoz (duševnih bolezni).

7.1.1 Van den Bergova razlaga nastanka nevroz

Van den Berg (glej Van den Berg v Stivers 2004: 56) pravi, da je temeljni vzrok nevroz anomija - pomanjkanje moralnih, normativnih in družbenih načel v posamezniku in družbi kot celoti. Moralnost ne regulira le odnosov med posamezniki, temveč tudi med skupinami. Morala ne more obstajati brez neke avtoritete, temelječe na družbeni hierarhiji. Moderni pluralizem se tu nanaša na dezintegracijo družbene strukture in erozijo meja med različnimi družbenimi skupinami. Družbena struktura razdeli družbo v specifične skupine, ki jih združuje s skupnimi, medsebojnimi odgovornostmi in obligacijami. Kadar ni več jasnih ločitev med skupinami in statusi postanejo nejasni, nasatne pluralizem. Družba tako postane le nejasna zbirka skupin, ki nimajo urejenih odnosov med seboj in malo, če sploh kaj, medsebojne interakcije. In kadar te skupine niso v komplementarnih odnosih med seboj, pride do kontradiktornih interesov in zahtev, ki se odražajo na posamezniku. Kajti večina posameznikov danes pripada več različnim skupinam, vsaka izmed njih pa se nanaša le na en specifičen del posameznikove osebnosti in jaza, medtem ko so tradicionalne primarne skupine zaobjele posameznika kot celoto. Zato ima sodobni posameznik multiple osebnosti ali številne jaze, prav toliko, kolikor skupinam pač pripada. Tako je posameznik v vsaki situaciji druga oseba in nima enotnega jaza. V vsaki interakciji se pokaže le del osebnosti, preostali deli, bolj nezaželeni ali neprimerni, pa ostanejo skriti. Tisti, ki (še) niso nevrotični, so sposobni obvladovati in upravljati svoje multiple osebnosti ali jaze brez pretiranih težav. Nevrotik

pa se izgubi v labirintu lastnih osebnosti ali jazov. Sorokin (glej Sorokin v Stivers 2004: 58) je prvi opisal nevrozo kot »konflikt družbenih egov«.

Ko sta religija in morala izgubili svoj vpliv in kontrolo nad družbeno celoto, znanost in tehnologija, ki obvladata in kontrolirata le empirično realnost, nista zmogli integrirati (povezati in poenotiti) družbe. Brez normativnih ureditev odnosov med skupinami in med skupino in posameznikom bodo medsebojni odnosi ostali potencialno nevarni in nejasni. Glavni simptom nevroze je globoka osamljenost in z njo povezan strah pred soljudmi.

Ena glavnih posledic in povratno tudi dejavnikov anomalije pa je »norma enakosti«, kjer gre za sodobno družbeno prepričanje in težnjo, da smo vsi bolj ali manj enaki oziroma identični v sposobnostih, znanju, spretnostih, izkušnjah in modrosti. Norma enakosti odpravi še zadnje preostanke avtoritet in nas naredi slepe za dejanske razlike med nami. In ravno to protislovje med našo dejansko neenakostjo in normo enakosti še pogloblja posledice anomalije, tako da naredi človeške odnose še bolj nejasne, medle, neiskrene, hinavske in tekmovalne. In po mnenju Van den Berga je nevrotik posameznik, ki se izgubi v tem sodobnem labirintu neiskrenih in nejasnih odnosov.

7.1.2 Razlaga nastanka nevroz po Horneyevi

Horneyevo (glej Horney v Stivers 2004: 61) pa zanima sociološko vprašanje »kulturnih okoliščin«, ki kreirajo izolacijo, sovražnost, nevarnost, negotovost in strah. Meni, da specifična kulturna protislovja določajo obliko nevrotičnega konflikta. Kot primer podaja nasprotje med kulturno vrednoto in družbeno realnostjo, ki to vrednoto negira, kot je nasprotje med uspešnostjo in medsebojno ljubeznijo, ki je danes eden najpomembnejših in prevladujočih nevrotičnih konfliktov, saj je eden ključnih vzrokov nevroz kakovost medosebnih odnosov. Uspeh namreč zahteva brezčutno izkoriščanje drugih kot sredstvo za doseg lastnega cilja, medtem ko etika medsebojne ljubezni zahteva podreitev lastnega uspeha potrebam soljudi. Tu vidimo jasno ponazoritev nastanka posameznikovega notranjega konflikta in zmedenosti.

Temeljna bojazen, na kateri temelji nevroza, je naraščajoč, splošen občutek osamljenosti in nemoči v sodobnem sovražnem svetu. Ta temeljna bojazen je tesno povezana s temeljno sovražnostjo do drugih, ki je reakcija na pomanjkanje pristne ljubezni, topline in naklonjenosti. Ta sovražnost pa je nesprejemljiva za posameznika in za druge, zato jo le-

ta potlači. Horneyeva razloži, kako se nevrotik odzove na to temeljno anksioznost, ki nakazuje, da so medosebni odnosi problematični ter zbudajo strah in sovražnost. Obstajajo trije načini vedenja, s katerimi nevrotik nevtralizira ta antagonizem in potencialno škodo od drugih: približevanje drugim, boj proti drugim ali oddaljevanje od drugih.

Približevanje drugim vsebuje nevrotično potrebo po naklonjenosti, ki se lahko kaže kot pretirana odvisnost od drugih, potreba po ugajanju, kompulzivna skromnost, potreba po priljubljenosti itd. Ideja v ozadju je »če me bodo imeli ljudje radi, me ne bodo prizadeli in mi škodili«. Naklonjenost do drugih postane nevrotično sredstvo zaščite samega sebe.

Boj proti drugim vsebuje nevrotično potrebo po moči, statusu in prestižu, ponavadi v obliki pretirane ambicioznosti in tekmovalnosti. Ti ljudje morajo imeti vedno prav, morajo vedno zmagati in biti občudovani, v vsakem odnosu tekmujejo in vedno sta mogoča le dva izida – zmaga ali poraz. Temeljna filozofija tu je »če sem dovolj močan in mogočen, me nihče ne more prizadeti ali mi škodovati«.

Oddaljevanje od drugih pa se kaže v čustvenem odtujevanju in ločitvi od soljudi, kjer gre predvsem za pretiran strah pred predanostjo, obveznostmi in odgovornostjo do drugih. Vodi v popolno odtujenost, ločenost, samostojnost in neodvisnost od drugih. Ideja v tem primeru pa je »nihče me ne more prizadeti, če ni nikakršnih medosebnih odnosov in vpletenosti«.

Vsi trije načini vedenja so sprejemljivi, dokler so v mejah normale. Ko pa postanejo pretirani in kompulzivni, nakazujejo nastop anksioznosti. Vsi trije načini pa so različno povezani s temeljno bojznijo (občutkom osamljenosti in nemoči v sovražnem svetu) in poizkusom obvladovanja le-te. Pri približevanju drugim je poudarjen občutek nemoči, boj proti drugim se osredini na občutek sovražnosti, pri oddaljevanju od drugih pa gre predvsem za občutek izolacije in osamljenosti. Horneyeva meni, da osamljenost zbuja strah, strah pa vodi v sovražnost. Pri nevrotičnem konfliktu gre ponavadi za mešanico uporabe vseh treh strategij poizkusa obvladovanja anksioznosti. Tako rekoč noben nevrotik ne uporablja dosledno le ene strategije.

Pri nevrotičnem konfliktu ne gre le za motnjo v odnosu do drugih, temveč tudi za notranji konflikt s samim seboj, med idealiziranim in realnim, nevrotičnim jazom. »Idealizirani jaz je rezultat lažnega ponosa, ki prikriva sovraštvo do sebe. Nevrotik sovraži svoj

osamljeni, impotentni, sovražni jaz, temu sledi alienacija od samega sebe, ki omogoča nevrotiku, da zavestno živi v svetu idealiziranega jaza« (Horney v Stivers 2004: 64).

Horneyeva je že leta 1937 v svoji knjigi *The Neurotic Personality of Our Time* poudarjala, da kulturna nasprotja v ameriški družbi temeljijo na kapitalizmu, poudarjanju tekmovalnosti, ideologiji individualnega uspeha ter oglaševalskega spodbujanja lažnih potreb in nenasitnih želja.

Vidimo, da oba, Horneyeva in Van den Berg, razumeta nevrozo kot motnjo v posameznikovem odnosu do drugih in do sebe, oba poudarjata osamljenost in strah kot simptoma nevroze. Horneyeva da večji poudarek na strah in sovražnost pri splošni anksioznosti. Van den Berg pa poudarja osamljenost. Van den Berg opozarja na konflikt med multiplimi jazi (družbenimi egi), medtem, ko se Horneyeva osredišči na realni in idealni jaz in konflikt v odnosu do drugih. Poglavitno je, da oba teoretika nakazujeta razpad in razkroj družbe, uporabljata holistični pristop k raziskovanju psihopatologij, ugotavljata, da vse vrste psihopatologij izvirajo iz istih družbenih kontekstov, ter trdita, da vsak bolnik, ne glede na tip njegove motnje, uteleša in vključuje celotno psihopatologijo. Te trditve pa so v ostrem nasprotju s prevladujočo psihiatrijo in klinično psihologijo, ki imata atomističen (razdrobljen) pristop k obravnavi, po njihovem mnenju nepovezanih duševnih motenj, ki naj bi izvirale iz individualnih, ločenih in nepovezanih vzrokov.

7.2 Opredelitev duševnih motenj

»Problemi človeške duševnosti ...so dosti več kot le biologija, ki jo lahko uravnavamo s kemičnimi substancami« (Lamovec 1999: 45). Treba je razumeti, da gre pri duševnem zdravju za ravnotežje med obema poloma, med dobrim in slabim počutjem in doživljanjem. Ravnotežje pa je mogoče le, če oba pola upoštevamo in priznavamo enako pomembnost obeh. Motnja pa pomeni, da se je to ravnotežje porušilo. Lamovec meni, da bi s takšnim razmišljanjem večina »duševnih bolezni« izginila in ljudje bi lahko v miru doživljali občasne krize, ki so le sestavni del življenja.

Horwitz (glej Horwitz v Stivers 2004: 3) je definirala razlike med duševnimi motnjami in duševnimi boleznimi. Prve so disfunkcije nekega notranjega psihološkega mehanizma, ki

so družbeno nezaželene. Pri teh notranjih stanjih gre za psihološke sisteme znanja, razmišljanja, dojetanja, motivacij, emocij, spomina in izražanja, ki so družbeno in kulturno definirani kot neprimerni in nesprejemljivi ter nakazujejo na družbeno neprilagojenost posameznika. Pri duševnih boleznih pa gre za notranje disfunkcije, ki so posledica fizičnih bioloških dejavnikov in ne družbeno definiranih odstopanj.

Duševna motnja je sprememba ene ali več komponent duševnega zdravja (videza, vedenja, mišljenja, zaznavanja, govora, razpoloženja ali čustvovanja). Ta sprememba negativno vpliva na človekovo vsakodnevno delovanje, lahko pa se kaže tudi kot nezmožnost soočanja z resničnostjo in premagovanja življenjskih problemov. Duševne motnje so dandanes veliko pogostejše, kot si navadno predstavljamo. Najpogostejše so motnje razpoloženja oziroma afektivne motnje, med katerimi prevladujejo anksioznost, depresija in bipolarna motnja (manična depresija). Te motnje vplivajo predvsem na razpoloženje in posledično na človekovo zmožnost delovanja v vsakdanjem življenju ter imajo moreč vpliv na posameznikovo socialno življenje. V grobem se duševne motnje delijo na: 1. motnje razpoloženja - depresija in bipolarna motnja (manična depresija), 2. anksiozne motnje (obsesivno-kompulzivna motnja, fobije in napadi panike ter postravmatski stresni sindrom), 3. motnje hranjenja (anoreksija nervosa, bulimija nervosa in kompulzivno prenajedanje), 4. ADD in ADHD (motnja pozornosti in motnja pozornosti s hiperaktivnostjo), 5. shizofrenija, 6. psihoze, 7. samomor, 8. alkoholizem (medicinenet 2007).

V tej nalogi se ne bom spuščala v poglobljeno raziskovanje vseh duševnih motenj. Omejila se bom le na nekatere izmed njih in se osredotočila predvsem na tiste, ki so v sodobnih visoko razvitih družbah najpogostejše, zato domnevam, da so v veliki meri družbeno pogojene. Obravnavala bom različne oblike psihopatologij, ki so vrste nevroz (živčnih bolezni), z izjemo shizofrenije, ki je psihoza (duševna bolezen). Kot smo že omenili, različne vrste nevroz izražajo nasprotja znotraj tehnološke civilizacije. Na kratko lahko povzamemo, da obstajajo vsaj štiri glavna in osnovna nasprotja, ki so posledica tehnološke družbe. Prvo je nasprotje med močjo in ljubeznijo, med individualnim uspehom in požrtvovalno ljubeznijo, ki se kaže kot nevrotična potreba po naklonjenosti in moči. Drugo nasprotje, ki se kaže v obliki obsesivno-kompulzivnih in impulzivnih nevroz, je med racionalnostjo in neracionalnostjo, bolj ko je družba tehnološko

racionalna, bolj je občečloveško neracionalna. Tretje nasprotje je med močjo in smislom, kajti na določeni stopnji moč uniči obči smisel. Tehnološka moč je pripeljala do erozije skupnega moralnega smisla in pomena življenja ter ustvarila lažen smisel, ki temelji na uporabi lažnih simbolnih pomenov. To nasprotje se jasno pokaže v obliki narcizma in depresije. Četrto nasprotje pa je med enotnostjo in fragmetacijo. Tehnologija priskrbi racionalno složnost, enotnost družbe, obenem pa povzroča kulturno in psihološko razdrobljenost, zato pride do multiplih nasprotujočih si jazov ali osebnosti, ki se jasno pokažejo v paranoji in shizofreniji. Tehnološki kontekst z vsemi različnimi sovpadajočimi nasprotji naj bi bil poglaviten vir vseh sodobnih psihopatologij. V nadaljevanju pa sledi obravnava različnih nevrotičnih stilov kot manifestacij tega sodobnega temeljnega konflikta.

7.3 Kultura in nevrotična potreba po naklonjenosti in moči

Najbolj razširjen in obče prisoten družbeni nevrotični konflikt je danes konflikt med potrebo po ljubezni, naklonjenosti (približevanju drugim) in željo po moči, oblasti in individualnem uspehu (boj proti drugim). V sodobnih ljubezenskih, intimnih odnosih se tako moški kot ženske poskušajo izogniti globokim čustvom in navezanosti ter moralnim zavezam. Glavni vzroki za takšno stanje naj bi bilo javno poudarjanje sebičnih instinktov, kulturna izpraznjenost in nesmiselnost, pomanjkanje jasnih, občih norm in vrednot, tekmovalnost ter želja po trivialnih, vendar razburljivih doživljajih. Miller (glej Miller v Stivers 2004: 87). imenuje to sodobno dinamiko v ljubezenskih odnosih »intimni terorizem«, le-ta pa označuje set protislovnih bojazni obeh, moških in žensk. Gre za sočasni strah oziroma anksioznost pred partnerjevo zavrnitvijo in zapustitvijo na eni strani ter strah pred občutkom ujetosti, utesnjenosti in posesivnosti s strani partnerja na drugi strani. Tu jasno vidimo nevrotični konflikt med nevrotično potrebo po naklonjenosti, v obliki strahu pred zavrnitvijo in zapustitvijo, ter nevrotično potrebo po moči v obliki želje po posedovanju in manipuliranju partnerja in hkratnega strahu, da bi bili sami manipulirani in posedovani. Zaradi sodobne vsesplošno razširjene prevelike zaščitniškosti, odvisnosti, manipulacije in potrebe po priljubljenosti in ugajanju vsem in ker vse te lastnosti vsebujejo moč, oblast zamaskirano v preobleko ljubezni, je ta nevrotični konflikt zelo težko identificirati, utemeljiti in dokazati. Ta nevrotični konflikt

je manj jasen in viden, saj ga sodobna kultura, ki je hkrati njegov vzrok, prikriva. Razlog za težavnost priznavanja in prepoznavanja te oblike nevroze je tudi grozeča misel, da tisto, čemur sodobna kultura pravi ljubezen, pogosto označuje pojave, kot so prestrašeno prizadevanje za naklonjenost, pretirano odvisnost, manipulacijo, tekmovalnost, samopotrjevanje itd.

Druge nevrotične in psihotične oblike, ki jih bomo obravnavali v nadaljevanju, pa se bolj vidno, jasno, nedvomno in očitno manifestirajo ter postajajo priznane tudi v psihiatriji in klinični psihologiji.

7.4 Kompulzivni in impulzivni stili

Shapiro (glej Shapiro v Stivers 2004: 93) meni, da nevroza ni specifična motnja, temveč način delovanja, ki je prisoten v številnih tako imenovanih motnjah. Beseda »stil« se tu nanaša na posameznikov odnos do sveta in življenja, ki se kaže v njegovem vedenju, načinu razmišljanja, dojemanju in čustvovanju. Pri obsesijah gre za določene misli in podobe, pri kompulzivnosti pa za določeno delovanje ali vedenje. Obe motnji sta rigidni, ritualistični in se zdita zunaj kontrole posameznika.

Obsesivno-kompulzivna motnja

Ta motnja vsebuje rigidne miselne vzorce in nerealistične predstave o tem kaj je pomembno. Predvsem gre v tem primeru za popolno izgubo avtonomije. Pomeni izgubo občutka realnosti, saj se zaradi prevelikega osredotočanja na tehnične detajle vsakega dejanja izgubi stik s širšim kulturnim kontekstom življenja. Življenje tako postane serija naključnih dogodkov, za katere oseba z obsesivno-kompulzivno motnjo išče proceduralna pravila in predpise. Občutek življenjske nesmiselnosti in brezpomenskosti vodi takšno osebo v nenehno nihanje med dogmo in dvomom. Takšna oseba je ponavadi dogmatična v mišljenju in prepričanjih ter ritualistična v vedenju. Ima nenasiten apetit za podrobne informacije o vsem, zato ima tudi mnenje o vsem. Takšni ljudje so zelo dovzetni za razne verske in politične ideologije, ki poenostavljajo ključna vprašanja ter jim posredujejo absolutne odgovore nanje. Dvom o teh prevzetih prepričanjih pa nastane, kadar jim določena nova dejstva in ugotovitve nasprotujejo. To nihanje med dogmo in dvomom lahko pripišemo »tehnični mentaliteti«. Dogma sicer omogoča odpor proti novim idejam, vendar zanimanje za tehnične detajle vodi takšno osebo v dvom o svojih poenostavljenih

in rigidnih prepričanjih. »Ritualistično, ponavljajoče se delovanje daje obsesivno-kompulzivni osebi videz mehaničnosti. Tudi to je značilnost tehnične mentalitete in potrebe po sledenju pravilom in predpisom. Življenje, ki je povsem podrejeno pravilom, je povsem ritualizirano« (Stivers 2004: 95).

Kot vse oblike nevroz je obsesivno-kompulzivna motnja pretiravanje in stopnjevanje družbenega konteksta, saj reflektira tehnološko in birokratsko racionalnost. Ta miselna naravnost dojema življenje le skozi tehnokratske zahteve prilagajanja in manipuliranja realnosti, ki se izvajata sočasno, in obe zahtevi vsebujeta jasno določena tehnična pravila. V tem pogledu je svet sestavljen iz dejstev, ki jih je treba obravnavati po trdnih pravilih manipulacije in prilagajanja. Obsesivno-kompulzivna osebnost pomeni popolno utelešenje tehnološke racionalnosti.

Impulzivni simptomi

Impulzivna oblika nevroze se zdi kot čisto nasprotje obsesivno-kompulzivne motnje: impulz nasproti racionalnosti. Pri impulzivnem nevrotiku gre za izkušnjo delovanja na podlagi neobvladljive potrebe ali impulza, brez smotra, razmisleka in namernosti. Gre za nenačrtovano in takojšnjo reakcijo na impulz, ne da bi le-tega omejil ali se mu uprl. »Impulzivni osebi se zdi odlašana, poznejša zadovoljitev želja nedosegljiv cilj v veliki meri zaradi pomanjkanja interesov, vrednot in dolgoročnih ciljev, ki bi presegli zadovoljitev trenutnih potreb in želja« (Stivers 2004: 96). Takšna oseba ima plitke čustvene odnose z drugimi in je ne zanimajo politika, kultura ali skupnost. Ima težave s koncentracijo, kar je povezano z nezmožnostjo načrtovanja. Težko razmišlja abstraktno ter uporablja zdravo pamet in razsodnost.

Impulzi so človeški instinkti in so iracionalni, če jih ne obvladuje razum. Pod pojem »razum« spadajo na eni strani zdrava pamet, izkušnje in normativna preudarnost, na drugi pa znanstvena in tehnološka racionalnost. Ko iz vsakdana izginejo zdrava pamet, izkušnje in norme, ter preostane samo še tehnološka racionalnost, prihaja do vedno večje človeške iracionalnosti v mišljenju in delovanju. Če realnost postane le zaporedje naključnih abstrakcij, posameznik ne more ostati racionalen v subjektivnem in normativnem smislu. »Ko se zgodi to, bo posameznik poiskal realnost v iracionalnem – instinktu, emocijah in fantaziji« (Stivers 2004: 100).

Čeprav sta si obsesivno-kompulzivna in impulzivna oblika nevroze nasprotni v manifestaciji, izhajata iz istih družbenih dejavnikov – tehnološke civilizacije. Pri obeh stilih gre za pomanjkanje močnih, poglobljenih čustvenih vezi z drugimi, oba imata občutek nemoči, pri obeh se kaže pomanjkanje smisla, zdrave pameti, moralne presoje in normativnih razlogov v načinu delovanja in razmišljanja.

7.5 Narcizem in depresija

Mnogi pravijo, da je narcistični ego danes dominanten, depresija pa je »duh časa«.

Simptomi narcizma

Pri narcizmu gre za občutek grandioznosti v fantaziji in vedenju, vključuje izjemno potrebo po občudovanju in pomanjkanje empatije do drugih. Narcis ima grandiozne občutke o samopomembnosti, podžgane s fantazijo uspešnosti, moči in priljubljenosti, zato pretirava v oceni lastnih sposobnosti in dosežkov. Njegova občutka unikatnosti in pomembnosti včasih mejita na idejo vsemogočnosti. Takšna oseba je arogantna in brezbržna do potreb in želja drugih, hkrati pa je izkoriščevalska in zahteva nerazumno, pretirano pozornost od drugih. Skrajno je občutljiv na najmanjšo kritiko, neupoštevanje in zapostavljenost. Potrošništva ima danes poglobljeno vlogo pri kreiranju sodobnega jaza ali osebnosti, kar se jasno vidi tudi pri narcisu. Kovel (glej Kovel v Stivers 2004: 106) pravi narcizmu tudi »potrošniška nevroza«, saj so narcisi neverjetni potrošniki izdelkov, storitev, izkušenj itd., ker verjamejo, da moč ali lastnost, ki jo vsebujejo izdelki, postane njihova moč ali lastnost. Narcizem je izraz nevrotične želje po moči in oblasti, ki pa v resnici skriva in kompenzira resnične podzavestne občutke nemoči, nebogljenosti, neustreznosti, nezadostnosti, pomanjkljivosti in neprimernosti. Idealizirana samopodoba je posledica lažnega napuha, ki v resnici zakriva sovraštvo do samega sebe.

Tehnološka civilizacija je idealno gojišče narcizma, saj temelji na moči in najučinkovitejših načinih delovanja. V tradicionalnih družbah je bila tehnologija podrejena moralnim in verskim načelom ter omejitvam, medtem ko v sodobnem svetu tehnologija dominira in spodjeda kulturo. Moderna tehnologija pomeni »absolutno racionalnost« nasproti funkcionalni in normativni racionalnosti. »Problem je v tem, da je tehnološka racionalnost v nasprotju s tistim, kar je moralno, politično ali celo ekonomsko najboljše za družbo« (Stivers 2004: 107). Narcistične fantazije uspeha in moči se hranijo

s »tehnološkim utopizmom« ali mitom, ki upravičuje tehnologijo in jo predstavlja kot rešitelja vseh naših problemov, ki nam bo zagotovil popolno zdravje, lepoto, večno mladost in nepredstavljivo srečo, saj smo vsi svobodni in delamo le tisto kar se nam zdi najbolj prijetno in zabavno.

Simptomi depresije

»Depresija je verjetno najbolj poznana oblika nevroze; mediji so iz nje naredili reklamo za duševne motnje« (Stivers 2004: 106). Depresivno osebo prevevajo občutki potrtosti, žalosti, obupa in krivde, predvsem pa nesmiselnosti. Glavno pa je izrazito pomanjkanje volje in prepričanje o lastni nemoči. Takšna oseba ne vidi smisla, smotra in vrednosti lastnega življenja in življenja sploh. Občutek nesmiselnosti in nepomembnosti je tesno povezan z idejo brezupnosti, zaradi katere se zdita trenutna nesreča in obup večna in nespremenljiva. Kajti upanje je bistveno za dopuščanje možnosti, da bo prihodnost boljša od sedanjosti, in s tem tudi naše počutje in razpoloženje. Depresivna oseba je pasivna in nemočna, zato se preda nekakšni fatalistični vdanosti v usodo. Depresivni ljudje so izjemno kritični do samega sebe in do drugih, ker so prepričani, da je svet kriv in odgovoren za njihovo nesmiselno in žalostno eksistenco.

Tehnološka civilizacija proizvaja kolektivno izkušnjo nesmiselnosti in brezupnosti, hkrati pa ponuja lažni in umetni smisel in upanje kot nadomestitev. Zaposlitev, šola in prosti čas danes porajajo le občutke zdolgočasnosti, osamljenosti in odtujitve.

Narcizmu in depresiji je skupen občutek nemoči, ki je povezan z vtisom, da življenje nima smisla. Narcis je aktiven in včasih agresiven, depresivnež pa pasiven. Narcizem pomeni kreacijo in sanje oglaševalske industrije, depresija pa njihovo nočno moro. Narcizem je najbolj povezan z željo po moči in oblasti, depresija pa z občutkom brezumnosti in nesmiselnosti.

7.6 Paranoja in shizofrenija

Pri teh dveh motnjah gre za kulturno nasprotje med enotnostjo, enovitostjo in razdrobljenostjo.

Paranoja

Paranoja se razteza od rahle nevroze do različnih oblik shizofrenije. Najznačilnejše lastnosti paranoje so sumničavost, nezaupljivost, previdnost in opreznost. Cilj paranoidne

osebe ni izogniti se ali odstraniti grožnjo ali nevarnost, temveč razviti popolno samokontrolo in postati čim bolj neranljiv – neranljiv stroj. In najboljši način pripravljenosti je biti sumničav in nezaupljiv do namenov in dejanj drugih. Glavna lastnost paranoidne sumničavosti in nezaupljivosti je njuna izredna rigidnost. Paranoika se ne da prepričati, da so njegova sumničenja neutemeljena, ker je prepričan o nezmotljivosti lastnih zakanav in interpretacij. Bolje je predvideti in pričakovati najhujše, kot biti neprijetno presenečen in razočaran. Nič ni hujšega in bolj vznemirjajočega za paranoika, kot je nepričakovano in nepredvideno, še posebno, če ima negativne posledice. Paranoidna sumničavost je samoizpolnjujoča prerokba; s pričakovanjem zavrnitve od drugih jo realizirajo s tem, ko sami prvi zavrnejo druge. Paranoidna sumničavost ima za posledico precejšnjo izgubo občutka realnosti, vendar ne tako hudo kot pri shizofreniji. Paranoik izvzame dejstva, dogodke, podobe, dejanja in besede iz konteksta, zato njegovo življenje postane nevzdržno dvomljivo in negotovo. Osnovna dinamika paranoje je projekcija, pri kateri paranoična oseba projicira oziroma pripisuje lastne notranje neznosne strahove, napetosti, konflikte in občutke neustreznosti oziroma pomanjkljivosti drugim ljudem in zunanjim silam. Paranoja izvira iz občutka silne grožnje lastni avtonomiji s strani zunanje dominacije. Paranoik ne premore spontanosti, vsak korak in beseda morata biti skrbno načrtovana. Čustvenost in naklonjenost sta znaka šibkosti. Paranoikova avtonomija pa je izjemno krhka in šibka, saj ne temelji na samospoštovanju in občutku kompetentnosti.

Tehnološka civilizacija direktno povzroča paranoidne strahove pred zunanjo dominacijo, kajti ideja avtonomije vsebuje lastne izkušnje, doživetja, znanje in voljo, ki vplivajo na posameznikova prepričanja, razmišljanja, odločitve, čustvovanje in delovanje. Tehnologija pa konkretizira izkustva. Čedalje več posameznikovih odločitev temelji na »nasvetih« strokovnjakov, kar naredi posameznika nemočnega, nebogljenega in negotovega vase. Mediji, propaganda in odnosi z javnostjo nas psihološko manipulirajo. Zato se paranoiki počutijo nekompetentne in prestrašene. Nezmožnost razumevanja ali spreminjanja sodobnih situacij poraja občutke paranoje. Enako velja za medčloveške odnose; ko ti postanejo medli in nejasni in tako nevarni.

Shizofrenija

Kovel (glej Kovel v Stivers 2004: 128) trdi, da shizofrenija ni specifična bolezen ali motnja, temveč »kolaps obstoja«. Pride do izgube samega sebe, izgube jaza oziroma razdrobljenosti jaza in izgube stika z družbenim svetom in realnostjo. Pri shizofreniji obstajajo trije temeljni strahovi ali anksioznosti. Prvi je strah, da bi nas ljubezen ali prijateljstvo od drugih popolnoma kontroliralo in bi se v njiju izgubili. V tem primeru je ljubezen ali naklonjenost dojeta le kot oblika kontrole, v kateri se shizofrenikov jaz izgubi in izgine. Izolacija od drugih je edina rešitev, da nas drugi popolnoma ne vsrkajo in prevzamejo. Drugi je strah, da bo družbena realnost izbrisala in uničila shizofrenikovo osebnost in identiteto. Čeprav se shizofrenik počuti praznega, predstavlja ta praznost pomeni njegovo identiteto. Tretji pa je strah pred razosebljenostjo, kjer gre v resnici za strah pred svobodo drugih, ki bodo to svobodo uporabili za to, da bodo shizofrenika zreducirali na objekt. Zato vsak medčloveški odnos v očeh shizofrenika vsebuje potencial za njegovo uničenje in propad. »Bolj kot česarkoli, se shizofrenik boji postati stvar, mrtva stvar pod nadzorom drugih« (Stivers 2004: 129). Da bi zaščitil pojemajoči prazni jaz, naredi rez z svetom. Pri shizofreniji gre za popolno izgubo kakršnegakoli občutka enovitosti ali enotnosti jaza. Pri izgubi jaza gre v tem primeru za razcepljenost ali fragmentiranost osebnosti. Nastane razcep med notranjim pravim jazom in zunanjim lažnim jazom. Tudi lastno telo je shizofreniku tuje, je le objekt in pomeni lažni jaz. Notranji pravi jaz postane breztelesen in se trudi iti čez meje tega sveta in lastnega telesa. Notranji pravi jaz so »vse možnosti« in obstaja le v fantaziji. Shizofrenik ima oddaljen in hladen odnos do drugih in do lastnega telesa, saj je naklonjenost (do drugih ali do sebe) dojeta kot škodljiva in pogubna. Nič, kar naredi lažni zunanji jaz, ne more osrečiti notranjega pravega jaza, lahko le minimalizira globoko nesrečo, trpljenje in žalost, ki jo notranji pravi jaz ves čas čuti. Pri shizofreniji gre za stanje hiperrefleksije, ki pomeni akutno, intenzivno, kompulzivno in konstantno samozavedanje. Notranji jaz se trudi kompenzirati za osovraženi lažni jaz, vendar je frustriran, saj je lažni jaz edini, ki lahko komunicira z zunanjim svetom. Tako lažni jaz postane nekakšen paznik, ki zapre pravi jazi v notranjo ječo. Notranji jaz postaja čedalje manj resničen, ker ne more biti realiziran. Postane osiromašen in poln sovraštva, strahu in zavisti do drugih. Zadnji korak v shizofreničnem procesu je razcepitev notranjega jaza – postane razdeljen na »jaz« in »oni« - tako, da del notranjega jaza trpi pregon drugih notranjih delov.

Shizofrenija je psihoza, razpad skupne družbene realnosti in umik v zasebni svet fantazije o lastnih dosežkih in veličini. Izguba jaza je neposredno povezana z izgubo vsakdanjega sveta. Skorajšnja popolna izolacija v vsakdanu je odgovorna za šokantne in navidezno nerazložljive simptome shizofrenije, kot so osebni jezik, zablode in halucinacije. Razprava zahteva sogovornika in skupni jezik, v popolni izolaciji od drugih pa posameznik razvije lastni notranji jezik. Zablode in halucinacije pa so prav tako neposredne posledice izolacije. Bolj ko je posameznik odrezan od drugih in družbe, bolj postajajo njegovo znanje in predstave o drugih in svetu kaotične in samovoljne. Paranoja in shizofrenija sta zrcalni sliki množičnih medijev, ki institucionalizirajo harmonijo tehnologije in kulturno razdrobljenost.

Nazorno lahko vidimo, kako so različni nevrotični stili in shizofrenija (psihoza) povezani s tehnološko civilizacijo; nevrotična potreba po naklonjenosti in nevrotična potreba po moči z družbenim nasprotjem med močjo in ljubeznijo, obsesivno-kompulzivne motnje in impulzivne motnje z družbenim nasprotjem med racionalnostjo in neracionalnostjo, narcizem in depresija z družbenim nasprotjem med močjo in smislom, ter paranoja in shizofrenija z družbenim nasprotjem med enotnostjo in razdrobljenostjo. Vse motnje imajo skupne ključne simptome; pogubno doživljanje osamljenosti, izolacije, pomanjkanja smisla in norm ter občutka nemoči. In vse te ključne karakteristike psihopatologij so psihološke manifestacije temeljnih nasprotij v tehnološki civilizaciji. Depresija je le najbolj vidna, razvita in razširjena manifestacija vsega, kar je prisotno tudi pri drugih duševnih motnjah. Nekateri pa celo trdijo, da je shizofrenija logični zaključek ekstremne tehnološke osebnosti.

8. RAZŠIRJENOST PORABE PSIHOFARMAKOV IN ALTERNATIVNI PRISTOPI K PREMAGOVANJU SODOBNIH DUŠEVNIH STISK

8.1 Problem množične uporabe psihofarmakov kot načina premagovanja družbenih problemov, zdravljenja osebnih stisk in »uravnavanja« vedenja

Številni sociologi in antropologi so že zdavnaj opozorili na problematičnost sodobne široko razširjene uporabe psihofarmakov kot hitrih »prikrojevalcev razpoloženja«, predvsem pa na dokaj zanemarjene, a izredno relevantne dejavnike vpliva na samo

uporabo, kot so specifični tipi družb, strukture v njih in različne kulture. Predvsem pa na potencial teh zdravil za zlorabo in odvisnost. Danes se govori o »družbenem kontekstu in pomenu uporabe«, »upravljanju vsakdanjega življenja«, »medikalizaciji stresa«, »o sredstvu družbene kontrole«, »o pojavu družbenega problema« itd. Predvsem je problematično in medicinsko neupravičeno dejstvo, da se ta pomirjevala ali poživila predpisujejo ljudem, ki so prizadeti zaradi psiholoških ali družbenih problemov. Nakazuje se družbeni trend medikalizacije problemov vsakdanjega življenja in odklonskosti (Ule 2003). Več ko je družbenih problemov, bolj se predpisujejo psihofarmaki. Medikalizacija teh družbenih problemov pa zmanjšuje pritisk in želja po družbenih spremembah, kar koristi tistim, ki jim obstoječe ekonomske, politične in družbene razmere prinašajo korist. Mnogi dojemajo uporabo teh drog kot »quick fix« za številna družbena obolenja, ki nakazuje idejo »tehnološke kulture«. Tako so splošno razširjeni družbeni simptomi prestavljeni na pleča posameznika in obče dojeti kot problem slabo prilagojenih posameznikov in ne kot problem družbe kot celote. Na teh dognanjih temelji ideja, da je medikalizacija vsakdanjega življenja učinkovito sredstvo družbene kontrole in manipulacije. »Psihofarmaki so v tem pogledu »opij« za množice ...« (Ettorre in Riska 1995: 50).

Čeprav čustvene stiske niso fenomen, ki ga srečujemo le v življenju v moderni družbi, njegova kemijska razrešitev pa je precej novodobna. V sedanji moderni družbi se je razvilo farmakološko zdravljenje simptomov stresa, ki se kažejo v obliki neprijetnih in mučnih razpoloženskih motenj. Termin psihofarmaki zaobjema večjo skupino zdravil, ki jih danes uporabljajo zdravniki za vplivanje na centralni živčni sistem pacientov, trpečih za sindromi stresa. Glede na njihov farmakološki učinek in resnost simptomov se psihofarmaki klasificirajo v štiri velike skupine: 1. antidepresivi, ki se predpišejo za zdravljenje hujših oblik depresije, 2. nevroleptiki, ki se predpišejo za širši razpon psihotičnih simptomov, vključno s shizofrenijo, 3. pomirjevala, ki se predpišejo za zdravljenje anksioznosti, in 4. hipnotiki-sedativi, ki se predpišejo proti nespečnosti.

»Freudizem je temeljil na predpostavki, da so vse duševne motnje, vključno z manično depresijo in shizofrenijo, prvotno psihološke narave – rezultat duševne, mentalne disfunkcije, ki se je zgodila nekje nad biološkim substratom možganov« (Fukuyama 2002: 42). Sodobna nevroznanost in nevrofarmakologija pa spodkopavata to teorijo z

najrazličnejšimi psihofarmaki ali »stabilizatorji razpoloženja« (kot so Lithium, Prozac, Ritalin, Zoloft, Paxil itd.), ki dokazano vplivajo na počutje duševnih bolnikov in posledično na njihovo vedenje. Tako se zdi, da je v novi dobi Freudovo »pogovorno« terapijo zamenjala »medikamentna« terapija. Dandanes je čedalje več nezaželenih oblik občutij in vedenj označenih kot patologije in nevrološke motnje. Rast uporabe psihofarmakov je tesno povezana s tako imenovano revolucijo nevrottransmitterjev (kot sta serotonin in dopamin), ki se je razvila iz obsežnega znanja o biokemijski naravi možganov. Nivoji teh nevrottransmitterjev in načini njihove interakcije neposredno vplivajo na naše subjektivne občutke blaginje, ugodja, samovrednotenja, žalosti, strahu itd. Psihofarmaki delujejo kot uravnalci nivojev nevrottransmitterjev. Na primer Prozac (znani antidepressiv) je selektivni zaviralec ponovnega privzema serotonina. To pomeni, da preprečuje, da bi živčne sinapse resorbirale serotonin in tako učinkovito poviša nivo serotonina v možganih. Nizki nivoji serotonina v možganih so namreč povezani s slabim kontroliranjem impulzov, nebrzdano agresijo, depresijo, anksioznostjo, samomorom in drugimi duševnimi motnjami. Poznavanje biokemije možganov in sposobnost manipuliranja le-te postaja čedalje bolj uporabno orodje »obvladovanja vedenja«. Brez velike domišljije in znanstvene fantastike si lahko predstavljamo, kakšne zastrašujoče posledice ima lahko manipulacija človeškega počutja in ravnanja. Po vsem povedanem ni čudno, da so tovrstni medikamenti in zdravljenje sprožili nemalo oporekanj, sporov, razprav in polemik. Veliko pa je govora tudi o pretiravanju glede njihove učinkovitosti in prikritih (tistih, ki so že znani) ter še nepoznanih stranskih učinkih (ravno Prozac naj bi povzročal povečevanje teže, spačeno trzanje, izgubo spomina, spolne motnje, samomor, nasilnost in možganske poškodbe). Problem pa je tudi sam učinek psihofarmakov (kot je povečevanje občutka samovrednosti) in družbene percepcije o tem, čemu služijo. Za veliko ljudi, ki so klinično depresivni so psihofarmaki resnično (vsaj začasno) pot iz stiske. Problem pa nastane pri »kozmetični farmakologiji«, kjer ljudje jemljejo medikamente le zato, ker se po tabletki počutiš »še bolje kot dobro«. Tako so za mnoge psihofarmaki »tabletke sreče«, čemur pa nikakor niso namenjeni. Posledično se s tem tudi močno spreminja in izrojeva predstava smisla in normalnega poteka življenja ter realnih pričakovanj.

Drugi že nakazani problem pa nastane pri modernem opredeljevanju simptomov in kazalcev »duševnih« motenj. Kot primer navajam sporni psihofarmak Ritalin, ki ga mnogi danes vidijo kot mehanizem družbene kontrole vedenja. Po sestavi je stimulans, soroden metamfetaminom (kot sta speed in kokain). Uporablja se za zdravljenje sindroma ADHD (attention deficit-hyperactivity disorder) – motnja pozornosti s hiperaktivnostjo, ki naj bi bila najbolj značilna za otroke med 3. in 7. letom. Problem pa nastane pri definiranju simptomov, ki naj bi nakazovali to motnjo, ti pa so kratkotrajna koncentracija in »pretirana« motorična aktivnost (ki se ponavadi kaže kot težavnost sedenja pri miru in zbranega sledenja pri pouku). Vse, kar so v resnici (bolj ali manj) naravne in normalne značilnosti otrok, katerih fizično telo doživlja nešteto biokemijskih procesov odraščanja in zato otroci fizično niso sposobni mirovati in daljše koncentracije. Tako je nenaravno pričakovati, da bodo sedeli pri miru in zbrano poslušali učitelja, še posebej glede na to, da tega še odrasli včasih ne zmoremo. Tu pa se pokaže pravi obseg problema same definicije motnje ADHD, saj lahko te simptome vidimo pravzaprav povsod. To se nazorno pokaže pri oceni, da naj bi 15 milijonov Američanov trpelo za neko obliko ADHD. Takšne ocene pa iz dneva v dan naraščajo. In tu je razviden končni spekter bojazni pred manipulacijo družbe s strani oblasti, ki naj bi vse kakorkoli nezadovoljne ali »neprilagojene« posameznike »ozdravila« v »srečne robotke«, brez vmešavanja in spreminjanja vzročnih družbenih razmer. Poleg tega pa Ritalin mnogi zlorabljuje zaradi njegovih učinkov (prezaposlene mame za več energije, dijaki in študentje pa za lažje učenje), saj poveča koncentracijo in zbranost, deluje evforično, povečuje nivo energije in storilnosti ter občutka budnosti in fokusa (Fukuyama 2002).

Vse naštetu nakazuje osiromašenje in zožitev pojmov ter celovitega razumevanja osebnosti, značaja in vedenja. Predvsem pa je tu bistven problem definiranja, kaj sploh je »normalno« delovanje oziroma vedenje in doživljanje ter kdo to določa. Vprašanje je, ali ne prihajamo v čas, ko poskušamo eno »normalno« vedenje zamenjati z drugim, družbeno bolj zaželenim in sprejemljivim? Psihofarmaki v veliki meri ustvarjajo samozadovoljne in družbeno pohlevne ali »prilagojene« posameznike, kar je zelo prikladno za oblast, glede na stanje družbenih razmer. Tri vidne grožnje, ki logično lahko sledijo čedalje večjemu uveljavljanju nevrofarmakologije, so: 1. nagnjenost ljudi, da bi medikalizirali večino vedenja in tako zmanjšali odgovornost za svoje ravnanje, 2.

pritisk strokovnjakov, da bi zaradi ekonomskih interesov spodbujali medikalizacijo vseh neprijetnih občutij, ker je kemijska bližnjica bolj atraktivna kot so kompleksne, mukotrpe in dolgotrajne vedenjske terapije, s strani farmakološke industrije pa zaradi vrtočavih dobičkov, 3. težnja po razširitvi terapevtskih oziroma patoloških registrov za vsa nezaželena stanja občutij in vedenj (kot so žalost, obup, nezadovoljstvo, jeza itd.), kar bi dejansko privedlo do izrazite kontrole in uravnavanja oziroma »programiranja« družbeno zaželenega obnašanja in doživljanja realnosti.

Eden pomembnih vidikov in dejavnikov povečevanja in komercializacije uporabe psihotropikov, ki ga ne smemo spregledati, je profitna vloga farmacevtskih gigantov, ki si s temi »zdravili« ustvarjajo neverjetno velike zaslužke. Farmacevtska industrija deluje tako kot druge industrijske panoge po načelu maksimiranja dobička. Oglaševalne strategije farmacevtske industrije težijo k poudarjanju irelevantnih pogledov namesto farmacevtskih dejstev o zdravilih. V tej zvezi lahko razumemo zdravnike, ki predpisujejo ta zdravila, le kot lutke v tej dobičkonosni igri farmacevtske industrije, saj večina dobiva informacije o teh zdravilih iz komercialnih (letaki, brošure, reklame,...) in ne iz strokovnih, medicinskih virov (razen specialistov). Žal se v večini primerov zdravnikove odločitve o uporabi specifičnih zdravil za določeno terapijo bolj nanašajo na komercialna sporočila farmacevtske industrije kot pa na neodvisna strokovna znanja. Tako sta oba, pacient in zdravnik, le objekta profitnih motivov farmacevtske industrije, ki prodaja »sonce v steklenički« oziroma »ustekleničeno srečo« z zabavnimi oglasi in slogani, kot je »Knock out the blues«.

8.2 Poraba psihofarmakov v Sloveniji

Najbrž velja, da nam je tranzicija prinesla velike socialne in politične spremembe, ki so povzročile nekakšen psihološki šok, ki se je manifestiral tako v fizičnem kot v duševnem zdravju Slovencev. Hanžek je dobro zaobjel celoto problema, ko je napisal:

»Za vse tranzicijske države je znano, da se je s tranzicijo poslabšalo zdravstveno stanje prebivalcev ... Na to je le minimalno vplivalo poslabšanje zdravstvenih sistemov; njihovo (ne)delovanje ne more v tolikšni meri in tako hitro vplivati na zdravje kot spremenjene ekonomske in socialne razmere. Razpad socialističnih sistemov, upad ekonomske aktivnosti, povečanje nezaposlenosti, sprememba

veljavnih vrednostnih sistemov iz popolne solidarnosti in skrbi države za ljudi v divji anarho-liberalistični model (skrb vsakega posameznika le zase), ob tem pa ... nemoč državnih mehanizmov ... za blažitev socialnih problemov ... je imelo za posledico povečanje neenakosti, družbeno dezintegracijo in razpad vrednostnega sistema. To pa je vodilo predvsem v razpad obstoječe socialne mreže, ki se kaže v resignaciji, apatiji in strahu za prihodnost. Na slabo ... zdravje pa pomembno vplivajo nekateri psihološki dejavniki, predvsem pomanjkanje samoaktualizacije, slaba samopodoba in samospoštovanje ter pomanjkanje občutka obvladovanja lastnega položaja. Tranzicijo spremljajoči negativni procesi pa so naravnost idealni vpliv na slabšanje zdravstvenega stanja (fizičnega, duševnega in socialnega) prebivalstva» (Hanžek v Draksler 2001: 40).

Kakšno je dejansko stanje duševnega zdravja v Sloveniji, žal ne moremo natančno oceniti, saj bi za to potrebovali med drugim tudi jasne in točne podatke o številu obiskov in številu ljudi, ki obiskuje različne strokovnjake (kot so psihologi, psihiatri, terapevti, socialni delavci, skupine za samopomoč itd.), ki pa se ne zdravijo s psihofarmaki (psihofarmakološka sredstva so zdravila, ki se uporabljajo za zdravljenje duševnih motenj). Poleg podatkov o drugih alternativnih oblikah zdravljenja in oblikah (samo)pomoči, ki jo poiščejo mnogi, ki ne zaupajo klasični medicini in njenemu pristopu. Žal do teh podatkov ne moremo priti, ker jih nihče v Sloveniji ne zbira, vsaj ne v celoti, letno in verodostojno. Vsaj delna slika stanja duševnega zdravja pri nas pa je razvidna iz analize podatkov o izdanih receptih za zdravila, ki se uporabljajo za zdravljenje duševnih motenj.

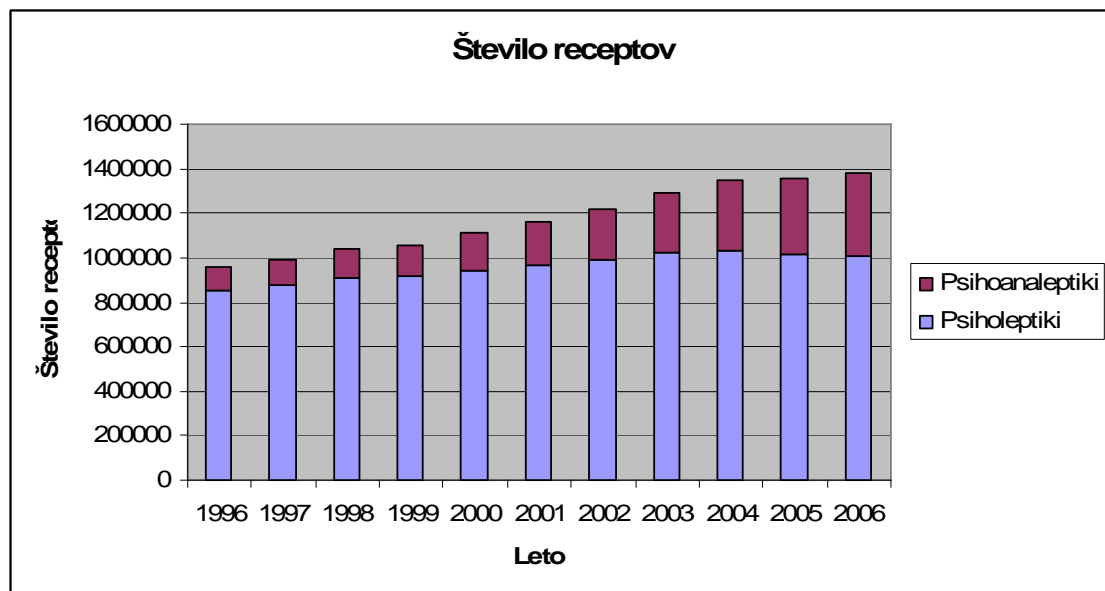
Podatke o uporabi zdravil v Sloveniji, sem pridobila na podlagi narejeni metodologije ATC/Rp, postopoma pa tudi Slovenija prehaja na mednarodno primerljivo in priporočeno metodologijo ATC/DDD, ki jo podpira tudi Svetovna zdravstvena organizacija (WHO). S kratico ATC opisujemo anatomsko, farmakološko, terapevtsko, kemično in zdravilno klasifikacijo, Rp pomeni število izdanih receptov, medtem ko s kratico DDD označujemo definirano dnevno dozo (odmerek). Osnova za določanje porabe predpisanih zdravil v Sloveniji za zdaj ostaja še število izdanih receptov, pri čemer moramo upoštevati razlike v predpisanih količinah zdravil na posameznih receptih.

Raziskovala bom porabo zdravil v ATC skupini zdravil N, ki vsebuje zdravila z delovanjem na živčevje. Skupina N zajema sedem farmakoloških skupin. Konkretno pa se bomo v skupini N omejili na skupini **N05–Psiholeptiki** (antipsihotiki, anksiolitiki, hipnotiki in sedativi) in **N06-Psihoanaleptiki** (antidepresivi in psihostimulansi).

TABELA IN GRAF 8.2.1: Število receptov z zdravili iz skupin N05 in N06, ki se uporabljajo pri zdravljenju duševnih motenj, Slovenija, 1996–2006

Število receptov z zdravili, ki se uporabljajo pri zdravljenju duševnih motenj, Slovenija, 1996–2006

Leto	Psiholeptiki	Psihoanaleptiki
1996	854.784	101.756
1997	880.717	110.732
1998	908.261	130.031
1999	916.578	140.393
2000	940.387	170.344
2001	966.366	198.832
2002	990.146	225.285
2003	1.022.873	269.090
2004	1.035.023	311.904
2005	1.016.073	339.708
2006	1.006.286	375.128



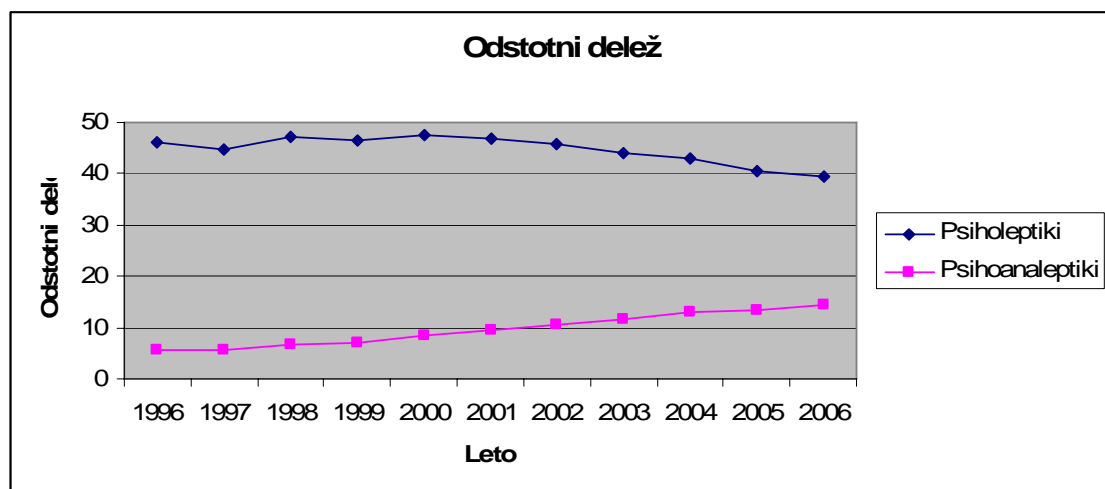
VIR: Inštitut za varovanje zdravja RS 1996–2006.

Tabela in graf 8.2.1 kažeta število izdanih receptov z zdravili iz skupin Psiholeptikov – N05 in Psihoanaleptikov – N06, ki se uporabljajo pri zdravljenju duševnih motenj, v Sloveniji v letih 1996–2006. Jasno je razvidno vsakoletno naraščanje števila izdanih receptov, z izjemo psiholeptikov v zadnjih dveh letih, medtem ko se je število psihoanaleptikov v desetih letih več kot potrojilo. Podatki so jasen indikator povečevanja duševnih motenj, predvsem depresije, v Sloveniji v zadnjih desetih letih.

TABELA IN GRAF 8.2.2: Odstotni deleži v številu receptov z zdravili iz skupin N05 in N06 v celotni N skupini zdravil, Slovenija, 1996–2006

Odstotni delež v številu receptov, ki se uporabljajo pri zdravljenju duševnih motenj, Slovenija, 1996–2006

Leto	Psiholeptiki	Psihoanaleptiki
1996	46,2	5,5
1997	44,8	5,6
1998	47,1	6,7
1999	46,4	7,1
2000	47,5	8,6
2001	46,8	9,6
2002	45,9	10,4
2003	44	11,6
2004	43	13
2005	40,5	13,5
2006	39,3	14,6



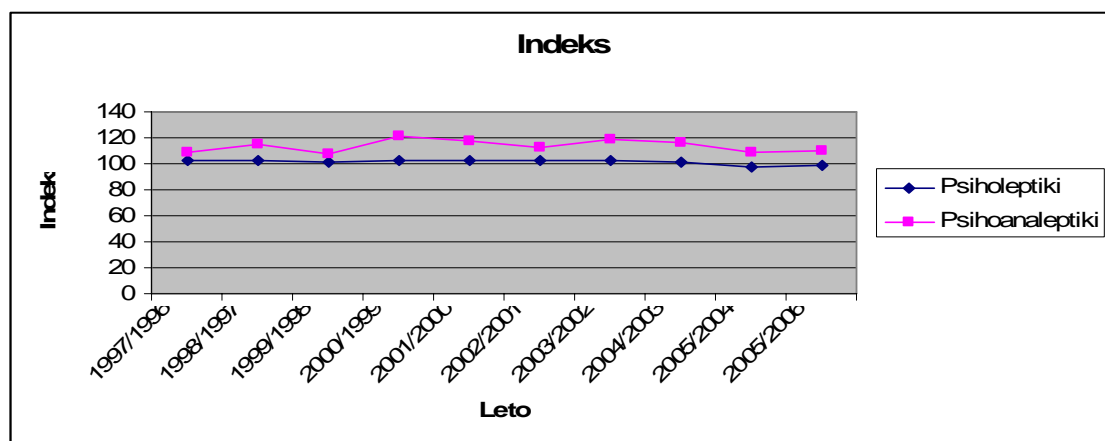
VIR: Inštitut za varovanje zdravja RS 1996–2006.

Tabela in graf 8.2.2 kažeta odstotni delež števila receptov z zdravili iz skupin Psiholeptikov – N05 in Psihoanaleptikov – N06, v celotni N skupini zdravil (vsa zdravila z delovanjem na živčevje), v Sloveniji v letih 1996–2006. Vidimo, da je odstotni delež Psiholeptikov - N05 v celotni N skupini zdravil nekoliko upadel, medtem, ko se je odstotni delež Psihoanaleptikov – N06 v celotni N skupini zdravil v zadnjih desetih letih skoraj potrojil. Bistvenega pomena pa je dejstvo, da obe skupini skupaj pomenita več kot polovico vseh predpisanih receptov v celotni N skupini (zdravila z delovanjem na živčevje).

TABELA IN GRAF 8.2.3: Indeks števila receptov z zdravili iz skupin N05 in N06 glede na predhodnjo leto, Slovenija, 1996–2006

Indeks glede na predhodnje leto

Indeks glede na predhodnjo leto		
Leto	Psiholeptiki	Psihoanaleptiki
1997/1996	103	109
1998/1997	103	115
1999/1998	101	108
2000/1999	103	121
2001/2000	103	117
2002/2001	102	113
2003/2002	103	119
2004/2003	101	116
2005/2004	98	109
2006/2005	99	110



VIR: Inštitut za varovanje zdravja RS 1996–2006.

Tabela in graf 8.2.3 prikazujeta indeks vrednosti za število receptov z zdravili iz skupin Psiholeptikov – N05 in Psihoanaleptikov – N06 glede na predhodno leto v Sloveniji v letih 1996–2006. To pomeni, da vsaka vrednost indeksa, pomeni tolikšno odstotno rast (ali upad) števila receptov, za kolikor presega 100 odstotni. Iz indeksov je razvidno vsako leto nekaj odstotno naraščanje števila receptov z zdravili, ki se uporabljajo za zdravljenje duševnih motenj (z izjemo pri indeksu psiholeptikov v zadnjih dveh letih). Predvsem je dramatično vsakoletno visoko naraščanje števila receptov pri psihoanaleptikih-povprečno za 13,7 odstotka na leto.

Na podlagi analize podatkov iz zgornjih tabel in grafov, predvsem pa iz števila izdanih receptov lahko upravičeno trdimo, da se duševno stanje v Sloveniji zadnjih deset let iz leta v leto slabša in ne izboljšuje. Vsekakor je razvidno, da čedalje več ljudi uporablja psihofarmake. Podatki so skrb zbujujoči, saj je vidno letno naraščanje števila receptov iz obeh skupin, z izjemo psiholeptikov v zadnjih dveh letih. Naravnost v oči pa bode izjemno naraščanje predpisovanja in uporabe psihoanaleptikov, torej antidepresivov in psihostimulansov, ki se je v zadnjih desetih letih več kot potrojilo. To pa je dovolj alarmanten kazalnik očitnih in naraščajočih notranjih stisk, ki jih trpi čedalje več posameznikov in posameznic v naši družbi, da bi moral vzbuditi zanimanje in zaskrbljenost širše javnosti, oblasti in stroke, da bi se resno lotili obravnave tega naraščajočega in očitno družbenega problema. Obenem se neizogibno postavlja vprašanje, ali se morebiti dejansko uresničuje teza o sodobni medikalizaciji družbe in družbenih problemov, kot opozarja Ule (Ule 2003).

8.3 Duševno stanje in poraba psihofarmakov v skandinavskih državah

V nalogi sem želela raziskati tudi, kakšno je stanje duševnega zdravja in porabe psihofarmakov v drugih razvitih državah EU v primerjavi s Slovenijo. Žal sem našla le podatke iz nacionalne letne statistike porabe zdravil po mednarodno sprejeti in primerljivi klasifikaciji in metodologiji ATC/DDD za skandinavske države na spletni strani NOMESCO (NOMESCO 2007). Podatki v tabelah so podani na podlagi metodologije ATC/DDD, tako, da niso neposredno primerljivi s statistikami v Sloveniji, ki za zdaj

temeljijo še na ATC/Rp metodologiji. Jasno pa nakazujejo duševno stanje v skandinavskih državah.

Antipsihotiki

Tabela 8.3.1: Poraba antipsihotikov (ATC-skupina N05A), DDD/1000 prebivalcev/na dan, 1999–2003

N06A Antipsihotiki	Danska	Faroe otoki	Grenlandija	Finska	Oland	Islandija	Norveška	Švedska
1999	9,7	8,2	10,3	15,2	8,8	8,6	8,7	8,5
2000	10,0	8,5	11,8	15,3	8,7	9,5	9,0	8,6
2001	10,6	8,9	11,1	15,6	8,9	9,7	9,2	8,5
2002	11,3	8,9	12,6	15,8	9,0	10,0	9,8	8,6
2003	11,9	9,5	11,7	16,1	9,5	10,5	9,9	8,7

Vir: nom-nos 2007.

Poraba antipsihotikov (N05A) je precej stabilna, z majhno letno rastjo v vseh skandinavskih državah. Finska ima največjo porabo antipsihotikov.

Anksiolitiki, hipnotiki in sedativi

Tabela 8.3.2: Poraba anksiolitikov (ATC-skupina N05B), DDD/1000 prebivalcev/na dan, 1999–2003

N06A Anksiolitiki	Danska	Faroe otoki	Grenlandija	Finska	Oland	Islandija	Norveška	Švedska
1999	23,4	17,0	4,6	29,8	10,8	24,5	18,8	16,8
2000	22,8	16,2	5,1	30,1	10,6	24,6	19,0	17,1
2001	22,5	16,2	4,9	31,0	10,2	24,8	19,4	17,0
2002	22,1	16,3	5,1	31,5	10,5	27,4	19,9	16,6
2003	21,5	16,0	4,6	32,0	9,9	24,9	20,4	16,3

Vir: nom-nos 2007.

V letih 1999–2003 je bila poraba anksiolitikov tako rekoč nespremenjena v vseh skandinavskih državah, razen na Finskem in Norveškem, kjer se je poraba vsako leto rahlo povečala. Finska ima največjo porabo anksiolitikov, sledi pa ji Islandija.

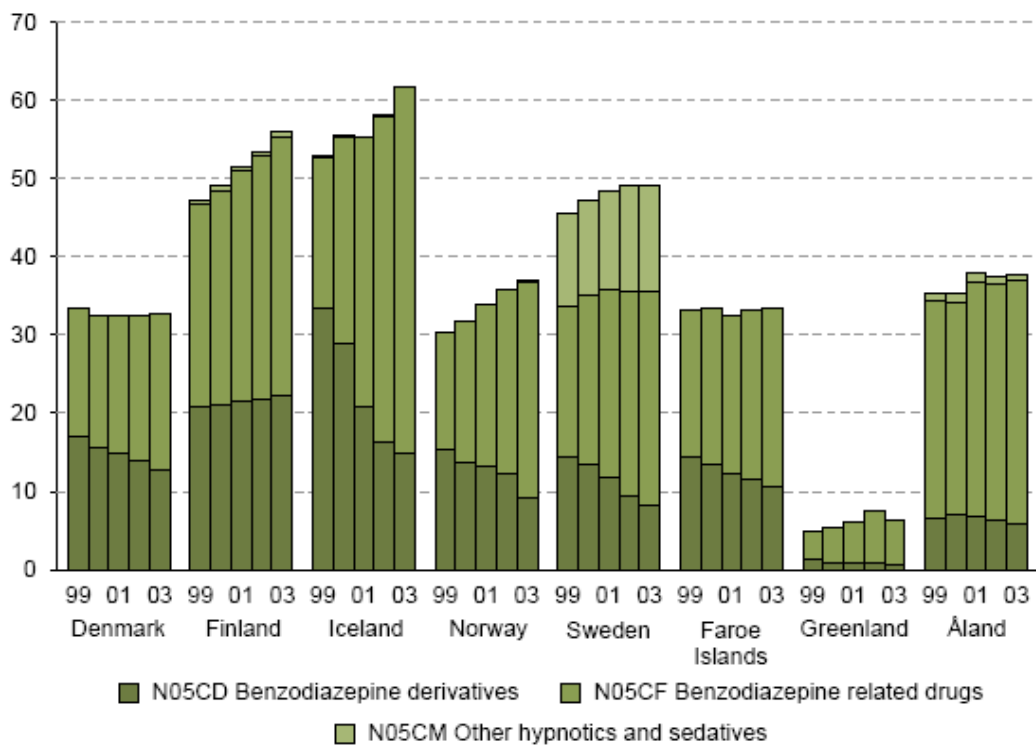
Tabela 8.3.3: Poraba hipnotikov in sedativov (ATC-skupina N05C), DDD/1000 prebivalcev/na dan, 1999–2003

N06A Anksiolitiki	Danska	Faroe otoki	Grenlandija	Finska	Oland	Islandija	Norveška	Švedska
1999	33,4	33,1	4,9	47,3	35,4	52,8	30,4	45,5
2000	32,5	33,3	5,4	49,0	35,2	55,4	31,8	47,2
2001	32,5	32,4	6,2	51,6	37,8	55,4	34,0	48,5
2002	32,5	33,3	7,5	53,4	37,4	58,1	35,8	49,0
2003	32,7	33,3	6,4	55,9	37,7	61,8	36,9	49,0

Vir: nom-nos 2007.

Graf 8.3.4: Poraba hipnotikov in sedativov (ATC-skupina N05C), DDD/1000 prebivalcev/na dan, 1999–2003

Figure 4.9 Consumption of hypnotics and sedatives (ATC-group N05C), DDD/1 000 inhabitants/day, 1999–2003



Vir: nom-nos 2007.

V vseh skandinavskih državah pa se rahlo povečuje uporaba hipnotikov in sedativov. Islandija je največji porabnica hipnotikov in sedativov z najvišjo rastjo porabe. Sledita ji Finska in Švedska.

Antidepresivi

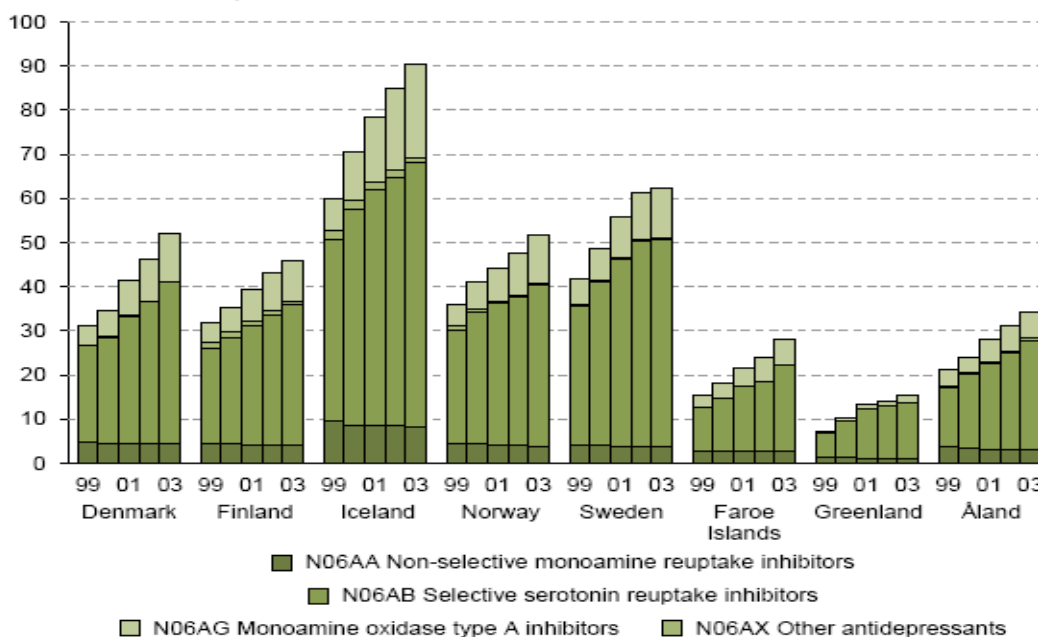
Tabela 8.3.5: Poraba antidepresivov (ATC-skupina N06A), DDD/1000 prebivalcev/na dan, 1999–2003

N06A Antidepresivi	Danska	Faroe otoki	Grenlandija	Finska	Oland	Islandija	Norveška	Švedska
1999	31,5	15,5	7,1	31,7	21,4	59,8	36,1	41,8
2000	34,7	18,2	10,1	35,5	23,8	70,5	41,0	48,8
2001	41,4	21,9	13,4	39,4	28,1	78,3	44,2	55,7
2002	46,4	24,1	14,2	43,1	31,2	84,9	47,6	61,3
2003	52,2	28,3	15,3	45,9	34,4	90,6	51,7	62,5

Vir: nom-nos 2007.

Graf 8.3.6: Poraba antidepresivov (ATC-skupina N06A), DDD/1000 prebivalcev/na dan, 1999–2003

Figure 4.10 Consumption of antidepressants (ATC-group N06A), DDD/1 000 inhabitants/day, 1999–2003



Vir: nom-nos 2007.

Nenehna in kar precejšnja rast porabe antidepresivov se nadaljuje v vseh skandinavskih državah. Depresijo je danes lažje prepoznati in je bolj »sprejemljiva« kot nekoč, prag za zdravljenje z medikamenti pa se je znižal. Ocenjena razširjenost depresije je 6–10 odstotkov prebivalstva. Poraba antidepresivov se je dramatično povečala na začetku devetdesetih in to povečanje porabe se je nadaljevalo tudi po letu 1999. Islandija pa je daleč največja porabnica in kaže daleč najvišjo rast porabe antidepresivov.

Iz zgornjih podatkov vidimo, da je povečevanje števila duševnih motenj prav tako prisotno v vseh skandinavskih državah, ne le v Sloveniji. Najbolj izrazita je rast raznih depresivnih motenj in porabe antidepressivov v vseh skandinavskih državah, predvsem pa v Islandiji. Enako kažejo podatki o stanju v Sloveniji, saj je tudi pri nas najbolj izrazita rast porabe antidepressivov. Nomesco tudi poroča, da naj bi bilo duševno stanje v skandinavskih državah boljše kot v drugih visoko razvitih državah članicah EU. Vidimo, da teza o depresiji kot »duhu sodobnega časa« ni tako neverjetna in pretirana ter ne izvira iz pesimističnih pogledov, temveč iz statističnih dejstev. Očitno je, da tudi drugod v razvitem svetu narašča uporaba raznih psihofarmakov, predvsem pa antidepressivov, kar jasno nakazuje, da so te naraščajoče duševne stiske specifičen problem sodobnih visoko razvitih tehnokratskih in potrošniških družb. Ali pa so morda odraz močnega sodobnega farmakološkega marketinga ter širjenja območja indikatorjev za nekatere antidepressive, ki danes vključujejo tudi napade panike, bulimijo in obsesivno-kompulzivne nevroze?

8.4 Družbeno dojetje in stigmatizacija ljudi z duševnimi motnjami

Kot smo že omenili, so danes značilni simptomi duševnih motenj: prenapetost, depresija, hiperaktivnost, osamljenost, izgubljenost, utesnjenost in anksioznost, vsi pa izvirajo in temeljijo na strukturi, hitrem tempu in posledičnem stresu sodobne poznomoderne družbe. In posamezniki si danes v veliki meri že sami postavijo diagnozo, da je z njimi »nekaj narobe«, takoj ko katerega od naštetih simptomov občutijo, okolica pa poskuša laično pomagati z nasveti, kot so: pojdi na sprehod, sprosti se, uživaj, popij kakšen »kozarček«, več se ukvarjaj s športom, pojdi na tečaj joge, meditacije ali v skupino za samopomoč. Če to ne zaleže, pa menijo, da je čas, da gre ta posameznik k specialistu ali »na zdravlila«. Obenem pa nastane problem stigmatizacije, saj ljudi, ki so na psihofarmakih ali hodijo na razne psihoterapije, drugi velikokrat dojemajo, kot slabiče, »duševno ali mentalno bolne« in »nenormalne« osebe. Velikokrat jih družba obravnava kot »bolnike« in ne kot sebi enake in kompetentne posameznike. Družba in uporabniki sami verjamejo, da imajo posamezniki, ki uporabljajo psihofarmake, probleme z »živci« in »stresom«. Zato jih drugi pogosto dojemajo kot rahločutne, občutljive, šibke in nemočne osebnosti, ki nimajo samokontrole in se niso sposobne ustrezno spopadati z naporji vsakdanjega življenja. Gre za splošno enačenje mentalnega in duševnega zdravja s

samokontrolo in kontrolo nad lastnim življenjem, ki se kaže kot značajska trdnost, poslovna uspešnost, življenjska aktivnost, samorealizacija in samoizpolnitev. Zato se številni uporabniki počutijo krive in se sramujejo svoje »nesposobnosti« reševanja lastnih notranjih konfliktov in kriz stresnega življenja. Alternativa psihofarmakom pa so danes tudi razne terapije in skupine za samopomoč, ki jih tudi širša družba dojema kot bolj sprejemljiv in »zdrav« način premagovanja osebnih problemov. Predvsem pa so mnogi v njih našli oporo, razumevanje in manj izoliran način pomoči, saj so spoznali ljudi s sorodnimi težavami, s katerimi so lahko delili lastne občutke brez negativnega obsojanja. Posamezniki so v teh skupinah spoznali, da niso sami, da tudi drugi doživljajo enake težave kot oni, in niso več čutili sramu, samokrivde, neadekvatnosti in osamljenosti, ker so posledično njihove težave dobile kolektivni okvir.

Oseba, ki dobi diagnozo »duševne bolezni«, se začne vrteti okoli svojih »simptomov«, nenehno razmišlja o njih in se bojuje proti njim, rezultat pa je skrajno osiromašeno življenje. Namesto da bi ji pomagali kljub »simptomom« živeti kolikor toliko normalno, jo izključijo iz družbe zaradi pridobljene »nalepke« in stigme, ki jo le-ta prinaša. Med uporabniki psihiatrije je veliko samomorov, ker so ti posamezniki zaradi stigme pogosto obsojeni živeti socialno smrt, izobčeni in prezrti. »Samomor je pogosto prav rezultat uvida v svoj dejanski položaj, spoznanja, da nimaš več nikakršne možnosti, da bi živel človeka vredno življenje« (Lamovec 1999: 32).

8.5 Sodobna alternativna pomoč ljudem z duševnimi motnjami

»Duševna bolezen« je »greh« sodobne družbe, ki v pričakovanju odrešenika ne stori ničesar. Odrešenik naj bi se rodil v laboratorijih farmacevtskih tovarn, biokemičnih, nevroloških in podobnih raziskav. A tega odrešenika ne bo, ker ga ne more biti. Lahko odkrijejo učinkovitejša zdravila za umiritev kriz, ki bodo imela manj škodljivih stranskih učinkov kot dosedanja, vendar problema s tem ne bomo odpravili. »Vsak se lahko odreši le sam, z vzajemno pomočjo sebi enakih in ob podpori družbe, ki bi bila pripravljena dati roko, namesto, da osebi v stiski z izključitvijo zada še zadnji udarec« (Lamovec 1999: 25). Dober primer je Judi Chamberlain, ki je napisala knjigo *On our own*, kjer opisuje svoje izkušnje. Po razpadu slabega zakona je zapadla v osebno krizo in padla v začarani krog psihiatrije in socialnih služb, dokler ni odkrila ene od alternativ, ki jo vodijo

uporabniki. Tam so ji prvič prisluhnili kot človeku in tam je spoznala, da njena kriza ni nikakršna bolezen, temveč posledica nevzdržnih razmer v zakonu. Pred tem pa so ji psihiatrične in socialne službe ves čas zatrjevale, da je napaka v njej in da ni zmožna za nobeno delo. Šele ta organizacija ji je dala celovito obravnavo krize, podporo, ki jo je potrebovala in potrditev, da je ravnala prav. Potem se je vpisala na fakulteto, jo končala in je danes ena najbolj znanih aktivistk ameriškega uporabniškega gibanja. Ta primer je le ilustracija prej omenjenih napačnih in zastarelih dogem tradicionalne psihiatrične in psihološke stroke (Lamovec 1999).

Posameznik v akutni krizi potrebuje predvsem ljudi, ki jim zaupa in ki mu prisluhnejo ter dajejo čustveno podporo. »Pomaga lahko vsak od nas, četudi ni strokovnjak. Pomembno je prisluhniti osebi. Občutek, da je nekemu resnično mar za nas, je neprecenljiv. Z zdravili lahko le ublažimo najhujšo krizo in nekatere moteče pojave, ne moremo pa odstraniti samih vzrokov krize, zato se ta ponavlja. Treba je razjasniti, da psihofarmaki niso zdravila v pravem pomenu besede, saj ne zdravijo duševnih motenj, temveč le blažijo njihove simptome. Predvsem pa medikamenti in psihiatrizacija ne odtehtajo dolgoročne socialne škode, ki jo povzroči stigmatizacija. »Posameznik, ki doživi krizo, je dosmrtno označen ... Ravno tisto, kar bi najbolj potreboval, to je prostor v družbi, mu zdaj postane nedosegljivo. Namesto pomoči pri vključevanju v družbo je deležen izključevanja« (Lamovec 1999: 12).

Učinkovita pomoč ljudem je tista, ki pomaga osebi, da prevzame toliko odgovornosti zase, kolikor zmore. Za to pa je treba ustvariti socialne, materialne in druge razmere, v katerih bo oseba lahko dosegla večjo celovitost in sposobnost opirati se na lastne moči. To načelo je žal v sodobni psihiatriji in v številnih terapevtskih praksah povsem zanemarjeno, saj naj bi problem izviral samo iz posameznika, kot da družba in razmere v njej nimajo nikakršnega vpliva. Treba se je zavedati, da temeljni problemi večine uporabnikov niso »fiziološke« ali »psihološke« narave, temveč nezadovoljenost temeljnih človeških potreb: po stanovanju, po delu, po pripadnosti itd., od tod pa izvirata upad samospoštovanja in slaba samopodoba. Iz tega posledično sledijo občutki obupa, depresija, anksioznost, itd. Treba se je zavedati, da vsaka kriza pomeni možnost za razrešitev problemov, ki so jo sprožili. In edina pot, ki vodi iz stiske, je skozi »simptome« k odkritju pravega problema, ki je ponavadi v temeljih sodobnega življenja.

Taka oseba predvsem potrebuje pomoč, da poišče svoje mesto v družbi, najde svoje cilje, ki se ji zdijo pomembni, in načine, kako priti do njih, ter vzpostavi zadovoljujoče, pristne in ljubeče medosebne odnose. Tako usmeritev zastopajo številne sodobne organizacije in združenja za duševno zdravje v skupnosti. Izhajajo iz stališča, da je treba urejati stiske tam, kjer so nastale: v družini, v šoli, na delovnem mestu, v partnerstvu, v skupnosti... Zavračajo psihiatrizacijo življenja, nepotrebno medikalizacijo in psihiatrično enostransko ter pogosto nasilno obravnavo »bolnikov«, ki povzroči več problemov, kot jih reši. Prizadevajo si odpraviti stigmatizacijo, ki jo povzroči prej omenjeno obravnavanje, saj je ta hujša kot kriza sama. Stigmatizacija je tista, ki posamezniku zapre pot do možnosti ponovnega vključevanja v družbo in enakovrednega prostora v njej ter tako velikokrat uniči življenje.

Danes poznamo alternativne organizacije, ki jih vodijo uporabniki in prostovoljci, kakršne so Altra, Šent, Ozara, Novi paradoks, Vezi, Muza, DAM, Humana itd. Te organizacije v psihosocialnem pogledu dopolnjujejo psihiatrično obravnavo. Njihova ideologija in hkrati načelo je ideja samopomoči oziroma vzajemne pomoči, kjer posameznik v nekem času lahko pomoč daje, drugič pa jo prejema. Osnovna ideja je, da lahko le nekdo, ki je sam doživel tako izkušnjo, pristopi k sočloveku v stiski na isti ravni, ne da bi ga »klasificiral« in »strokovno obravnaval«. Mnogi menijo, da je premagovanje osebnostnega razcepa in doseganje enovitosti, notranjega sozvočja telesa, uma in duha danes ena najpomembnejših nalog človeka visoko razvite družbe, če le-ta hoče preživeti. Pomembno je tudi, da posamezniku ne jemljemo njegove bolečine, obupa, jeze in podobnih sodobno označenih »negativnih« čustev. Čeprav ta niso prijetna, pelje pot iz krize le skozi njih, zato je treba ljudem pomagati pri soočenju z njimi, ne pa jim dajati prazno tolažbo in nerazumne napatke, ali še huje, čustva utopiti v tabletah.

Na kratko, psihičnih pojavov torej ne smemo proučevati izolirano. Posameznika moramo proučevati v širšem kontekstu, ki vključuje vse tisto okolje, ki pomembno vpliva nanj. Le tako bomo lahko začeli razumeti fenomen, ki je danes tako pogost in ga imenujemo »duševne motnje«.

9. Sklep

Poskušali smo raziskati strukture in mehanizme delovanja sodobnih visoko razvitih družb ter ugotavljali, kako le-te vplivajo na sodobnega posameznika in novodobni razširjeni fenomen »duševnih motenj«.

Poglavitne značilnosti sodobnih »družb tveganja« lahko označimo kot: razpad tradicije in tradicionalne etike, skupnostnih norm in vrednot, skupnosti in pripadnosti, prisilno individualizacijo, navidezno neomejeno svobodo, nastop kontradiktornih »strokovnih vednosti«, preobilje možnosti in prisilno izbiro, nastop obče krize smisla, kronične osamljenosti, stresa, večne negotovosti in anksioznosti. Vodilno gibalno sodobnih družb so tehnokratska in birokratska racionalnost ter potrošništvo in oglaševalska industrija, te pa se manifestirajo v vseh sferah družbenega in zasebnega življenja, kot so organizacija dela, struktura družine, v medsebojnih odnosih in partnerstvih. Daljnosežne posledice na konstrukt osebnosti ali jaza sodobnega posameznika pa ima tudi sodobna tehnološka družba. Sodobni tip osebnosti je nestabilen, nekonsistenten, fragmentiran in zmeden. To ni nič čudnega glede na to, da mora bivati v družbi brez jasnih vodil in smernic, prepuščen sam sebi in nešteto možnostim, z družbeno zahtevo po nenehnem prilagajanju nenehnim spremembam. Od tod pa naj bi izvirale tudi sodobne duševne motnje.

Prvi problem pri obravnavi duševnih motenj je sama definicija. Postavlja se vprašanje, kaj je »normalno« in »zdravo«. Kdo je dovolj kompetenten, da to določa? Stroka? Oblast? Farmakološka industrija? Kot smo videli, so še vedno prisotne zastarele in neprimerne psihiatrične in psihološke dogme o duševnih motnjah, čeprav se položaj spreminja. Duševna motnja ni le neko notranje, biokemično, fiziološko ali psihološko neravnovesje ali motnja, in ni neodvisna od zunanjih dejavnikov. Nasprotno, zunanji dejavniki so eden poglavitnih vzrokov za nastanek sodobnih duševnih stisk ali motenj. Sodobne obravnave tovrstnih težav so usmerile pozornost na kulturni in psihološki konflikt tehnološke civilizacije kot temelja novodobnih nevroz in ponazorile, kako se ta konflikt na različnih področjih našega vsakdanjega življenja kaže v specifičnih stilih nevroz in celo psihoz (npr. v shizofreniji).

Tehnološka družba pa hodi z roko v roki (je komplementarna) z novodobno nevروفarmakološko industrijo. Le-ta »popravlja« in »nevtralizira« negativne posledice, ki jih tehnološka družba kreira v notranjosti sodobnega posameznika. Različne statistike

razvitih držav (primer Slovenije in skandinavskih držav) jasno ponazarjajo letno rast porabe raznih psihofarmakov, predvsem antidepresivov. Treba se je vprašati, ali naraščanje porabe psihofarmakov dejansko ponazarja čedalje slabše duševno stanje in povečevanje duševnih motenj v sodobnih razvitih družbah ali odraža samo čedalje hujše "etiketiranje" vseh družbeno nezaželenih občutij in vedenj kot motenj ter posledično farmakološke pritiske "zdravljenja" le-teh. Postavlja pa se tudi vprašanje, ali prihaja morebiti do »uravnavanja« vedenja in doživljanja sodobnih posameznikov s strani oblasti, ki vidi v psihofarmakih »quick fix« rešitev za obče družbene probleme in nezadovoljstvo. Res je, da psihofarmaki dejansko močno ublažijo krizo in da mnogi brez njih ne bi zlezli na zeleno vejo. Vprašanje pa je, ali bi ljudje sploh imeli toliko »kriz« in posledično nujno zdravljenje s psihofarmaki, če bi živeli v drugačni, »človeku bolj prijazni« družbi?

Vzroki sodobnih duševnih stisk pa po mojem mnenju niso le v samem načinu sodobnega bivanja (hiter tempo življenja, nenehno spreminjajoča se sedanost, večna negotovost glede vsakega delčka našega življenja, prepuščenost samemu sebi itd.), temveč v vsiljenih filozofijah in prepričanjih sodobnega časa oziroma v prisilni optimizaciji. Prisilna optimizacija je današnji vseobsegajoči in povsod prisotni pretirani in nerealni medijsko, potrošniško in oglaševalsko vsiljeni ideal - predstava o tem, kakšni bi morali biti mi sami, o našem življenju, naših pričakovanjih in željah glede lastne podobe, prijateljev, partnerja, družbenega položaja, življenjskega stila, službe, smisla itd. Ker je to (praktično) nedosegljiv ideal, je večina sodobnih ljudi nenehno pod stresom zaradi občutkov neuspeha in nedohajanja vseh teh družbenih zahtev in pričakovanj, kar se sčasoma pokaže v številnih sodobnih oblikah duševnih motenj. Problematično pa se mi zdi tudi novodobno prepričanje, pričakovanje in mišljenje, da je naša edina naloga na tem svetu nenehno ukvarjanje s samim seboj (egocentričnost) in smisel življenja nenehno iskanje absolutne sreče, zadovoljstva, zabave in izpopolnjenosti. Nobena dosedanja civilizacija ali kultura ni dojemala življenja kot eno samo zabavo in razvedrilo, danes pa smo vsi razočarani in obupani takoj, ko ne gre vse natančno tako, kot smo si zamislili, takoj ko vse in vsi ne dosežajo naših predstav, pričakovanj in želja, ki pa se nenehno spreminjajo. Pri vsem tem pa izgubljam medčloveške vrednote, edine, ki nas lahko stabilizirajo, zadovoljijo in osrečijo ter nam dajo smisel in notranji mir. To pa je po

mojem mnenju bistven problem sodobnega posameznika in temeljni vzrok sodobnega zelo razširjenega pojava nezadovoljstva in raznovrstnih duševnih motenj.

Lahko povzamemo, da so vse življenjske ravni v sedanji moderni zašle v krizo. Čas se izteka. Treba je ponovno premisliti o občih skupnih moralnih načelih oziroma o možnosti univerzalne humanistične morale sodobnega časa – časa tehnološke dominacije – in vzpostaviti ponovni diskurz o etičnih vidikih postmoderne družbe, kjer bi bil poudarek na zavračanju relativiziranja etičnih vprašanj in družbenega smisla. Obstaja kar nekaj projektov, ki delujejo na tem področju in katerih cilj je najti rešitev iz te družbene in identitetne nočne more. Naj omenimo enega izmed njih, Bertelsmannov sklad. To je operativna, konceptualno delujoča ustanova, ki je pripravila projekt Duhovna orientacija. Ta projekt išče rešitve za krizo moderne družbe, predvsem za izgubo orientacije, ki je povezana s spreminjanjem vrednot in izgubo smisla (glej Adam v Berger in Luckmann 1999: 74).

Ustrezno družbeno delovanje je lahko le moralno delovanje, kjer sta prisotna sočutje, solidarnost in zavest o medsebojni odvisnosti ljudi. »Skrb za druge« bi morala biti najpomembnejša univerzalna vrlina in vrednota. Skrb, ki je vzajemno koristna in medsebojno dobrodejna ter zato pristen vir zadovoljstva, pomirjenosti, smisla in sreče. Če želimo kljubovati fragmentirajočim in razosebljajočim težnjam tehnološke družbe, nam ne sme biti vseeno za druge, temveč bomo morali ponovno začeti skrbeti drug za drugega. Sodobna miselnost in poudarjanje, da štejejo le interesi, egoistični motivi in lastne koristi za vsako ceno, se bo preprosto morala spremeniti, če bomo hoteli živeti v vsaj relativno »zdravi« družbi.

10. SEZNAM LITERATURE IN VIROV

10.1. Monografije:

- Bauman, Zygmunt (2006): *Liquid Fear*. Cambridge: Polity Press.
- Bauman, Zygmunt (2003): *Liquid love: on the frailty of human bonds*. Cambridge: Polity Press.
- Bauman, Zygmunt (2002): *Tekoča moderna*. Ljubljana: Založba/*cf.
- Beck, Ulrich (2001): *Družba tveganja : na poti v neko drugo moderno*. Ljubljana: Krtina.
- Beck, Ulrich (2003): *Kaj je globalizacija? : zmote globalizma - odgovori na globalizacijo*. Ljubljana: Krtina.
- Beck, Ulrich (1999): *World Risk Society*. Cambridge: Polity Press.
- Beck, Ulrich in Elisabeth Beck-Gernsheim (2006): *Popolnoma normalni kaos ljubezni*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Berger, L. Peter in Thomas Luckmann (1999): *Modernost, pluralizem in kriza smisla : orientacija modernega človeka*. Ljubljana: Nova revija.
- Bernik, Ivan (1997): *Dvojno odčaranje politike : sedem socioloških razprav o nastajanju postsocialističnih družb*. Fakulteta za družbene vede, Ljubljana.
- Borgmann, Albert (1993): *Crossing the Postmodern Divide*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Campbell, Colin (2001): *Romantična etika in duh sodobnega porabništva*. Ljubljana: Studia Humanitatis.
- Campbell, Eileen (1994): *Body, mind & spirit : a dictionary of New Age ideas, people, places, and terms*. Boston: C. E. Tuttle.
- Draksler, Katja (2001): *Spolna struktura uporabe psihofarmakoloških sredstev: diplomsko delo*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Ettore, Elizabeth in Elianne Riska (1995): *Gendered moods : psychotropics and society*. London: Routledge.
- Fukuyama, Francis (2002): *Our Posthuman Future : Cosequences of the Biotechnology Revolution*. London: Profile Books Ltd.

- Giddens, Anthony (1991): *Modernity and Self-identity : Self and Society in the Late Modern Age*. California: Stanford University Press.
- Giddens, Anthony (1995): *Politics, sociology and social theory : encounters with classical and contemporary social thought*. Cambridge: Polity Press.
- Giddens, Anthony in Scott Lash (1994): *Reflexive modernization : politics, tradition and aesthetics in the modern social order*. Cambridge: Polity Press.
- Giddens, Anthony (2002): *Runaway world : how globalisation is reshaping our lives*. London: Profile Books Ltd.
- Giddens, Anthony (2000): *Tretja pot : prenova socialne demokracije*. Ljubljana: ORBIS d.o.o.
- Hanžek, Matjaž (1998): *POROČILO O ČLOVEKOVEM RAZVOJU – Slovenija 1998*. Ljubljana: Urad za makroekonomske analize in razvoj.
- Held, David, McGrew, Anthony, Goldblatt, David in Jonathan Perraton (1999): *Global transformations : politics, economics and culture*. Cambridge: Polity Press.
- Horney, Karen (1937): *The Neurotic Personality of Our Time*. New York: Norton.
- Kobal-Grum, Darja (2003): *Bivanja samopodobe*. Ljubljana: I2.
- Kundera, Milan (2006): *Neznosna lahkost bivanja*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Lamovec, Tanja (1999): *Kako misliti drugačnost*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
- Salecl, Renata (2004): *On Anxiety*. London: Routledge.
- Selič, Polona (1999): *Psihologija bolezni našega časa*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
- Stankovič, Peter (2001): *Družbena struktura in človekovo delovanje: kaj prinaša sinteza dveh pristopov sociološki teoriji?*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
- Stein, R. Maurice, Vidich, J. Arthur in David Manning-White (1962): *Identity and anxiety : survival of the person in mass society*. Glencoe: The Free Press.
- Stivers, Richard (2004): *Shades of loneliness : pathologies of a technological society*. Lenham: Rowman & Littlefield.
- Strydom, Piet (2002): *Risk, environment, and society : ongoing debates, current issues, and future prospects*. Buckingham: Open University Press.

- Ule, Mirjana (2003): *Spregledana razmerja : o družbenih vidikih sodobne medicine*. Maribor: Založba ARISTEJ d.o.o.

10.2. Revije in drugo:

- Hanžek, Matjaž (1997): Kazalci družbenega razvoja Slovenije. *IB revija* 31(½), 43–63.

- Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije (1996): *AMBULANTNO PREDPISOVANJE ZDRAVIL V SLOVENIJI PO ATC KLASIFIKACIJI V LETU 1996*. Ljubljana.

- Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije (1997): *AMBULANTNO PREDPISOVANJE ZDRAVIL V SLOVENIJI PO ATC KLASIFIKACIJI V LETU 1997*. Ljubljana.

- Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije (1998): *AMBULANTNO PREDPISOVANJE ZDRAVIL V SLOVENIJI PO ATC KLASIFIKACIJI V LETU 1998*. Ljubljana.

- Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije (1999): *AMBULANTNO PREDPISOVANJE ZDRAVIL V SLOVENIJI PO ATC KLASIFIKACIJI V LETU 1999*. Ljubljana.

- Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije (2000): *AMBULANTNO PREDPISOVANJE ZDRAVIL V SLOVENIJI PO ATC KLASIFIKACIJI V LETU 2000*. Ljubljana.

- Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije (2001): *AMBULANTNO PREDPISOVANJE ZDRAVIL V SLOVENIJI PO ATC KLASIFIKACIJI V LETU 2001*. Ljubljana.

- Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije (2002): *AMBULANTNO PREDPISOVANJE ZDRAVIL V SLOVENIJI PO ATC KLASIFIKACIJI V LETU 2002*. Ljubljana.

- Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije (2003): *AMBULANTNO PREDPISOVANJE ZDRAVIL V SLOVENIJI PO ATC KLASIFIKACIJI V LETU 2003*. Ljubljana.

- Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije (2004): *AMBULANTNO PREDPISOVANJE ZDRAVIL V SLOVENIJI PO ATC KLASIFIKACIJI V LETU 2004*. Ljubljana.

- Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije (2005): *AMBULANTNO PREDPISOVANJE ZDRAVIL V SLOVENIJI PO ATC KLASIFIKACIJI V LETU 2005*. Ljubljana.
- Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije (2006): *AMBULANTNO PREDPISOVANJE ZDRAVIL V SLOVENIJI PO ATC KLASIFIKACIJI V LETU 2006*. Ljubljana.
- Lebar, Nataša (2006): Motnje razpoloženja: motnje s sto obrazi. *V skrbi za vaše zdravje* (2), 2.9., 4–9.
- Miko, Klavdija (2007): Ne nosite v razmerje vse freudovske navlake. *Ona* 9(5), 6.2., 16–19.
- Renner, Tanja (1998): Identitete in porabništvo – stara pravila, nove igre. *Časopis za kritiko znanosti* 26(189), 13–19.
- Renner, Tanja (2000): Teze k Utopistilam : o svobodi in negotovosti je bil objavljen. *Časopis za kritiko znanosti* 28(198/199), 149–155.

10.3. Viri s spleta:

Canadian mental health association (2007): *Understanding mental illness*. Dostopno na http://www.cmha.ca/bins/content_page.asp?cid=3 (12. september 2007).

Cvathe, Vanesa (1999): »*very private...*« Dostopno na <http://www.glu-sg.si/veryprivate/veryprivatevanesatext.htm> (13. januar 2007).

Društvo DAM (2007): *Anksiozne motnje*. Dostopno na http://www.nebojse.si/portal/index.php?option=com_content&task=blogcategory&id=23&Itemid=38 (27. oktober 2007).

Ferkulj, Tanja (2006): *Nevarna lepota vrtov modernih normativnih diskurzov*. Dostopno na <http://www.zzsp.org/revija/2006/06-3-323-340.pdf> (15. avgust 2007).

Inštitut za varovanje zdravja (2006): *Brošura – zakaj molčimo?* Dostopno na <http://www.ivz.si/index.php?akcija=novica&n=658> (3. oktober 2007).

Konec-Jurčič, Nuša (2007): *Kako spreminjati misli, čustva in vedenje?* Dostopno na <http://www.zzv-ce.si/searchtopic.asp?id=452> (20. oktober 2007).

MedicineNet (2004): *Mental Illness*. Dostopno na <http://www.medicinenet.com/script/main/art.asp?articlekey=21466> (27. september 2007).

- Mind (2007): *Understanding mental illness*. Dostopno na http://www.mind.org.uk/Information/Booklets/Understanding/Understanding+mental+illness.htm#What_forms_can_mental_distress_take (22. oktober 2007).
- Mood Disorders Society of Canada (2007): *Understanding Mood Disorders*. Dostopno na <http://www.mooddisorderscanada.ca/depression/index.htm> (16. oktober 2007).
- NOMESCO (2007): *Medicines Consumption in the Nordic Countries 1999-2003*. Dostopno na <http://www.nom-nos.dk/NOMESCO.HTM> (17. november 2007).
- Nucci, Larry (1997): *Psychology and educational practice: Character Formation: The Moral Self*. Dostopno na <http://tigger.uic.edu/~lnucci/MoralEd/articles/nuccimoraldev.html> (4. julij 2007).
- Ozara Slovenija (2007): *Vse več mladih se sooča z duševno stisko*. Dostopno na <http://www.ozara.org/index.php?id=121> (17. avgust 2007).
- Seibt, Matthias (2007): *Kako se odvaditi psihiatričnih zdravil?* Dostopno na http://www.altra.si/index.php?option=com_content&task=view&id=20&Itemid=35 (24. september 2007).
- Rener, Tanja (1998): *Sociopatologije vsakdanjosti: Anorexia nervosa*. Dostopno na <http://dk.fdv.uni-lj.si/dr/dr27-28Rener.PDF> (28. oktober 2007).
- Rethink (2006): *What causes mental illness?* Dostopno na http://www.rethink.org/about_mental_illness/what_causes_mental_illness/index.html (4. september 2007).
- Stanford Encyclopedia of Philosophy (2001): *Mental Illness*. Dostopno na <http://plato.stanford.edu/entries/mental-illness/> (15. september 2007).
- Stevens, Lawrence (1999): *Does Mental Illness Exist?* Dostopno na <http://www.antipsychiatry.org/exist.htm> (7. oktober 2007).
- Štampihar, Mare (2005): *O identiteti v času »tekoče moderne«: Tečaj intelektualne samoobrambe*. Dostopno na <http://www.metelkova.org/gromka/readtext.php?readtext=51> (9. september 2007).
- Ule, Mirjana (2004): *Družbene konstrukcije zdravja in bolezni: Zakaj bolniki obtožujejo sami sebe?* Dostopno na http://prireditve.sent-si.org/ZBORNIK_KONFERENCE_IZOBRAZEVANJE_ZA_SPREMEMBO.pdf (3. oktober 2007).
- Valery, Paul (2006): *Crisis of the Mind (prvo pismo)*. Dostopno na <http://www.pozitivke.net/article.php?story=20060827212656126&query=Paul%2BValery> (6. september 2007).

Valery, Paul (2006): *Crisis of the Mind (second letter)*. Dostopno na <http://www.historyguide.org/europe/valery.html> (28. oktober 2007).

WebMD (2006): *Mental Health; Causes of Mental Illness?* Dostopno na <http://www.webmd.com/anxiety-panic/mental-health-causes-mental-illness> (5. oktober 2007).

Wikipedia, the free encyclopedia (2007): *Mental disorder*. Dostopno na http://en.wikipedia.org/wiki/Mental_illness (15. oktober 2007).

Wilinski, Eric (2007): *Is mental illness real?* Dostopno na <http://panicanddepression.blogspot.com/2007/08/is-mental-illness-real.html> (14. september 2007).

Wilinski, Eric (2007): *On modern life, anxiety, and depression*. Dostopno na <http://panicanddepression.blogspot.com/2007/06/on-postmodern-society-20-and-its-effect.html> (22. avgust 2007).

Žnuderl, Matej (2007): *Frustracija, stres in kriza*. Dostopno na <http://www.tosemjaz.net/si/clanki/522/detail.html> (3. november 2007).

10.4. Videogradivo:

Grdina, Rožana (2007): *Izgorelost - velik problem sodobnega sveta*. Dostopno na http://www.s12.si/component/option,com_seyret/Itemid,62/task,videodirectlink/id,80 (28. november 2007).

Leskovar, Nina (2007): *Moja samopodoba*. Dostopno na http://www.s12.si/component/option,com_seyret/Itemid,62/task,videodirectlink/id,97 (28. november 2007).

Nester-Page, Nancy (2007): *Zdravljenje s sočutjem*. Dostopno na http://www.s12.si/index.php?option=com_seyret&task=videodirectlink&id=107 (28. november 2007).

Page, Ken (2007): *Zdravljenje na celični ravni*. Dostopno na http://www.s12.si/component/option,com_seyret/Itemid,61/task,videodirectlink/id,104 (29. november 2007).

Trtnik, Boštjan (2007): *Odnosi*. Dostopno na http://www.s12.si/component/option,com_seyret/Itemid,62/task,videodirectlink/id,40 (29. november 2007).