

## **Nova pomoć stručnjacima koji se bave duševnim zdravljem: Dr. William Glasser i članovi Instituta Williama Glassera**

Trenutačno su rijetki stručnjaci koji smatraju da je duševno zdravlje entitet potpuno odvojen od onog što psihijatrijski krug naziva duševnom bolešću. Predlažem da razmotre mogućnost da svoje klijente poduče duševnom zdravlju, a da se ne pozivaju na duševnu bolest. Prema našem iskustvu, kad se usredotočimo na duševno zdravlje postićemo bolje uspjehe s klijentima i to nam pomaže da razvijemo svoju praksu.

Opća je praksa danas da se slijedi medicinski model, model bolesti, koji nikad ne spominje zdravlje. Koristeći taj model, ljudima koji imaju psihičke simptome poput depresije ili anksioznosti dijagnosticira se duševna bolest ili poremećaj u mozgu, te im stručnjaci za duševno zdravlje kažu da je njihov simptom(i) izazvan patologijom u njihovom mozgu. Ako su ti stručnjaci za duševno zdravlje psihijatri, oni će svojim pacijentima objasniti da je ta patologija neurološka smetnja i prepisat će lijekove za mozak kako bi ju otklonili.

Iako su mnogi psihijatri osposobljeni za psihoterapiju i savjetovanje, rijetko nude tu alternativu. Uvjeravaju klijente i njihove obitelji da su lijekovi ono što pacijentu treba, jer se podrazumijeva da si sami ne mogu pomoći.

Osim u dvije sjedinjene (američke, op. prev.) države gdje psiholozi to smiju, nijedna druga profesija ne smije prepisivati lijekove. Mnogi od vas će dijagnosticirati svoje klijente kao mentalno bolesne, ili s poremećajima rada mozga, čak se složiti s psihijatrima da klijenti pate od neke patologije mozga, no umjesto medikamenata ponudit ćete psihoterapiju ili savjetovanje.

Većina vas će objasniti svojim klijentima da će im savjetovanje ili psihoterapija koju nudite pomoći jednako ili čak bolje da poboljšaju svoj brak, postanu bolji roditelji ili riješe neki drugi psihički problem, nego lijekovi za mozak. Ponekad će neki od vas surađivati s psihijatrom ili čak s liječnikom opće medicine koji smije prepisati lijekove, tako da vaši klijenti dobiju ono što vjerujete da je najbolje od oba pristupa.

U tom trenutku klijent ili članovi njegove obitelji nemaju jasnu ideju što bi točno trebalo napraviti. Pitaju se što je bolje, lijekovi ili savjetovanje, ili bi trebali prihvatiti oboje.

Budući da većina klijenata brine o cijeni, trajanju liječenja, te u slučaju lijekova o njihovoj sigurnosti, mogu također pitati postoje li drugi pristupi koji su djelotvorni, jeftiniji i koji možda uključuju manji rizik. Također možda žele saznati postoji li nešto što mogu sami učiniti, oni i članovi njihovih obitelji, da si pomognu.

Dok traže odgovore, stručnjak koji je naučio poučavati duševno zdravlje kao entitet odvojen od duševne bolesti moći će odgovoriti na mnoga od tih pitanja.

Oni koji prakticiraju medicinski model kako bi dijagnosticirali duševnu bolest ili poremećaj rada mozga uopće nemaju mogućnost dokazivanja patologije koja je specifičnija od neurološke disfunkcije. Ukoliko se ta ili bilo koja druga patologija ne može otkriti, medicinski model se urušava. Usprkos mnogim istraživanjima, do sad nije pronađena specifična patologija.

Postoji samo slab argument koji još treba dokazati, da simptomi koji su nabrojani u DSM-IV\* ne bi mogli postojati bez patologije. DSM-IV je izvrstan primjer opće prakse nespretne znanosti.

(\***DSM-IV**: dijagnostički i statistički priručnik mentalnih poremećaja – četvrto izdanje. Objavilo ga je Društvo američkih psihijatarata, Washington D.C., 1994. godine. Predstavlja glavni dijagnostički izvor stručnjacima koji se bave mentalnim zadržljem u Sjedinjenim američkim državama, op.prev.).

Ako medicinski model nije dobar što onda izaziva patnju tolikih ljudi koji pokazuju široku lepezu psihičkih simptoma? Očegledno je da ljudi mogu patiti od teških psihičkih simptoma bez patologije mozga. Polovica ljudi koji se vjenčaju se razvodi, a za mnoge je to iskustvo s najviše simptoma u njihovom životu. Ipak, ne možemo tako rastegnuti maštu da bi vjerovali da je patologija mozga uzrok tolikih razvoda brakova.

Mi poučavamo da se stručnjaci za duševno zdravlje trebaju usredotočiti na nesreću umjesto na patologiju, jer je svatko tko sam odlazi ili ga vode takvom stručnjaku ozbiljno nesretan.

U najvećem broju slučajeva nesretni su jer ne mogu biti onako dobro s važnim ljudima u svom životu kako bi željeli biti. Savjetovanje se usredotočuje na taj problem, jer su dobri odnosi srž duševnog zdravlja. Problem s nesrećom je što djeluje tako prozaično. Nema snagu bolesti ili poremećaja kojima bi se opravdalo prepisivanje skupih lijekova za mozak.

Ključ za uspješan tretman nesretnih ljudi sa simptomima je da se skupi medicinski model zamijeni s mnog djelotvornijim, jeftinijim modelom javnog zdravstva koji se fokusira na poboljšanje odnosa kroz obrazovanje. Detaljno opisujem taj model u mojoj zadnjoj publikaciji *Duševno zdravlje kao problem javnog zdravstva*. U bibliografiji te kratke brošure nalaze se iscrpni znanstveni dokazi koji potvrđuju sve što tvrdim u ovom tekstu.

Naša je misija da snizimo cijenu stjecanja duševnog zdravlja, stoga da bi dobili primjerak te nove brošure, trebate kontaktirati Institut Williama Glassera i mi ćemo vam ju poslati.

Ako želite više primjeraka, poslat ćemo Vam ih po cijeni od 1 dolara za primjerak.

Još važnije, ako imate grupu ljudi koja je zainteresirana da nauči više, spremni smo vas povezati s instruktorom Instituta, koji vam može prezentirati ideje o duševnom zdravlju iz brošure. Ako želite sudjelovati, nazovite 818 700 8000 i tražite Lindu Harshman.

prevela Jagoda Tonšić-Krema, travanj 2006.