

Mag. Miran Možina

ŠTUDENT PSIHOTERAPIJE NAJ BO!¹

Podatki o avtorju: mag. Miran Možina, dr. med., psihiater in psihoterapevt, vodja projekta Fakultetni študij psihoterapije in študij propedevtike na Slovenskem inštitutu za psihoterapijo

V aprilski številki *Ampak* leta 2006 je bil objavljen intervju Janka Bohaka z rektorjem privatne Univerze Sigmunda Freuda (USF) iz Dunaja (www.sfu.ac.at) prof. dr. Alfredom Pritzem. Kot prvi na svetu so jeseni 2005 odprli možnost študija psihoterapije takoj po maturi po sodobnem bolonjskem tristopenjskem programu (tri leta prva, dve leti druga, dve leti tretja stopnja) in pod isto streho ponudili veliko različnih psihoterapevtskih pristopov (npr. psihoanalizo, sistemski družinski pristop, geštalt, logoterapijo, transakcijsko analizo idr.). Glavni povod za objavo intervjuja je bil začetek fakultetnega študija psihoterapije v sodelovanju z USF v Sloveniji oktobra 2006, ki smo ga takrat navezali na študij propedevtike v okviru Slovenske krovne zveze za psihoterapijo. V tem članku podajam nekaj utrinkov, ki niso samo informativni, ampak posredujejo tudi nekaj duha našega projekta.

Odločil sem se, da bo prikaz osebni, saj je to največji in najzahtevnejši projekt, ki sem ga do zdaj vodil v življenju, tako da se v njem temeljito brusim tudi kot oseba ne samo kot strokovnjak. Ko sem se jeseni 2005 praktično brez pomišljanja odločil za ta veliki izziv, mi je prof. Pritz v svojem značilnem navihanem in hkrati resnem tonu dejal: »Miran, to ni projekt, s katerim boš postal priljubljen. To bo trening asertivnosti, saj se boš moral neprestano soočiti tudi z bolj ali manj odkritim nasprotovanjem.« Prav je imel. Bilo je in še vedno je precej bolj zahtevno, kot sem si predstavljal na začetku, a mi ni žal, kljub temu da sem lani spomladi doživel nekajmesečno najhujšo krizo v svojem življenju. Poleti 2006 sem za revijo *Dialogi* napisal članek *Slovenska psihoterapija na prelomnici*, kjer sem med drugim poln začetnega entuziazma predstavil tudi projekt fakultetnega študija psihoterapije. Lani spomladi pa se mi je utrnila misel – ne vem, če je slovenska psihoterapija v zadnjih letih doživela prelomnico, vsekakor sem jo pa jaz. In to tako, da v mojem življenju ni nič več tako, kot je bilo prej.

In kaj je drugače? Postal sem bolj miren, bolj sam svoj in hkrati bolj povezan z ljudmi, ki me imajo radi oz. so mi naklonjeni, s katerimi lahko dobro sodelujem in se tudi družim. Prijeten trenutek mirne izpolnjenosti in ponosa sem doživel pred kratkim, 23. maja na Dunaju, ko je prvih sedem študentk in en študent psihoterapije diplomiralo na USF, saj so uspešno opravili diplomski izpit na prvi stopnji. Pridobili so naziv bakalavreus oz. bakalavrea psihoterapevtske znanosti. Vsi so najprej študirali propedevtiko in nato dopolnili svoj študij z vsebinami tretjega letnika.

V šolskem letu 2008/9 smo celoten projekt vpeli v novo ustanovljeni Slovenski inštitut za psihoterapijo (www.psihoterapija-institut.si). Ta trenutek je vpisanih 118 študentov (78 študentov psihoterapije v treh letnikih, od teh je 18 maturantov, in 40 študentov propedevtike

¹ Članek je bil objavljen v dvojni številki revije *Ampak* (maj, junij 2009) pod naslovom Študent **psihiatrije** naj bo! Žal sem zvedel za to napako šele potem, ko je šla revija v tisk.

Zamenjevanje psihoterapije in psihiatrije med laiki je še vedno zelo pogosto. Pred par leti je novinarka Večera prišla na Roglo na Študijske dneve Slovenske krovne zveze za psihoterapijo in nato napisala kratko poročilo pod naslovom Študijski dnevi Slovenske krovne zveze za **psihiatrijo**. Tako se vedno znova najdem na začetku, ko moram ljudem razlagati temeljne razlike med psihoterapijo, psihiatrijo in psihologijo. Naš študij psihoterapije zato utira pot v javno mnenje tudi v tem čisto temeljnem smislu razlikovanja in je pomemben za uveljavljanje psihoterapije kot samostojnega poklica in avtonomnega akademskega področja.

v dveh letnikih). Seveda kot v vseh pomagajočih poklicih prevladujejo ženske (moških je 26 - 22 na fakultetnem študiju, 4 na propedevtiki). Študij propedevtike, ki traja dve leti in je vsebinsko usklajen s prvima dvema letnikoma fakultetnega študija, je namenjen tistim, ki želijo po njem nadaljevati s specialnim študijem psihoterapije v določenem psihoterapevtskem pristopu po neakademski poti v raznih društvih in inštitutih. Fakultetni študentje pa izberejo enega od možnih psihoterapevtskih pristopov v tretjem letniku prve stopnje in z njim nadaljujejo na drugi. Predavanja, seminarji in vaje na fakultetnem študiju potekajo delno v Ljubljani, delno na Dunaju, iz propedevtike pa samo v Ljubljani. Za študij psihoterapije je vstopni pogoj matura, za propedevtiko pa univerzitetna izobrazba (glej tudi tabelo 1).

Ganjen na brucovanju študentov psihoterapije

7. marca letos so študentje drugega letnika pripravili brucovanje. Kot na prvem pred letom dni sem bil prijetno presenečen, kako skrbno so pripravili program. Nastopajoči so uspeli povezati šaljive z resnimi toni, skeče in trenutke, ko smo prišli v stik z zahtevnostjo našega projekta oz. šole, ki si počasi ustvarja prostor pod slovenskim soncem. Študent tretjega letnika mag. Igor Okorn je napisal *Zgodbo o šoli*, ki jo je prebral ob svečah in s katero me je prav ganil:

»Nekega hladnega jesenskega jutra so se odprla vrata stavbe, ki je spominjala na staro šolo. Vonj, ki se je širil po hodnikih, je bil takšen, kot da bi v njej še pred nedavnim kuhali šolska kosila in malice. Enak je bil občutek fanta, ki je po toliko letih ponovno sedel v zadnjo šolsko klopo. Spomnil se je, kako ga je mati pred davnimi leti pripeljala v prvi razred v prav takšno učilnico.

Poln upov in pričakovanj je fant sedel v šolsko klopo z željo, da čim prej izve in se nauči čim več. Da nadomesti vse zamujene ure, dneve in leta, ko ni mogel sedeti v teh klopeh in ni imel možnosti hoditi v takšno šolo.

Ker to ni bila čisto navadna šola. Bila je posebna šola. Fantu so se zdeli učitelji, učiteljice in učenci prav posebni. Mislil si je: 'Končno sem prišel nekam, kjer me bodo razumeli in tudi jaz bom lahko razumel njih.'

Z občudovanjem je fant gledal na tiste, za katere so mu povedali, da so se spomnili ustanoviti takšno šolo. V njegovih očeh so bili pravi heroji. Sam je pomislil: 'Res so pogumni, vztrajni, izkušeni in modri, da so se lotili tega. In toliko vedo o tem, kaj pomeni biti človek.'

Fant se je počutil neobgledenega in odločil se je, da se kar prepusti poslušanju in učenju. Vse ga je zanimalo in veliko je spraševal. Vedno bolj je spoznaval šolo, učence, učitelje in tudi tiste, ki so bili 'očetje' šole. Več je videl, bolj se je počutil del te posebne šole.

A vendarle je včasih šlo kaj tudi drugače, kot bi si fant želel. Kot da bi se za trenutek zazdelo, da ta šola sploh ni takšna, kakršno so mu obljubili in takrat je pomislil, da tudi 'očetje' šole niso tako močni, pametni in pogumni, kot se mu je zdelo na začetku.

A odločil se je, da vztraja. Vztraja tako, kot je čutil, da so vztrajali tisti, ki so se borili za to, da je ta šola nastala. Da bo pogumen in solidaren, kot so ga učili prav v tej šoli. In vedel je, da so vsi tisti, ki so vztrajali v tej šoli, iskali skupaj z njim pot do sebe, pot do človeka.

Fant je verjel, da bo prišel dan, ko bo lahko s sošolci stopil pred vse tiste, ki so skupaj z njim na tej poti in pred tiste, ki so 'očetje' te šole ter jim povedal:

'Hvala vam za to, da ste vztrajali in še vztrajate na tej poti. In naj se vam zahvalim tudi v imenu tistih, ki jih ni tukaj z nami, pa ste jim polepšali življenje. Zaradi VAŠE- NAŠE šole.'«

Igor je eden od mnogih študentov, ki me s svojo predanostjo študiju in človeško držo navdihujejo. Ob njih se krepi občutek, da sodelujemo v nečem, kar ima globok smisel. Igor je

magister gradbeništva in ko je oktobra 2006 skupaj s 70 kolegi in kolegicami prve generacije začel s študijem, je bil direktor podjetja Istrabenz Hoteli Portorož d.o.o. in je vodil prenovo in dozidavo hotela Palace. Od takrat je v njem postopno dozorela odločitev, da bo menjal poklic in se popolnoma posvetil psihoterapiji. Danes zaključuje tretji letnik in pod supervizijo že dela s pacienti. Njegovo odločitev so podprli tudi bližnji in sam pravi, da ima občutek ponovnega rojstva, saj je na gradbeništvu pristal, ker mu ni uspelo priti na medicino. Zdaj pa vidi, da tudi medicina ne bi bila tisto, kar je iskal in zdaj končno našel.

Študiraj in spremenil se boš

Igorjeva zgodba mi med drugim kaže, kaj zame pomeni šola v pravem pomenu besede. Prava šola zame ni tista, ki temelji na »študiraj in naučil se boš«, ampak na »študiraj in spremenil se boš«. Igor je opisal, da se je v treh letih študija spremenil sam, da so se spremenili kolegi in kolegice. In seveda sem se spremenil tudi sam kot učitelj in spremenili so se naši odnosi: od začetne idealizacije preko razočaranj in treznenj do bolj zrelega, enakopravnega odnosa. Seveda se ti dve temeljni usmeritvi med seboj ne izključujeta, pomembno pa je, na čem je v šoli glavni poudarek. Na zapomnjevanju vedno bolj obsežnih študijskih gradiv, tekmovalnosti, doseganju ciljev, individualizmu ali na spreminjanju samega sebe ob rednem študijskem delu v smeri večje osebne širine, odprtosti srca in sposobnosti za povezovanje jaz z mi.

Verjetno se redko kdo od tistih, ki se vpišejo v naš študij, zaveda, da se bo v letih študija najbolj spremenil on sam. V okviru zahodne miselnosti večinoma delujemo na predpostavki, da medtem ko »jaz« študira knjige, se udeležuje predavanj, se uči teorij in veščin (podobno kot lahko »jaz« prime kladivo in zabije žebelj), pri tem ostaja isti. »Jaz« uporablja znanje in orodja za to, da doseže nek cilj, ne za to, da bi se spremenil. Spremeniti se mora svet, ne pa jaz. Duhovno izročilo vzhoda pa nas opozorja na pasti egocentričnosti, na pomen prakse, vadbe same po sebi, v kateri se najbolj spreminjamo sami in ne toliko tisto, kar v praksi uporabljamo, npr. določeno tehniko in znanja. Vzhodnjaška modrost ima večji poudarek na – spremeni se in svet se bo spremenil. Npr. v zenu obstaja kup zgodb, kjer učitelji opozarjajo učence na pomen vztrajnega in rednega prakticiranja, vadenja samega. Ko učenci sprašujejo, kako doseči razsvetljenje skozi meditacijo, jim učitelji večkrat zabrusijo kaj presenetljivo preprostega, npr. vadiš lahko vsak trenutek, vadiš lahko medtem ko zajtrkuješ, pomivaš posodo, brišeš prah... Ni pomembno, kaj vadiš, ampak kako. Pomembno je, opozarjajo svoje učence, ali si pri tem, kar počneš, prisoten, čuječ, predan, skromen, vztrajen, saj le tako lahko spremeniš sebe, tako da razvijaš svojo sposobnost za stik z vsem, kar te obdaja, da presežeš svojo narcisoidnost. Psihoterapija je v tem smislu bolj podobna vzhodnjaškim duhovnim praksam, ko poudarja – spremeniš lahko le sebe.

Že kot študent sem v načelih visokošolske didaktike prebral, da šola vstane in pade z učiteljem. Torej je pomembno, da se vprašam, ali sem kot vodja projekta, ko npr. sedim na sestankih, in kot učitelj, ko predavam, demonstriram, pa tudi ko odgovarjam na stotine mejlov študentov ali ko berem njihove izpite, tam s celo dušo. Sem predan in v prvi vrsti služim študentom ali pa gre za megalomanski narcisoidni trip, za fakulteto za psihoterapijo MIRANA MOŽINE? Sem prisoten, čuječ, predan in hkrati skromen? Se moj jaz napihuje kot balon ali pa postaja bolj ekološki, bolj pretočen, kontakten in vpet v del večje zgodbe in pomemben samo toliko, kolikor je del te večje zgodbe, ki jo soustvarjam skupaj s študenti, kolegi učitelji in vsemi, ki podpirajo ta projekt?

Jasno mi je, da sem v naši psihoterapevtski šoli kot učitelj lahko zgled s svojo držo in manj z znanjem. To je itak tako pomanjkljivo, da mi ni težko priznati globoke resnice Sokratovega reka – več kot vem, manj vem. Študentje in študentke me vedno znova razgaljajo v mojem neznanju in prav je tako. Tega že dolgo ne skrivam več. Toda ali sem jim lahko s svojim omejenim znanjem vseeno v navdih? Jih lahko s svojimi predavanji, na vajah in v demonstracijah dela s pacienti ali ko sami za nekaj časa vstopijo v vlogo pacienta, prebujam v njihovi radovednosti? Torej rado-vednosti in manj vednosti? Če poleg večanja vednosti sam in moji študentje ne ostajamo radovedni, potem nam je spodletelo. In zaenkrat nam ni.

Npr. prejšnji teden sem se popoldne srečal s skupino petnajstih študentov in študentk v okviru ti. psihoterapevtske prakse na našem Centru za psihoterapijo. Najprej se eno uro skupaj pripravljamo na seanso s pacientom, nato me opazujejo pri delu, tako da spremljajo seanso v živo prek videa v drugi sobi (ki običajno traja uro, uro in pol), sledi analiza srečanja. Smo prvi v Sloveniji, ki sistematično razvijamo tako obliko psihoterapevtske prakse in študentje so navdušeni, saj terapevtsko delo res neposredno doživijo. Zaupanje, iskrenost in odprost, s katero pacienti in pacientke sodelujejo v pogovorih z menoj, se prenese na študente. Tako analize v skupini študentov in študentk po terapevtskih srečanjih niso toliko intelektualne, »iz glave«, ampak so osebne, človeško tople, »iz srca«. Sam in študentje se odpremo in spregovorimo tudi o lastnih izkušnjah, ki so zazvenele ob terapevtskem srečanju s pacienti. Tako smo se v analizi prejšnji teden spustili v vprašanja zvestobe v zakonskih oz. partnerskih odnosih, saj se je pokazalo, da pacientkin mož skače čez plot in ji poskuša to prikriti. Ker psihoterapija temelji na zaupanju med terapevtom in pacientom oz. pacienti, je seveda za terapevta zahtevno, kako postaviti mejo skrivanju in lažem, v kolikor je cilj terapije izboljšanje zakonskega oz. partnerskega odnosa. Ko mi je ob koncu srečanja študent prvega letnika prijazno pomagal pospravljati sobo, je rekel: »Kar mi je všeč pri študiju, je, da se res učimo in odkrito pogovarjamo o življenjskih stvareh. Ne trpamo v glave nekih podatkov in teorij samo zato, da bi položili izpite. Danes sem se spomnil na izkušnjo lastne ločitve, ko ženi enostavno nisem več mogel prikrivati, da sem se zaljubil v drugo in sem po obdobju skrivanja prišel s pravimi barvami na dan. Skupaj sva se potem odločila za ločitev. Terapevtsko srečanje me je kar pretreslo. Podoživel sem svoje stiske in hkrati ponos, da sem se odločil za odkritost. Zavedam se, da skrivnosti in laži v bližnjih odnosih onemogočijo intimnost. Saj ne mislim, da bi si morali biti vsi pari zvesti. Lahko se dogovorijo tudi drugače, ampak da se dva dogovorita, da je pregledno, kaj hočeta in kaj počneta. Da je možen nek demokratični fair-play... Čeprav Lenin pa ta na to ne bi pristal.«

»Kaj pa je bilo z Leninom?« sem vprašal.

»Lenin je rekel, da mu brez ljubice živeti ni. Kajti, ko nisi z ženo, ta misli, da si z ljubico, ko nisi z ljubico, ta misli, da si pri ženi, ti pa lahko v miru delaš in delaš in delaš...«

Sva se nasmejala. Bil je živ trenutek srečanja med nama ob pospravljanju, zadnje darilo študentov, ki sem ga prejel tisti dan. Seveda pa njihova darila niso vedno tako prijazna in božajoča. V zadnjih treh letih sem predvsem s prvo generacijo, ki je orala ledino in bila deležna mnogih nepričakovanih sprememb v organizaciji študija (vsebinsko je bil okvir dunajskega programa jasen in smo ga korektno in po ocenah študentov kvalitetno izvedli) s posledično veliko nejasnosti in zmede, doživel tudi veliko trenutkov dvomov, omahovanja, nezaupanja, kritičnosti. Zaupanje, ki je med nami zdaj, smo zgradili skupaj z veliko potrpežljivosti in vztrajnosti. Večkrat se mi zdi, kot da smo na Kolumbovi ladji, da plujemo skupaj v neznanu, povezani v veliki avanturi.

Spoznavaj samega sebe

Zavezanost stalnemu spodbujanju osebnega zorenja naj bi krasila vsakega psihoterapevta, saj je kot oseba svojim pacientom glavno zdravilo. Freud je učno analizo postavil za enega od treh stebrov (poleg teorije in prakse pod supervizijo) usposabljanja za terapevta. Tej tradiciji, ki jo danes bolj označujemo z besedami »osebna izkušnja« in »učna terapija«, sledimo tudi v okviru fakultetnega študija psihoterapije. Seveda je osebna izkušnja v času študija neke vrste iniciacija, po kateri naj bi terapevt razvil stil življenja, za katerega je značilna večja pripravljenost za samorazkrivanje in spoznavanje samega sebe. Ni ga poklica razen poklica psihoterapevt, v katerega izobraževanje in usposabljanje bi bilo vgrajeno spoznavanje samega sebe kot pogoj in nujni sestavni del, čeprav bi bilo kaj podobnega priporočljivo tudi za zdravnike, socialne delavce, socialne pedagoge, teologe, policiste, morda celo učitelje in še za kakšen drug poklic.

Po normativih Evropske zveze za psihoterapijo je potrebno za pridobitev Evropske diplome iz psihoterapije zbrati najmanj 250 ur osebne izkušnje. Isti obseg osebne izkušnje se predvideva v osnutku predloga zakona o psihoterapevtski dejavnosti, ki je še v pripravi na Ministrstvu za zdravje. Od tega naj bi najmanj 150 ur bilo opravljenih pri istem terapevtu, kar naj bi zagotovilo izkušnjo dovolj dolgega in kontinuiranega osebnega terapevtskega procesa. V okviru študija zagotavljamo študentom v prvem letniku 50 ur osebne izkušnje v skupini. Pomembno se nam namreč zdi, da že takoj na začetku študija študentje izkusijo ta pomembni steber psihoterapevtskega izobraževanja oz. usposabljanja in tudi na ta način preverijo, ali so izbrali pravilno poklicno pot. Za ostali del osebne izkušnje morajo študentje v nadaljevanju študija poskrbeti in tudi plačati sami.

Osebna izkušnja je predvsem na začetku za študente in študentke večkrat pretresljiva. Ena od študentk je na seminarju osebne izkušnje takole zapisala v svoj dnevnik: »Danes, ko takole zvečer sama sedim v svoji sobi in razmišljam o dogodkih preteklega dne, je v mojih spominih veliko žalosti, jeze, panike in strahu. Slike iz demonstracij osebne izkušnje, ki jih je izvajal naš učitelj, se mi kar vrstijo pred očmi... Ni in ni konca. Tako majhna skupina smo, pa toliko težkih, hudih stvari se je v njihovem otroštvu dogajalo. Le sprašujem se lahko, kako hudo so te travme zaznamovale njihovo življenje, saj jih spremljajo še danes. In o njih so spregovorili, želijo jih razrešiti. Istočasno pa so tudi nam drugim dali možnost, da smo skupaj z njimi, kot nekdo, ki podoživlja z njimi in kot nekdo, ki je vključen v proces učenja. Občudujem jih. Nosim tudi sama v sebi podobne rane in občutljivosti?

Še posebej močno se me je dotaknila demonstracija z Blaženko. 'Knedl' v grlu je kar sam od sebe postajal večji, solze so mi kar same od sebe tekale po licu. Ko sem se ozrla po svojih kolekih, se je z vsemi dogajalo nekaj podobnega. In naš učitelj je delal naprej – le kako mu uspe, da ga vse to dogajanje, ta močna čustva, ne potegnejo za sabo.«

Iz etičnega vidika je pomembno, da je osebna izkušnja študentov v krogu zaupnosti, kar pomeni, da o njej učni terapevti ne poročajo navzven, npr. učnemu osebju ali vodstvu fakultetnega študija (ti. »non-reporting« sistem). Učni terapevt izda samo potrdilo o obsegu opravljene osebne izkušnje. Po tej logiki naj bi se namreč kvaliteta osebne izkušnje kazala posredno v tem, kako študent napreduje v supervidirani praksi s pacienti. Z drugimi besedami, študentovo osebno zorenje se posredno kaže v njegovem načinu dela s pacienti. Supervizor je za razliko od učnega terapevta dolžan poročati o študentovemu napredku (ti. „reporting“ sistem). V primeru da študent v superviziji ne napreduje v skladu s študijskimi standardi, mu supervizorji lahko predlagajo: dodatni študij neke teorije, dodatno prakso pod supervizijo ali dodatno osebno izkušnjo.

Zahtevnemu novemu izzivu, kako študentom psihoterapije zagotoviti dovolj velik obseg in hkrati dobro kvaliteto osebne izkušnje, bomo slovenski psihoterapevti kos samo, v kolikor bomo povezani in v kolikor bomo dobro sodelovali. Projekt fakultetnega študija psihoterapije je klic k povezovanju in sodelovanju različnih psihoterapevtskih pristopov in izziv za razvoj pod skupno streho. Zahteva napor, da pogledamo širše, vsak preko plota svojega vrtilca, na katerem sicer rastejo krasne rože pristopa, s katerim se vsak od nas najbolj identitira.

Fakultetni študij psihoterapije na širšem ozadju slovenske psihoterapije

Psihoterapija v Sloveniji ima 40-letno zgodovino in v primerjavi z na področju psihoterapije razvitimi državami (npr. Avstrija, Nemčija, Anglija, Italija, Nizozemska itn.) močno zaostaja. To je razvidno iz kateregakoli vidika primerjave. Poglejmo si jih nekaj.

Glavno je, da primanjkuje psihoterapevtov, regionalno so velike razlike v gostoti psihoterapevtov, tako da obstajajo bele lise. Poklic psihoterapevta ni registriran, psihoterapija kot zdravstvena dejavnost, ki je ne opravljajo zdravniki, pa je bila registrirana šele pred 5 leti. Obseg psihoterapevtskih storitev je veliko premajhen glede na potrebe, slaba je dostopnost do storitev, velike so razlike v njihovi kvaliteti in ceni (večina jih poteka v okviru sive ekonomije) in za paciente ni preglednega sistema informiranja o njih. Psihoterapija je preslabo integrirana v sistem javnega zdravstva, saj jo trenutno lahko opravljajo v tem okviru samo psihiatri in klinični psihologi v veliko premajhnem obsegu glede na potrebe. Zavarovalnice ne plačujejo psihoterapevtskih storitev na tržišču (kjer ni državne koncesije). Večina psihoterapevtov, ki so končali izobraževanje po evropskih standardih in kriterijih za poklicnega psihoterapevta, ne dela na področju psihoterapije oz. delajo samo v majhnem obsegu v prostem času. Nimamo registra psihoterapevtov, supervizorjev, učiteljev, učnih terapevtov, ki bi bil pregleden, ažuren in javno dostopen. Nimamo nacionalne mreže ustanov, kjer bi potekala psihoterapevtska praksa in kjer bi edukanti psihoterapije lahko opravljali supervizirano prakso. Pravice pacientov niso zaščitene, saj npr. niso zaščiteni pred šarlatanstvom in zlorabami samooklicanih strokovnjakov, etičnega nadzora praktično ni.

V izobraževanju in usposabljanju iz psihoterapije primanjkuje domačih učiteljev. Nekateri programi izobraževanja iz psihoterapije ne upoštevajo evropskih standardov in kriterijev za poklicnega psihoterapevta. Od tistih, ki končajo izobraževanje iz psihoterapije v obstoječih programih po družtvih in inštitutih, jih premalo doseže raven poklicnega psihoterapevta, ampak prevladujejo ti. generični psihoterapevti, to so strokovnjaki z različnimi poklici, ki lahko v različnih obsegih integrirajo psihoterapevtska znanja in veščine, tako da povečajo kvaliteto svojega dela v okviru svojega poklica (npr. socialni delavec integrira psihoterapevtska znanja za izvajanje socialno varstvenih storitev, šolski psiholog za izvajanje storitev v okviru šolskih svetovalnih služb itn.). Poklicni psihoterapevt pa lahko postane samo tisti, ki opravi celotno psihoterapevtsko izobraževanje in usposabljanje po evropskih kriterijih.

Publicistična dejavnost je skromna, premalo je prevodov temeljnih del s področja psihoterapije, premalo je kvalitetnih učbenikov. Nimamo psihoterapevtske edicije. Prva slovenska strokovna in znanstvena revija *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo* (<http://marela.uni-mb.si/skzp/>) je začela izhajati šele leta 2007. Premalo je strokovnih knjižnic s psihoterapevtsko literaturo in periodiko. Premalo je kvalitetnih mednarodnih strokovnih prireditev, predvsem znanstvenih kongresov s področja psihoterapije. Raziskovanja na področju psihoterapije praktično ni. Ni fundacij, ki bi zbirale sredstva za razvoj psihoterapije (npr. za štipendije).

Ni v Sloveniji akreditiranega fakultetnega študija psihoterapije, ki bi omogočal študij psihoterapije takoj po maturi, za prvi poklic. Naš študij je zaenkrat akreditiran samo v Avstriji in v Franciji. Psihoterapija je premalo integrirana v akademski svet, saj primanjkuje univezitetnih programov iz psihoterapije. Kvalitetni strokovnjaki iz področja psihoterapije nimajo pogojev za akademske kariere.

Brez težav lahko torej ugotovimo, da je družbeni položaj psihoterapije pri nas marginalen. Javnost je premalo seznanjena s psihoterapijo in laiki npr. pogosto še vedno ne razlikujejo med psihiatrijo, psihologijo in psihoterapijo. Obisk pri psihoterapevtu je podobno kot pri psihiatru še vedno obremenjen s stigmo.

Glede na obstoječe stanje ni presenetljivo, da je projekt fakultetnega študija velik zalogaj in da vzbuja tudi razne odpore in strahove, ker vnaša veliko spremembo na zemljevid slovenske psihoterapije. Strahovi pogosto ne temeljijo na dobri informiranosti in razgledanosti, ampak prav obratno. Npr. ko smo se pred kratkim pogovarjali o študiju psihoterapije in zakonu o psihoterapevtski dejavnosti, je izkušen kolega psihoterapevt rekel, da se boji, da bo zakon o psihoterapevtski dejavnosti (osnutek pripravljamo v okviru Ministrstva za zdravje) favoriziral fakultetni študij psihoterapije, ker ga bo Ministrstvo za zdravje po sprejemu zakona financiralo in da bodo s tem izobraževanja iz psihoterapije, ki se odvijajo po društvih in inštitutih, v podrejenem položaju. Tudi ko ga je bolje informirani kolega vprašal, če je kdaj slišal, da bi Ministrstvo za zdravje financiralo študij medicine, se oblak skrbi na njegovem čelu ni razkadil.

Prof. Pritz me je že na začetku opozoril, da bo veliko nasprotovanja projektu fakultetnega študija prav s strani obstoječih društev in inštitutov različnih psihoterapevtskih pristopov, ki izvajajo neformalna izobraževanja iz psihoterapije, ker se bodo ustrašili konkurence akademske poti do psihoterapevtskega poklica. To se je zgodilo in se še dogaja v Avstriji. Pri nas prvo leto to ni bilo izrazito, saj v primerjavi z Avstrijo naša društva in inštituti, ki predstavljajo različne psihoterapevtske pristope, s svojimi programi izobraževanja ne obračajo velikih denarjev in niso tako vplivna kot avstrijska. V zadnjem letu pa je v povezavi z nasprotovanji zakonu o psihoterapevtski dejavnosti vedno bolj jasna tudi zadržanost do projekta fakultetnega študija. V besedah sicer večina izraža načelno podporo, a v dejanjih je drugače. Tako da mojega asertivnega treninga še ne bo tako kmalu konec! Pa vendar – študent psihoterapije naj bo!

Tabela 1: Osebna izkaznica projekta fakultetni študij psihoterapije in študij propedeutike

Fakultetni študij psihoterapije poteka po bolonjski shemi v treh stopnjah: triletna prva stopnja, dvoletna druga (magistrska) stopnja in dvoletna doktorska stopnja. V tretjem letu prve stopnje študenti izberejo enega od možnih psihoterapevtskih pristopov, če se odločijo za nadaljevanje študija na drugi stopnji.

Študij propedeutike, ki traja dve leti, je namenjen tistim, ki želijo po njem nadaljevati s specialnim študijem psihoterapije v določenem pristopu po neakademski poti v raznih društvih in inštitutih.

Nosilca projekta

Fakulteta za psihoterapijo Univerze Sigmunda Freuda, Dunaj in Slovenski inštitut za psihoterapijo, Ljubljana.

Vstopni pogoji

Za študij psihoterapije matura in za študij propedevtike univerzitetna izobrazba.

Potek izobraževanja

Predavanja, seminarji in vaje na fakultetnem študiju potekajo delno v Ljubljani (petki in sobote), delno na Dunaju (štirje štiridnevni sklopi letno). Predavanja iz propedevtike pa potekajo v celoti v Ljubljani (petki in sobote).

Program študija

Predavanja, seminarji, vaje

V prvo stopnjo fakultetnega študija so vključene osnove psihoterapevtske znanosti: znanstvene osnove biopsihosocialnega razvoja človeka, psihopatologija in psihosalutologija, dosežki nevroznanosti pomembni za psihoterapijo, osnove znanstveno utemeljenih psihoterapevtskih metod, idr.. Poleg tega študent pridobi znanje o raziskovalnih metodah ter pregled etičnih, pravnih, gospodarskih in splošnih družbenih okvirov. Študij propedevtike je programsko enak prvima dvema letnikoma fakultetnega študija.

Na drugi stopnji študent poglobi teoretična in klinična znanja v izbranem psihoterapevtskem pristopu in izvede raziskavo v okviru diplomske naloge.

Praksa

V psihosocialnih ustanovah z namenom, da se študenti seznanijo z različnimi oblikami psihosocialne pomoči ljudem.

Pri izkušenih psihoterapevtih pristopa, ki so ga izbrali v tretjem letniku študija, kjer so študenti najprej opazovalci, nato pa (predvsem na drugi stopnji) postopno prevzemajo vse bolj aktivno vlogo in v zadnji fazi vodijo pogovore pod supervizijo izkušenih učiteljev.

Osebna izkušnja (učna terapija, osebnostna rast, delo na sebi), v kateri študenti preizkusijo psihoterapevtske metode na lastni koži.

Pridobljeni nazivi ob zaključku študija

Prva stopnja **fakultetnega študija** se zaključi s pridobitvijo avstrijske diplome z *Bakalavreus/a* psihoterapevtske znanosti, na drugi stopnji z avstrijsko diplomo z nazivom *Magister/ra* psihoterapevtske znanosti, na tretji stopnji pa z avstrijsko diplomo z nazivom *Doktor/ica* psihoterapevtske znanosti.

Ob zaključku **propedevtike** študent ne pridobi akademskega ali kakšnega drugega naziva, zaključno potrdilo pa mu/ji omogoča nadaljevanje študija psihoterapije v določenem psihoterapevtskem pristopu.

Mag. Miran Možina

ŠE ENKRAT: ŠTUDENT PSIHOTERAPIJE NAJ BO!!²

Podatki o avtorju: mag. Miran Možina, dr. med., psihiater in psihoterapevt, vodja projekta Fakultetni študij psihoterapije in študij propedevtike na Slovenskem inštitutu za psihoterapijo

Kar močno me je razjezilo, ko sem dobil v roke prejšnjo dvojno številko revije Ampak s svojim člankom s spremenjenim naslovom: Študent psihiatrije naj bo! Namesto: Študent PSIHOTERAPIJE naj bo! Uredništvo revije je naredilo res nerodno napako, saj je spremenilo temeljno sporočilo članka, in celo ni nič preverilo, če se strinjam s tem »popravkom«. Bil sem postavljen pred dejstvo, ko sem dobil revijo v roko. Ko sem se pomiril, sem predlagal konstruktivno »maščevanje«, da mi za »poravnavo« omogočijo še en članek v novi številki in so nato prijazno pristali. Tako imam še enkrat priložnost pisati o svoji najljubši – psihoterapiji. Hvala za to.

Zamenjevanje psihoterapije in psihiatrije je v Sloveniji še vedno zelo pogosto. Npr. pred nekaj leti je novinarka Večera prišla na Roglo na Študijske dneve Slovenske krovne zveze za psihoterapijo, zdaj že tradicionalno vsakoletno srečanje slovenskih psihoterapevtov, se temeljito pogovarjala z nekaterimi udeleženci in nato napisala kratko poročilo pod naslovom Študijski dnevi Slovenske krovne zveze za *psihiatrijo*. Tako ni čudno, da me v intervjujih vedno znova vprašajo o temeljnih razlikah med psihoterapijo, psihiatrijo in psihologijo. Naš študij psihoterapije, ki sem ga na kratko predstavil v prejšnji številki revije Ampak, zato utira pot v javno mnenje tudi v tem čisto temeljnem smislu razlikovanja med poklici in je pomemben za uveljavljanje psihoterapije kot samostojnega poklica in avtonomnega akademskega področja.

Razlike med psihiatrom, psihologom in psihoterapevtom

Prvič - do teh treh poklicev vodijo različne poti izobraževanja. *Psihiater* lahko postane tisti, ki je najprej doštudiral šestletni študij medicine in potem pet let specializiral psihiatrijo. Štiriletni študij *psihologije* pri nas poteka na Oddelku za psihologijo Filozofske fakultete v Ljubljani, po zaključku pa so možne tri specializacije: štiriletna za klinično psihologijo na Medicinski fakulteti v Ljubljani, specializacija za klinično psihološko svetovanje in specializacija za šolsko psihologijo na Filozofski fakulteti. Za *psihoterapevta* pa do pred kratkim ni bilo možno študirati takoj po maturi. Ta možnost se je na svetu prvič odprla oktobra 2005 v okviru Univerze Sigmunda Freuda (USF) na Dunaju, pri nas pa v sodelovanju z USF oktobra 2006. Trenutno poteka študij v sodelovanju med USF in Slovenskim inštitutom za psihoterapijo (www.psihoterapija-institut.si) in vpisujemo že četrto generacijo študentov. Še vedno pa se največ psihoterapevtov izobražuje ob delu za drugi poklic, torej mora kandidat prej imeti visokošolsko (ali vsaj višješolsko) diplomu. Izobraževanje za *psihoterapevta* kot drugi poklic po evropskih kriterijih je po obsegu in zahtevnosti enakovredno fakultetnemu študiju, saj traja okoli sedem let: najprej ti. propedevtika oz. uvodni študij (najmanj 1350 ur, porazdeljenih v času dveh do treh let) in nato specialna edukacija iz enega od terapevtskih pristopov, npr. psihoanaliza, gestalt, sistemska terapija (najmanj 1400 ur, porazdeljenih v času najmanj 4 let).

Drugič - obstajajo pomembne razlike v fokusu dela. Če jih izostrim v enem stavku: psihiater zdravi z zdravili, klinični psiholog opravlja psihološko testiranje, psihoterapevt pa zdravi s

² Članek je bil objavljen v Možina, M. Še enkrat : študent psihoterapije naj bo!!. *Ampak (Ljubl.)*, 2009, letn. 10, št. 7/8, str. 53-54.

pogovorom. Seveda tak telegrafski opis marsičesa ne zajame, da npr. lahko tudi psihiatri in klinični psihologi pomagajo pacientom s pogovorom (psihiatrični intervju, klinično psihološko svetovanje). Vendar je dejstvo, da zdravnika lahko predpisuje le psihiater, testira pa le psiholog, medtem ko je psihoterapevt za zdravljenje s pogovorom veliko bolj usposobljen. Tudi zato, o čemer sem pisal v prejšnjem članku, namreč da mora edino študent oz. edukant psihoterapije v času svojega dolgoletnega izobraževanja in usposabljanja iti skozi proces lastne izkušnje psihoterapevtskega procesa, torej mora preizkusiti psihoterapevtske metode, ki jih bo kasneje uporabljal s pacienti, na svoji koži. Čeprav bi bilo spoznavanje samega sebe kot pogoj in nujni sestavni del dobrodošlo tudi v študiju medicine in psihologije, zaenkrat temu ni tako.

Tudi zakonsko pri nas kar se terapevtskega pogovarjanja tiče, stvari še niso dobro postavljene oz. zakonsko regulirane. Odkar je bila v sedemdesetih letih v Sloveniji psihoterapija uvedena kot subspecializacija za klinične psihologe in psihiatre, je pri nas še vedno pogosto napačno prepričanje, da so »pravi« psihoterapevti le klinični psihologi in psihiatri. Tako lahko po obstoječi regulativi v zdravstvu danes opravljajo psihoterapevtske storitve psihiatri in klinični psihologi (in so za to plačani s strani zavarovalnice) in to tudi v primeru, če nimajo celotne psihoterapevtske izobrazbe. Po drugi strani psihoterapevti s popolno psihoterapevtsko izobrazbo, ki po osnovni izobrazbi niso psihiatri ali klinični psihologi, ne morejo priti do koncesije za opravljanje psihoterapevtskih storitev. Večina slovenskih psihoterapevtov je zaposlena v svojem prvotnem poklicu, najpogosteje v pomagajočih poklicih (npr. socialni delavci, socialni in specialni pedagogi, delovni terapevti, psihologi, psihiatri) pa tudi v številnih drugih poklicih (npr. teologi, sociologi, andragogi, pravniki, učitelji, ekonomisti, inženirji). Visoki standardi psihoterapevtskega poklica so večkrat v nasprotju s prakso t.i. samooklicanih psihoterapevtov, ki nimajo ustrezne edukacije pa kljub temu ponujajo storitve pod nazivom psihoterapija. Zaradi odsotnosti zakona, ki bi ustrezno urejal področje psihoterapevtske dejavnosti, izobraževanja in poklica, se veliko dogaja na črnem trgu.

Pomembno je torej, da zakonsko uredimo področje ti. specialistične, poklicne psihoterapije in ga jasno razmejimo od ti. generične psihoterapije. Strokovnjaki z različnimi poklici lahko v različnih obsegih integrirajo psihoterapevtska znanja in veščine, tako da povečajo kvaliteto svojega dela v okviru svojega poklica (npr. socialni delavec integrira psihoterapevtska znanja za izvajanje socialno varstvenih storitev, šolski psiholog za izvajanje storitev v okviru šolskih svetovalnih služb itn.). To je generična psihoterapija. Poklicni psihoterapevt pa lahko postane samo tisti, ki opravi celotno psihoterapevtsko izobraževanje in usposabljanje po evropskih kriterijih.

V Sloveniji je ta trenutek okoli 200 ljudi s poklicno identiteto psihoterapevta. Ker nimamo nacionalnega registra psihoterapevtov, so možne le približne ocene. Poleg tega je večina terapevtov zaposlenih v svojem prvotnem poklicu, npr. kot (klinični) psihologi, psihiatri, socialni delavci, pedagogi in imajo zelo različne možnosti za psihoterapevtsko delo. Običajno posvečajo psihoterapiji samo manjši del svojega delovnega časa ali pa le del svojega prostega časa. To pomeni, da pri večini psihoterapevtsko izobraževanje in usposabljanje izboljša njihovo strokovno kompetenco v njihovih primarnih poklicih.

Premajhno število poklicnih psihoterapevtov je v Sloveniji eden največjih problemov. Po najstrožjih evropskih ocenah bi naj psihoterapevtske storitve nujno potrebovalo 5% prebivalstva, nekoliko manj nujno pa do 20%. Če vzamemo 5% od 2 milijonov Slovencev, je to 100.000 ljudi, ki bi potrebovali psihoterapijo. Če upoštevamo, da lahko en psihoterapevt s polnim delovnim časom obravnava 15 do 30 pacientov, odvisno od njegovega

psihoterapevtskega pristopa in odločitve za visoko ali nizko frekvenčno obravnavo, bi v Sloveniji potrebovali okoli 5000 psihoterapevtov, ki bi ves svoj delovni čas posvečali psihoterapiji. Tudi zato je pomemben fakultetni študij psihoterapije, saj bo pomagal zapolniti to veliko vrzel.

Psihoterapevtsko zdravljenje s pogovorom je v veliki meri zdravljenje z odnosom

V pogovoru psihoterapevti razvijamo terapevtski odnos in skozi njega zdravimo najrazličnejše motnje. Vsi vemo, kako zelo nas opredeljujejo govor, jezik in komunikacija. Pogovor je za človeka skoraj tako nujen kot dihanje. V terapevtskem pogovoru praktično ni ničesar, o čemer se ni bi mogli pogovarjati in ni dileme ali vprašanja, ki ga s pogovorom ne bi mogli reševati oz. vsaj lajšati. Tudi pri ljudeh z omejeno sposobnostjo verbalne komunikacije je še vedno veliko maneverskega prostora za terapevtsko komunikacijo. Zdravljenje s pogovorom namreč ne vključuje le verbalne govorice, temveč tudi neverbalno: pomembno je vzdušje, ki ga ustvarimo, pomembni so pogledi, ki si jih izmenjujemo, ton glasu, s katerim se izražamo ipd. Po raziskavah je psihoterapevtski odnos eden najpomembnejših terapevtskih dejavnikov, saj k učinku psihoterapije prispeva kar okoli 30 % (drugi pomembni dejavniki so terapevtovi 20 %, klientovi 45 %, samo do 5 % pa prispevajo k učinkom psihoterapije metode oz. tehnike dela).

Sodobna nevroznanost je v zadnjih desetih letih s posnetki strukturnih sprememb v možganih prepričala še največje skeptike: pogovor med terapevtom in pacientom je lahko zdravilen, saj spremeni povezave v možganih! Kadar deluje, psihoterapija (in za druge oblike zdravih pogovorov velja prav tako) deluje tako, da spreminja možgane. Če ne spremeni možgan, tudi ni učinkovita. V tem smislu psihoterapija izkorišča biološke mehanizme za zdravljenje duševnih motenj. V okviru nevroznanstvenih odkritij zato nastajajo nove povezave med psihologijo in psihoterapijo na eni strani in medicino, psihofarmakoterapijo in psihiatrijo na drugi strani.

Fakultetni študij psihoterapije kaže na pomembno prelomnico v razvoju slovenske psihoterapije

Slovenska psihoterapija se po 40 letih razvoja vedno bolj povezuje s sodobnimi evropskimi in svetovnimi tokovi in se nahaja na pomembni prelomnici. Na družbeni ravni gre v Sloveniji za zahteven prehod od marginalne v avtonomno družbeno dejavnost (k psihoterapiji kot samostojnemu poklicu v okviru zdravstvene dejavnosti), ki nujno zahteva tudi sodoben zakon o psihoterapevtski dejavnosti in fakultetni študij po bolonjski shemi. Danes lahko govorimo o globalizirani psihoterapiji, saj je razširjena po vseh kontinentih, kjer po grobi oceni deluje okoli 700.000 šolanih psihoterapevtov (od tega okoli 300.000 v Evropi). Zato ni presenetljivo, da se vedno bolj uveljavlja kot samostojna znanstvena disciplina in kot samostojen poklic.

Fakultetni študij psihoterapije v Sloveniji vnaša svež veter v vrste slovenskih psihoterapevtov, saj se bo povečal podmladek. Prispeva namreč k izdatnemu skrajšanju in poenostavitvi izobraževanja iz psihoterapije za tiste, ki se odločijo za ta študij takoj po maturi. Od leta 2006 je prvič pri nas možno izobraževanje za psihoterapijo kot prvi poklic. Hkrati pomeni ta študij spodbudo za razvoj psihoterapevtske znanosti in bolj odločen vstop psihoterapije v akademski svet. Vse te spremembe slovenske psihoterapije so povezane z dogajanjem v evropskem prostoru, še posebej v državah evropske unije, kjer v Bruslju v okviru platform za organiziranje novih poklicev, potekajo tudi aktivnosti za sprejetje regulativov za poklic psihoterapevta v državah EU.

Zato – študent PSIHOTERAPIJE naj bo!!