

Seksualna agresija je najgrozljivejša

Sprašuje: Nika Vistoropski

Foto: Damjan Žibert

Zasebna univerza na Dunaju nosi ime po Sigmundu Freudu, ki ima mnogo zaslug, da je sodobna psihoterapija dobila trdne temelje. Kako je vplival na vas?

Izobraževal sem se kot psihoanalitik, a njegovo ime smo prevzeli zato, ker je zasnoval posebno metodo terapevtskega zdravljenja, ker je bil ustanovitelj življenjske filozofije 20. stoletja in hkrati zelo pogumen mož. V življenju se je spopadal z mnogo ovirami, tako socialnimi kot z zavračanjem svojih teorij, a se je kljub vsemu trdno držal svojih ugotovitev. Z njim je psihiatrija dobila okvire slike, ki se je začela oblikovati že v 19. stoletju.

Sigmund Freud Privatuniversität Wien naj bi bila prva univerza na svetu, ki v študij psihoterapije vključuje tudi raziskovanje lastne osebnosti. Kaj je po vašem mnenju motivacija posameznika, da se odloči za psihoterapevtski poklic?

Prav tako bi lahko vprašali, zakaj nekdo želi postati zdravnik ali pravnik. Vsak ima svojo motivacijo. Prednost tistega, ki se želi ukvarjati s psihoterapijo, je, da ga zanimajo duše drugih, želi jih razumeti ter je hkrati sposoben nositi tuja bremena. Ne moreš namreč kar odplavati v mislih, če te pacient potrebu-

je. Študij, pri katerem spoznaš samega sebe in svoje izkušnje, je unikaten. Bodoči psihoterapevt mora najprej biti pacient ter sam razrešiti svoje težave in nevroze. To je posebnost tega poklica. Mislim, da bi vsi, ki se ukvarjajo s človekom, potrebovali nekaj samoterapije, tudi zdravniki, pedagogi in policisti. Lažje bi komunicirali z drugimi.

Mnogo psihologov pravi, da se jih večina odloči za ta poklic zato, ker bi radi najprej raziskali sebe ter se »pozdravili«. Je bilo z vami podobno?

Seveda. A vselej, ko imaš možnost izbire ... Zakaj ste se vi odločili, da boste postali novinarja? Vedno deluješ na podlagi notranjih doživetij. Denimo: ko je novinar patološko radoveden, je to za poklic dobro. Kirurg potrebuje nadzorovani sadizem, ker vsak dan reže v ljudi; pravnik, ki želi braniti kriminalce, mora tudi sam imeti nekaj kriminalne energije, da bi lahko dobro delal. Vprašanje, ki ostaja, pa je, ali so notranje motivacije razvite profesionalno. Torej, tako se lahko strinjamo, da psihoterapevti morajo imeti nekaj svojih nevroz, sicer ne bi mogli razumeti drugih.

Se lahko nevroze psihoterapevta pozdravijo ob delu s pacienti?

V našem poklicu morajo študentje najprej analizirati sebe, da na bodoče paciente ne bi projicirali preveč svojih težav, da bi lahko videli, kaj je njihova in kaj bolnikova težava.

Prof. dr. Alfred Pritz je rektor Zasebne univerze Sigmunda Freuda na Dunaju, ki je nastala zaradi potrebe po akademizaciji znanstvenega razvoja psihoterapije. Njeni posebnosti sta med drugim, da je na njej mogoče začeti študirati že po končani maturi ter da od decembra lani obstaja oddelek tudi v Sloveniji. Dr. Pritz se z nostalgijo spomni svojih študentskih dni v Salzburgu in predvsem izvrstnih profesorjev. Leto, ki ga je na začetku osemdesetih preživel v ZDA, je bilo zanj izjemno. »1980. je bila Amerika meka psihoterapevtov in zanimivo je bilo spoznati, da tudi oni kuhajo zgolj z vodo. A so jo pač znali bolje prodajati,« se nasmehne zabavni profesor. 1990. je sodeloval pri prvem avstrijskem zakonu o psihoterapiji, v katerem so jo opredelili kot samostojno področje. Posebnost šole, ki bo v kratkem postala svetovna, je tudi v tem, pove Pritz, da morajo vsi študentje na sebi preizkusiti psihoterapijo, ki jo bodo pozneje izvajali na drugih. Odkar je rektor, se je delo v njegovi zasebni praksi, ki jo vodi že trideset let, moralo zmanjšalo, a nikakor je ne bo opustil. Psihoterapevt namreč potrebuje nenehen stik z bolniki. Je človek, ki ne skriva svoje osebnosti ter v smehu prizna, da ljudje s psihoterapevtskimi potrebami zdravijo tudi svoje nevroze.

Prednost tistega, ki se želi ukvarjati s psihoterapijo, je, da ga zanimajo duše drugih, želi jih razumeti ter je hkrati sposoben nositi tuja bremena. Ne moreš namreč kar odplavati v mislih, če te pacient potrebuje. Študij, pri katerem spoznavaš samega sebe in svoje izkušnje, je unikaten.

Imate svojo prakso. Freud je govoril, da poudarjeno čustven terapevtski odnos ni v korist pacientom, da jim bolj pomagajo hladne, natančne, znanstvene metode. Kakšno je vaše mnenje?

Mislím, da mora biti zmes obojega. Lahko si tudi oseben, a ne preveč, da se ne izgubiš ter da terapevt ne postane pacient. Tvoje zavedanje mora biti uravnoteženo, temu pravimo tudi prostolebdeča pozornost. V tem treniramo študente.

Univerza obstaja že dve leti. Najbrž ste v tem času naleteli na kar nekaj zanimivih zgodb študentov, ki so brskali po svoji podzavesti ter morda izvedeli o sebi kaj, za kar sploh niso vedeli, da obstaja. Kako so se spoprijemali s svojimi notranjimi občutji?

Študentje so, seveda, presenečeni. Zazrtje v svojo preteklost in podzavest je za vsakega izmed njih posebna dogodivščina. Če me sprašujete o anekdotah – na skupinskih terapijah so mnogi presenečeni nad odkritjem, da imajo drugi podobne težave. Na začetku so namreč prepričani, da so edini. Zanimiva so tudi medsebojna obračunavanja, ki si jih sami ne znajo razložiti. Ne razumejo, kaj se dogaja pod zaveso čustev.

Freud je menil, da otroštvo pusti trajna znamenja na človekovem življenju in delu ter da otroške fantazije vztrajajo, ostanejo dejavne vse življenje.

Dejstvo je, da je otroštvo človekova bistvena izkušnja. Freud je v enem svojih citatov povedal, da je otrok oče odraslega. Vse izkušnje nam lahko pomagajo, nas spodkopavajo, celo uničijo, in to ne zgolj v otroštvu, temveč tudi pozneje v življenju, celo v pozni starosti. Danes vemo, da se tudi v starosti razvijamo, tako negativno kot pozitivno. Freud je menil, da se po štiridesetem ni treba analizirati, ker se tako in tako ne da nič spremeniti pri sebi. To zagotovo ni res. Imam veliko kliničnih izkušenj, izvajam mnogo skupinskih terapij s starejšimi, tudi do 90 let starimi, in vem, da so zanje zelo koristne. Pomemben je celoten življenjski cikel in ne zgolj otroštvo, čeprav je res naš začetek in je dojenček

zelo občutljiv za vplive, tako negativne kot pozitivne. Če ne prejemo dovolj ljubezni, če nimamo dovolj prostora za razvoj, lahko to vpliva na naše celotno življenje.

Mnogo psihiatrov meni, da je otroštvo sicer pomemben dejavnik, a ko denimo govorimo o serijskih morilcih – v Sloveniji trenutno zelo priljubljeni temi – se je treba zavedati, da vsak nosi pošast v sebi ter da se ta lahko prebudi v različnih okoliščinah. Hkrati nekateri trdijo, da ni tako, da nismo vsi pošasti ter da je za razvoj takšnih osebnosti spet ključno »neprimerno« otroštvo.

Upoštevati moramo tudi dejstvo, da smo biološka bitja z značilno gensko zasnovjo. Že sto let poteka razprava, kolikšen del prispeva k človekovi identiteti genetika in kolikšen izobrazba, vzgoja, izkušnje. Zdaj se zavedam, da več ko vemo o genetiki, bolj zmagujejo kulturne teorije. To pomeni, da je 20, 30 odstotkov človekove identitete biologija, preostalo pa so vzgoja, izkušnja, kultura. Ne opredeljuje nas zgolj kultura kot tudi ne zgolj biologija. A zdi se, da so lahko v določenih primerih posamezni vidiki vseobsegajoči. Prepričan sem, da imajo serijski morilci določene genske patološke predispozicije, ki v kombinaciji z dramatičnimi izkušnjami, denimo s pomanjkanjem empatije v zgodnjem otroštvu, lahko privedejo do tragičnih rezultatov. Tak človek ni sposoben čutiti doživljanja drugega. Seveda obstajajo različne okoliščine. V vojnah, ko imajo vojaki dovoljenje za ubijanje, lahko vidimo, kako pride na plan mnogo primitivnih pošasti v človeku. Ljudje, ki so v vsakodnevnem življenju popolnoma »normalni«, postanejo pošastni. Serijski morilci so patološki psihopati, ki so doživeli zgodnjo travmo pomanjkanja empatije.

Lahko popolnoma presežemo travme otroštva? Ali so družinski vplivi premočni, da jih nosimo s sabo do smrti? Lahko presekamo z družinskimi razmerji?

Ne, kot tudi ne moreš presekati svoje zgodovine, biologije. A vseeno imaš majhen prostor svobode in ta je lahko dovolj velik, da postaneš to, kar si, samosvoj. Tukaj psihoterapija lahko pomaga.

Morda bo vprašanje zvenelo preveč laično, a kateri vplivi so najmočnejši? Je ljubezen močnejša od sovraštva, je empatija močnejša od indiference?

Spet je vse odvisno od različnih dejavnikov. Teorija, da so določene travme odgovorne za posamezna dejanja, ni več resnična. Pogo-

Ena najbolj fascinantnih je bila gotovo zgodba pacienta, ki si ji sam pulil zobe in si jih nato vstavljaj nazaj. Seveda so se razvile grozljive okužbe, in to je bilo njegovo največje zadovoljstvo. Bil je mazohist. Normalen nevrotičen psihoanalitik kaj takega težko prenese. A bilo je zanimivo. Pokazalo mi je drugo plat človekovega obstoja.

steje govorimo o konstantni travmatizaciji, nenehnih manjših travmah. Posledice pomanjkanja razumevanja, empatije se ne zgodijo v določenem trenutku. Velikokrat ne dobimo dovolj ljubezni, a če so primanjkljaji prepogosti, začnemo doživljati čustveno podhranjenost, stradamo. Dobra mati ti lahko precej pomaga, enako oče. Če ti nekaj manjka, ti pač manjka. A kako se bo življenje izteklo, je težko napovedati. Vemo, da nekateri otroci odrastejo v stabilne posameznike tudi v grozljivih okoliščinah. Spet drugi v izvrstnih razmerah ne shajajo najbolje. Razlog je v tem, kako določena osebnost dojema svet, kakšne so njene osebne zmogljivosti. Na primer: v šoli imate lahko popolnoma nevednega učitelja, a boste med učenci našli tudi uspešne. Lahko imate odličnega učitelja, a bodo v razredu tudi takšni, ki ne bodo dobro shajali. Ne gre vedno za to, kakšna je ponudba okolice, temveč tudi, kako otrok dojema in »uporablja« svet. Podobno je z rezultati psihoterapevtskega zdravljenja. Lahko si izvrsten terapevt, a se pacient ne razvija dobro, ker ne more vzeti tistega, kar mu ponujaš. A tako je skorajda v vsakem odnosu. Lahko imaš prijatelja, ki ga ljubiš, a tvoje ljubezni ne more sprejeti. Tako je povsod.

Lahko psihoterapevt posreduje svoje osebne izkušnje, češ, tudi meni se je zgodilo podobno?

Lahko, a le, če je kot orodje koristno pacientu. In ne, če deliš svojo zgodbo, kot bi želel poudariti, da imaš podobno težavo, ki je za nameček še nerazrešena. Osebne zgodbe so lahko zgolj primer.

Prej sva govorila o razreševanju osebnih travm v procesu študija psihoterapije. Katere ste morali rešiti vi, da ste lahko psihoterapevt?

Zanimivo. Ena mojih večjih težav v študentskem obdobju je bila, da sem imel veliko težavo s koncentracijo. Bil sem tako nemiren, energičen, da nisem mogel sedeti pri miru več kot deset minut. Vedel sem, da nikoli ne bom mogel dokončati študija, če tega ne bom mogel spremeniti. Zdaj je ravno nasprotno,

V šoli imate lahko popolnoma nevednega učitelja, a boste med učenci našli tudi uspešne. Lahko imate odličnega učitelja, a bodo v razredu tudi takšni, ki ne bodo dobro shajali. Ne gre vedno za to, kakšna je ponudba okolice, temveč tudi, kako otrok dojema in »uporablja« svet.

že nekaj let. Moje stanje se je popolnoma obrnilo na glavo. (smeh)

Kaj pa obtoževanja matere in očeta? (smeh)

Z očetom sem imel precejšen konflikt. Imel sem velike težave z občudovanjem vsega, kar je ustvaril v življenju, in nisem ga dovolj cenil. Potreboval sem kar 15 let, da sem prepoznal dobre plati njegovega življenja ter lepe stvari, ki mi jih je dal.

Je res laično prepričanje, da je treba depresijo zdraviti vsaj enkrat dlje, kot je trajala?

Ne. Za primer pogledjmo depresijo. Vsaka depresija se začne z izkušnjo ločitve. Lahko je to ločitev od osebe, a tudi ideje, dela ... Ko se ločiš od prijatelja, je koristno analizirati tudi slabe plati prijateljstva in ne zgolj jokati za njim, premišljevat, kaj dobrega si izgubil. Depresija se lahko pozdravi v nekaj tednih, mesecih. Poznamo tudi občutenje osnovnega nezaupanja v svet, ko vsepovsod okoli sebe paranoično vidiš sovražnika in glede na to, da gre za težave osebnostne strukture, lahko zdravljenje traja nekoliko dlje. A večino akutnih simptomov lahko dokaj hitro pozdravimo. Glede na raziskavo na Dunaju smo ugotovili, da povprečna terapija traja 27 ur, kar pomeni, da je večina še krajša. To je pomembno vedeti, ker nekateri menijo, da je zdravljenje vedno dolgotrajno, da so zanj nujna leta. Ni res.

Freud je menil, da se veliko pomembnih spominov nanaša na spolne izkušnje, zato je svoje paciente spraševal o njih. Njegova praksa je kmalu ravno zato prišla na slab glas. So vsi naši najzgodnejši spomini povezani s seksualnostjo?

Seksualno motiviranih izkušenj je več, kot si lahko mislimo. To je dejstvo, vendar moramo takoj dodati, da spolni razvoj niti ni tako velik problem kot denimo razvoj agresije. Mnogo kolegov meni, da večina nerešenih težav ni povezana z razvojem seksualnosti, temveč z razvojem agresije. S tem se moram strinjati. Agresija, ki je ne kanaliziramo, ni nevarna zgolj ljudem, temveč tudi deželam. Prejšnji teden sem imel pacientko, ki je po-





skušala narediti samomor. Štiri dni po poskusu je prišla k meni. Takoj mi je bilo jasno, da je izvajanje agresije nad sabo posledica nezmožnosti izražanja agresije do tistih, ki jim je bila namenjena, konkretno materi in bivšemu možu, ki je bil do nje zelo brutalen. Tu ni šlo za seksualno težavo, temveč za težavo z agresijo.

Pa saj sta agresija in seks povezana. Vojne in posilstva so združljivi.

Res je. Seksualna agresija je najgrozljivejša. Njen cilj ni zgolj uničiti človeka, temveč tudi njegovo dostojanstvo, kar je še huje kot fizična brutalnost.

Vaši pacienti najbrž ne ležijo na kavčih.

Nekateri že. Tisti, ki potrebuje dolgotrajno zdravljenje nekaj ur na teden, ležijo na kavčih. Indikacije so zanje zelo posebne, drugi zgolj sedijo na njih.

Prakso imate že 30 let. Še vedno obstajajo primeri, ki vas šokirajo?

Eden takšnih je bila zagotovo ženska, ki mi je ob koncu terapije zaupala, da je imela nenehno ob sebi napolnjen revolver. To je bilo kar grozljivo. Bogu sem se zahvaljeval, da ni sprožila. *(smeh)*

Kaj pa presenetljive zgodbe?

Premišljujem o grozljivih zgodbah, a imam občutek, da vam ne bi smel povedati. Zaradi nujnosti molčečnosti, veste. Gre za intenzivne dogodivščine v negativnem pomenu: umori, samomori, incest ... Pojavijo se najrazličnejše zgodbe vsakodnevnega življenja, ki šokirajo, a so hkrati fascinantne. Ena najbolj fascinantnih je bila gotovo zgodba pacienta, ki si ji sam pulil zobe in si jih nato vstavljal nazaj. Seveda so se razvile grozljive

okužbe, in to je bilo njegovo največje zadovoljstvo. Bil je mazohist. Normalen nevrotičen psihoanalitik kaj takega težko prenese. *(smeh)* A bilo je zanimivo. Pokazalo mi je drugo plat človekovega obstoja.

Kako ravnati v takšnem primeru? Je najpametneje najprej poiskati vzrok početja ali zdraviti? Torej brskati po preteklosti ali se zazreti naprej?

Včasih preprosto ne moreš doumeti zgodovine problema. Zgolj vedeti ni nič. Kognitivno poznavanje vzroka in spoznanje, kje so se težave začele, nima za pacienta nobene vrednosti. To sploh ni pomembno. Iti mora skozi čustveni proces izkušnje, šele to je tisto, kar ima zdravilni učinek. Če ni čustev, razumevanje problema nima pomena. Človeka torej ne moraš analizirati s knjigami. Da, lahko ti pomagajo, a v konkretnem razumevanju ti ne morejo dati odgovora.

Od decembra lani obstaja tudi slovenski oddelek Zasebne univerze Sigmunda Freuda. Zanimivo, da ste se želeli razširiti.

Kolegi so želeli oddelek v Sloveniji, vseh jim je bil koncept, mi pa mislimo, da so takšne šole koristne. Dobili smo celo povabilo iz Kitajske, iz pekinške univerze, da bi se pogovorili o inštitutu Sigmunda Freuda na Kitajskem. Mislim, da je koncept dober. Gre za mednarodno dejavnost, imamo veliko projektov, sodelujemo denimo tudi z univerzo v Čilu ter delamo vse, kar delajo druge univerze za mednarodne stike, raziskave, mednarodne študente.

Zdaj že imamo dovolj poguma, da kritično spoznamo družine, iz katerih pri-

Freud je menil, da se po štiridesetem ni treba analizirati, ker se tako in tako ne da nič spremeniti pri sebi. To zagotovo ni res. Imam veliko kliničnih izkušenj, izvajam mnogo skupinskih terapij s starejšimi, tudi do 90 let starimi, in vem, da so zanje zelo koristne. Pomemben je celoten življenjski cikel in ne zgolj otroštvo.

hajamo. Je morda tudi zato več študentov psihoterapije?

Resnično se postavlja vprašanje, zakaj so poklici, ki se ukvarjajo s človekovo psiho, postali tako priljubljeni v zadnjih sto letih, toliko bolj v zadnjih štiridesetih, in sicer po vsem svetu, ne samo v ZDA in Evropi. Na primer: v Braziliji je 130.000 registriranih psihologov, v Argentini 40.000. Gre za presenetljiv razvoj in morda je to povezano tudi z boljšimi rezultati raziskav in novimi tehnologijami. Bolje razumemo tesnobo, depresije, kako posredovati v težavah ... Poznamo tehnike, ki jih pred sto leti zagotovo še nismo.

Ob branju realstov, denimo Dostojevskega, postane izrazito izjemno spoštovanje do očeta, ki je pravzaprav že kar strahospoštovanje. Starši niso kritično opredeljeni in posledice vzgoje je treba brati v usodah pisateljevih likov, čeprav se zdi, da avtor ne ozaveštvli vpliva.

Mogoče pa je razlog tudi v razvoju individualizma povsod po svetu. Če to povežemo še s pričakovanji, da vsak razvije sebi lastno prepričanje, to pomeni upad ver in vzpon osebnega truda, iskanja sebi lastnega načina. Tega pa ne vodi tradicija, temveč osebni cilji. Za iskanje samega sebe je psihoterapija gotovo koristna. Ljudje hrepenijo po njej.

Včasih ni bilo raziskovanja, češ, kje sem v primerjavi s svojo družino.

Življenje je, kot rečeno, vodila tradicija. Ko nimaš izbire pri izbiri moškega, s katerim se boš omožila, ko se družina namesto tebe odloči za sosedovega fanta, to preprosto moraš sprejeti, sicer te bo družba izločila. Drugače je, če lahko izbiraš partnerje in premišljuješ, kdo ti bolj ustreza. Po sedemnajstih letih zakona si lahko tudi premisliš in izbereš drugega. Zdaj ni več veliko izbir, ki jih opredeljuje tradicija, temveč jih sam. In to je lahko tudi zahtevno.

Kaj vas še vedno intrigira?

Izjemno zanimivo mi je poslušati življenjske zgodbe. Kot bi bral romane. Fascinantno. Še vedno.