

Anica Mikuš Kos (2024)

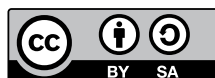
Pomoč otrokom in mladostnikom v duševnih stiskah

Radovljica, Didakta, 240 strani

ISBN 978-961-261-736-3

Knjigo sem bral kot avtoričin predvsem laični sopotnik v obdobju socialno-terapevtskih kolonij za otroke v sedemdesetih letih in radovedni spremljevalec njene poznejše dejavnosti in bralec njenih časopisnih in knjižnih objav. Uvodno poglavje z naslovom *Jaz in moja stroka* mi je povedalo več kot prek dvesto strani nesporno strokovno bogate in preišljene knjige. V njem se avtorica predstavi kot občutljiva in razmišljujoča strokovnjakinja, ki ji »strokovnost« ni stopila v glavo, ampak se nenehno sprašuje o svojem odnosu do stroke in njene vednosti in vloge v družbi in življenju. Svojo knjigo predstavlja kot »razmišljanja, [ki] izvirajo iz mojih osebnih življenjskih izkušenj, mojih poklicnih izkušenj pediatričnega in pedopsihiatričnega dela in iz izkušenj psihosocialnega delovanja na vojnih področjih« (str. 9). »Nikoli nisem bila vernica svoje stroke«, odkrito in naravnost zatrdi in vpelje osnovni »ténor« besedila, to je, kritično spraševanje o strokovnih in laičnih samoumevnostih o področju, ki ga obravnava.

Morda je osrednja misel njenega dela, zapisana že na prvi strani uvoda in pozneje razdelana, misel, da je »del naše pomoči nadomestljiv z naravnimi vplivi in delovanjem«. Vendar tej svoji misli in kritičnosti ne sledi bojevito, ampak umirjeno – »to ni anti-psihiatrično ali anti-psihoterapevtsko razmišljanje« – zadržanost, ki je v našem času razprtij in visoko dvignjenih praporov redka, a nadvse zaželena.



0009-0007-0946-5858

Omejuje tudi svojo kritičnost in izreka priznanje dušeslovnim strokam, za vse, kar so dobrega storile. Vendar jasno poimenuje njihove stranpoti: »poljubnost definicij duševnih motenj«, medikalizacija človeške različnosti, »iztrganost koncepta duševnega zdravja iz celote človekovega dušnega in duševnega« življenja, »odsotnost družbene in socialne razsežnosti«, nezanimanje za naravne vire pomoči, linearnost razlagalnih modelov in obtoževanje staršev za vse otrokove tegobe; zaprtost v »kliniku«, v kateri »vidimo le neznamen del vseh otrok z neko motnjo«. Morda ključni stavek: »... s čim sem pomagala kot otroška zdravnica ... s svojimi osebnimi in strokovnimi izkušnjami, z zdravo pametjo in praktičnimi nasveti, predvsem pa z razumevanjem, empatijo in podporo staršem« (str. 18).

Enkratne so njene izkušnje z vojnih območij. Pri tem se sklicuje na svoje »partizansko« obdobje, na vednost o posledicah bombardiranj med drugo svetovno vojno in na izkušnje z zdajšnjih vojnih območij. Bombardiranje nemških mest je »povezalo ljudi in ustvarilo neke vrste kolektivno odpor-
nost« ... »predvidenih vseobčih trajnih duševnih motenj ni bilo«. Postavi ključno vprašanje: »... zakaj toliko otrok, ki so preživeli grozote [vojne] in živijo v najbolj neugodnih okoliščinah, ne izkazuje duševnih motenj« kljub odsotnosti ustreznih zdravstvenih služb. Kako pomagati travmatiziranim otrokom? »Obnavljati je treba otrokovo izkušnjo dobrega in vero v človečnost ter upanje ... potrebno [je] razviti skupnostne modele pomoči, ki zajamejo veliko število otrok in gradijo na naravnih virih v skupnostih« (str. 22).

Tudi izkušnje iz pedopsihiatrične ambulante so ji pokazale, da »ni zgolj družina tista, ki določa dušo ... temveč so pomembni tudi vplivi drugih okolij ... ki lahko delujejo varovalno, blažilno ali celo zdravilno« (str. 23). »Zunajklinični svetovi«, »ljudski pristopi«, etnografsko posebni, »normalizacija življenja«, strukturiranje vsakdanjika, šolanje, »zagotavljanje občutka varnosti in sprejetosti s strani ljudi v okolju« so »dejavniki, ki predstavljajo točko obrata« (str. 26). Vprašanje, kako povezati »svet stroke in svet življenja«, v katerih se zdravilni dejavniki delno prekrivajo, je osrednje vprašanje tega dela.

Všeč mi je rehabilitacija pojma »duša« (3. poglavje). Govorimo o »duševnem zdravju«, pojem »duše« pa smo kot neznanstven izločili iz razmišljanj in ga nadomestili z »mentalno«, to je »umsko«, in v imenu dela zavrgli celoto. In vendar je to pojem, ki po mnenju Anice Mikuš Kos obsega celoto človekovega doživljanja, odzivanja in delovanja. Delitev »duše« na področja, kar omogoča specialistično obravnavo, postaja ovira za pomoč otrokom in mladostnikom, saj mora biti ta celostna. Vedeti je treba tudi, da zunanje okoliščine ne vplivajo na »dušo« neposredno, ampak se »filtrirajo« skozi individualno ranljivost in občutljivost ter predhodne izkušnje: iste okoliščine delujejo na različne otroke različno.

Osrednji del knjige začenja »kritični razmislek o duševnem zdravju in duševnih motnjah«. V tem delu so navedene različne opredelitve teh pojmov, ki se zvedejo na objektivne in subjektivne (»psihosocialna blaginja«). Posebna pozornost je namenjena pojmu psihične odpornosti in njenim notranjim in zunanjim virom. Na videz neznatne vsakdanje pozitivne izkušnje v odnosih

z ljudmi »imajo lahko znatne varovalne učinke in krepijo otrokovo psihično odpornost« (str. 45). Po drugi strani pa so za »ranljive otroke« običajne vsakdanje obremenitve prehude. Avtorica opozarja, da se ob različnih objektivnih opredelitvah psihosocialnih motenj (izraz, ki poudarja celoto dejavnikov) zanemarja pojem otrokovega trpljenja. Kritično oceni pojem »ranljivih skupin«, ki v seštevku pomenijo celotno populacijo, hkrati pa popolnoma zasenčijo »stvarnost odpornosti ljudi vseh starosti« (str. 56); poudari, da je med duševnim zdravjem in duševnimi motnjami razpon od blažjih do hujših motenj, ne ostra razmejitev.

Posebej obravnava novejšje pojme nevro-diverzitete in psiho-diverzitete, razlike med ljudmi, ki niso motnje. Vsake življenjske težave in s tem povezanega trpljenja ne gre razglašati za »duševno motnjo«. V splošnem kaže, da se pogostost duševnih stisk, ki preidejo v motnje pri otrocih in mladostnikih, res povečuje, tudi zaradi večje družbene občutljivosti ali višjih standardov funkcioniranja v šoli in družbi; pomemben dejavnik je občutek osamljenosti zaradi razrahljanja in razpadanja družbenih vezi, to pomeni tudi odsotnost naravnih virov pomoči v skupnosti.

Ko avtorica obravnava teorije, ki razlagajo duševne motnje, poudari, da je stara dilema »od narave dano ali po okolju povzročeno« (angl. *nature vs. nurture*) presežena z modelom dinamičnega medsebojnega vplivanja obeh vrst dejavnikov in dejavnosti otroka samega, kot poudarja »sistemska ekosocialna paradigma«; poudari pomen otrokovih izkušenj in součinkovanje dejavnikov tveganja in varovalnih dejavnikov, ki jih tudi podrobno opiše. Ugotovitev, da »otrok s svojimi lastnostmi soustvarja svoje okolje«, in dejstvo, da okoliščine vplivajo na različne otroke različno, pomenita slovo od preprostega linearne pripisovanja vzrokov motenj ob hkratnem zavedanju, kako hitro se ti odnosi spreminjajo in kako negotovo je naše znanje.

»Kaj lahko storimo za zdravje naših otrok«, se vpraša avtorica in podrobno obdela področja promocije duševnega zdravja, preventive ali preprečevanja duševnih motenj in zdravljenja otrok z duševnimi motnjami. Poleg opredelitve področij primarne, sekundarne in terciarne preventive poudari univerzalno preventivo, namenjeno zaščiti vseh otrok, poleg selektivne in indicirane preventive, namenjenih vse ožje opredeljenim in vse bolj ogroženim skupinam otrok. Pomoč otrokom z duševnimi motnjami se deli na psihosocialno pomoč ogroženim otrokom, zdravljenje motenj in korekcijo učnih težav. Stopenjski model ali piramida pomoči prepoznava tri ravni pomoči: pomoč običajnih življenjskih okolij, ki je najširše razprostranjena, pomoč organizacij civilne družbe in zdravstvenih ter vzgojno-izobraževalnih institucij, na vrhu pa specialistična pomoč služb duševnega zdravja, namenjena manjšemu številu otrok. Koristno je upoštevati tako zunanje vire pomoči kot otrokove notranje vire.

Posebna pozornost je v knjigi namenjena opisu razlik med medicinskim in socialnim modelom pomoči. Prvi se osredotoča na otrokov primanjkljaj, ki ga je treba zdraviti; drugi pa vidi težave v neusklajenosti zahtev okolja in otrokovih zmožnosti, v nečem, kar je treba uskladiti v procesu pomoči s

poudarkom na odpravljanju družbenih določilnic otrokovega trpljenja. Pri tem naj za duševno zdravje in psihosocialno pomoč ne bi skrbele samo javne zdravstvene institucije, ampak skupnost v celoti z aktivno udeležbo državljanov. Psihosocialna pomoč temelji predvsem na normalizaciji življenja otrok in nespecifičnih oblikah pomoči.

Posebej pomembno je poglavje o pomoči otrokom v stiskah v vsakdanjih življenjskih okoljih. Zdi se, da si je avtorica prav mobilizacijo teh virov pomoči in njihovo povezovanje s strokovnimi viri izbrala za svojo življenjsko nalogo. »Osnovna misel te knjige je, da je takšnega povezovanja mnogo premalo« (str. 122). K naravnim virom sodi pomoč družine in sorodstva, k neformalnim pa tudi pomoč drugih, ki sicer niso dolžni pomagati, a to počnejo iz človečnosti in solidarnostnega vzgiba. Pomembno, a po navadi prezrto je spoznanje, da lahko otroku pomagajo že majhne dobre reči, ki »spreminjajo podobo sveta, gradijo upanje in vero v sočloveka in človeštvo nasploh« (str. 128). V tem poglavju so podrobneje opredeljeni in obravnavani alternativni viri pomoči, samozdravljenje in samopomoč, pomoč laikov, vrstnikov, učiteljev in drugih ne-zdravstvenih strok (para-profesionalna pomoč).

Posebno podpoglavje je namenjeno vlogi prostovoljnega dela, prednostim vključevanja prostovoljcev, tudi otrok in mladostnikov samih pri pomoči vrstnikom, še posebej vključevanje v prostovoljstvo otrok, ki imajo sami težave. Vse te prostovoljce naj vodijo strokovnjaki, ki skrbijo za refleksijo o dogajanju in doživetjih.

Sklepni poglavji sta namenjeni vlogi šol in vrtcev ter zdravstvenih ustanov. Šola po eni strani s svojimi zahtevami in načinom obravnavanja učencev pripomore k pojavu motenj, po drugi strani pa je varovalni dejavnik. Je obremenitev, grožnja in rešitev. Med negativnimi vplivi šole sta izrivanje na rob »drugačnih« otrok in medikalizacija njihovih težav v sodelovanju z zdravstvom. Avtorica prikaže, da lahko povsem naravna posebnost otrokovega značaja ali temperamenta v stiku s šolskimi zahtevami vodi do duševne motnje; šolska neuspešnost lahko vodi v skrajnem primeru do samomora.

Avtorica skrbno razmisli o možnostih šole za zaščito duševnega zdravja otrok, za ustvarjanje prijaznega in spodbudnega psihosocialnega ozračja, vključevanje v interesne dejavnosti, pomoč pri učenju, čustvenem »opismenjevanju«, razvijanju medvrstniških odnosov, zgodnjemu prepoznavanju težav, delu s starši idr. na več ravneh in z več pristopi ter povezovanju šole s skupnostjo. »Duševno zdravje se povezuje z vzgojo za človečnost in aktivno državljsko vzgojo« (str. 175).

Ob koncu nameni avtorica poglavje *pro domo sua*, svoji ožji stroki, to je vlogi duševnozdravstvenih služb. Po njenem medicinski model pomoči otrokom z duševnimi težavami in motnjami ne zadošča; ne, da ni ustrezen, ampak ne zadošča. Razširiti ga je treba s skupnostnim, socialnim modelom pomoči, katerega opisu je namenjena vsa knjiga. Opisane so najpogostejše oblike pomoči v duševnozdravstvenih službah, kot so: informiranje, svetovanje, psihoterapija, zdravljenje s psihofarmaki, delo s starši in nove, digitalne in multimodalne metode. Prepričljivo prikaže, da le manjši del otrok, ki v šoli kažejo

motnje, konča obravnavo v zdravstveni službi. S to ugotovitvijo se vrnemo na začetek, k utemeljevanju širšega, socialno-skupnostnega pristopa.

Knjiga Anice Mikuš Kos je v našem okolju temeljno delo socialno-skupnostnega celostnega pristopa k varovanju duševnega zdravja otrok in mladostnikov. Njena odlika je širok strateški pogled na celoto prepletenih dejavnikov, ki povzročajo motnje, in na širok razpon oblik in ravni pomoči, ki so v skupnosti na voljo otrokom in mladostnikom v njihovih stiskah, ter uravnotežena obravnava skupin poglavitnih dejavnikov. Kdor bo pogrešal opis psihoterapevtskih pristopov, metod in tehnik, bo lahko segel po običajnih priročnikih, saj jih je veliko. Ta knjiga pregledno predstavi ekosistemsko, celostno, socialno-skupnostno strategijo skrbi za duševno zdravje otrok in mladostnikov.

Devetdesetletni življenjski lok ves čas strokovno aktivne, inovativne in prizadevne otroške zdravnice in otroške psihiatrinje z izkušnjami tako kliničnega kot preventivnega skupnostnega dela doma in v mednarodnih okoljih in na vojnih območjih zagotavlja širok, uravnotežen, pronicljiv in kritičen pregled skrbi za duševno zdravje otrok in mladostnikov.

Nujno branje za strokovnjake in laike, ki se srečujejo s to problematiko.

Blaž Mesec