

POVEZOVANJE Z ALTERNATIVNIMI REALNOSTMI

MOJA OSEBNA IZKUŠNJA

Leta 1990 sem pridobil izobrazbo psihologa z namenom, da širim psihološke pristope k izkušnjam, ki so bile označene za psihoze in blodnjavo mišljenje. Sam raje uporabljam izraz nenavadna verjetja, paranoja in alternativne realnosti, ker ti pojmi izražajo manj predsodkov do ljudi s tako izkušnjo.

Prepričan sem, da če resnično poslušamo ljudi in jim pomagamo najti aktivnost, preko katere se bodo počutili spoštovane, jim bo tudi njihov nenavaden svet pokazal logiko delovanja in lažje bodo našli načine, kako se povezati z drugimi in okrevati. To me je naučila moja izkušnje psihoze, ko sem bil star 18 let. Bil sem priča in izkusil sem, kako institucije in socialna izolacija naredijo več škode, kot pa nenavadno mišljenje, ki so ga strokovnjaki razumeli kot blodnje.

Pri 18-tih letih sem postal fasciniran nad nenavadnimi ali psihotičnimi verjetji. Takrat sem bil prepričan, da sem britanski vohun (ki dela proti Rusiji) in da sem vpleten v bitko med dobrim in slabim. Psihiatrične obravnave nisem doživljal kot pomoč, zato ker se je fokusirala na strukturo moje zmede in ne na vsebino.

Bil sem diagnosticiran s hebrejensko shizofrenijo, nekajkrat hospitaliziran in prejemal sem dolgoročno medikamentno terapijo. Vedno se mi je zdelo, da so moja verjetja smiselna in podvržena notranji logiki, in da če bi jim nekdo sočutno prisluhnil, bi bila to najboljša pomoč k okrevanju. Ko sedaj gledam nazaj na to obdobje, vidim, da je bil to zame čas zapletenih čustev. Pustila me je moja prva punca in to me je privedlo do velikega žalovanja. K nepredelanim težavam je prispevala tudi bolezen moje matere, ki se je dogajala, ko sem bil star 11 let. Moja mama je imela možgansko krvavitev in operacija je povzročila njeno fizično in duševno oviranost. Verjamem, da sem takrat doživljal čustvene težave, ki sem jih nekam zakopal, ter ki so ponovno oživele, ko se je moja zveza s punco končala.

MOŽNI POMENI MOJIH VERJETIJ

Obstaja več ravni pomenov mojih verjetij. Na primer: verjel sem, da sem imel napravo v prsnem košu, ki me je nadzorovala. Prav tako sem verjel, da so odrasli okrog mene robotom podobni avtomati. To je najverjetneje zrcalilo moje strahove, da lahko izgubim moj občutek samega sebe in se lahko utopim v družbeni konformnosti. Čutil sem velik pritisk, da moram biti zanimiv in vendar sem se znašel v dolgočasni in nezanimivi karieri brez prijateljev ali družbenega življenja.

Drugič, robotska fantazija je lahko predstavljala tudi vrnitev k mamini bolezni. Med operacijo je mama imela kovinsko ploščico v lobanji. Spomnim se, ko sem jo prvič videl po operaciji – zdela se mi je podobna robotu z obrito glavo, cevkami iz katerih so kapljale tekočine iz njenega telesa. Takrat mi je poskušala pomežikniti, ampak se je njeno oko zataknilo - kot zarjavel stroj.

Prav tako sem verjel, da sem vpleten v hladno vojno med dvema različnima kulturama, vzhodom in zahodom. Moja punca je imela afriško-karibsko ozadje in njena mama ni odobrvala najine zveze, zato sem se spraševal ali so napetosti med kulturnimi skupinami razlog za najin razhod. Morda moja vzhodno-zahodna hladna

vojna verjetja zrcalijo ta konflikt. Sedaj ko gledam nazaj, čutim, da so ta verjetja predstavljala močne metafore v mojem iskanju samega sebe in v iskanju načina, kako razumeti preteklost in sedanost.

Kot močne sanje so moja nenavadna verjetja ali blodnje pozneje imela vpliv na to, kdo sem postal, ne da bi si vzel življenje. Verjamem, da je to zato, ker sem imel dovolj veliko srečo, da sem ubežal pred psihiatričnimi storitvami in sem drugje našel spoštljive odnose, v katerih lahko razvijam svoje socialne veščine in odgovornosti.

Odlomek iz: Rufus, M. (2012). V Romme, M. in Escher, S. (ur.), *Relating to alternative realities v Psychosis as a Personal Crisis*. (str. 140-152). London: Routledge.

Prevedla: Lara Brglez