

Samopomoč kot nadzorovanje

Janez Pečar*

Ljudje pogosto iščejo pomoč pri sebi enakih, zaradi česar se združujejo v različno sformalizirane skupine, včasih tudi pod strokovnim varstvom, zlasti če gre za socio in psihoterapevtske in podobne skupine, ki se ukvarjajo predvsem z vedenjem. V skupinah za kakršnokoli samoorganizirano pomoč pa se razvija tudi samonadzorovanje, skladno s skupinsko dinamiko in sploh si prizadevajo za vpliv na skupinsko in posameznikovo vedenje, s čemer se želi oblikovati razmerja med člani in ljudmi v družbeni skupnosti. Zato v samopomagalnih, samoorganiziranih, terapevtskih in podobnih skupinah potekajo procesi samoaktualiziranja, prilagajanja, razgaljanja, samorefleksije in transparentnosti ter se del posameznikove svobode zamenjuje za del varnosti in pomoči na področjih, kjer je le-ta ogrožen. V skupinah člani navadno vzajemno nadzorujejo drug drugega. Vmešavanje v življenje drugih se tu šteje kot dolžnost in zlasti terapevtska skupnost je nekakšen laboratorij, v katerem se med seboj ne le nadzorujejo, ampak spreminjajo, poboljšujejo, resocializirajo itd. S terapijo, tretmanom, zdravljenjem, pomaganjem itd., se tudi ob samonadzorovanju vzbuja smisel za prosocialno obnašanje, kar je, zlasti kar zadeva deviante, namen kriminalne politike. Samopomaganje ni nikoli brez nadzorstvenih sestavin.

Gljučne besede: družbeno nadzorstvo, samoorganizirana pomoč, skupine za samopomoč, skupinska dinamika, samonadzorovanje, socializacija.

UDK 316.475:316.35/.354 + 316.738

Ex ferocibus universis singuli metu suo obedientes fuere.

Iz divjih, kakršni so bili vsi skupaj, so posamezniki zaradi lastnega strahu postali ubogljivi.

(Titus Livius, 59 pr. n. š.—17 n. š.) v Niccolò Machiavelli: Politika in morala, Slovenska matica, Ljubljana, 1990, stran 137.

Ljudje so si od nekdaj med seboj pomagali in ta oblika solidarnosti obstaja še danes, seveda najbolj v primarnih in dosti manj v sekundarnih človeških skupinah, ki hkrati izvajajo tudi najuspešnejše nadzorovanje. Že ta okoliščina, da so v primarnih in sekundarnih skupinah združeni oblast, avtoriteta, nadzorovanje in pomaganje, omogoča proučevanje manj čustvenega, bližkega in s posesivnostjo povezanega človeškega združevanja, katerega namen je medsebojno pomaganje, vendar brez tistih lastnosti, ki so značilne za državo, sosesko, prijatelje ipd.

Skupine za samopomoč so izredno zanimivo področje za raziskovanje nadzorstvenih razsežnosti, ne nazadnje že zato, ker jih ljudje, ki prejemajo pomoč — pomaganci, sami oblikujejo po svojih odločitvah. Na izbor družine, soseske, sorodstva itd. nimamo nikoli toliko vplivov, razen če razmerij med seboj ne radikaliziramo do tiste stopnje, ko iz tovrstnih skupin kratkoma izstopimo. To pa največkrat ni brez občutnih posledic ne za tistega, ki izstopa iz primarne skupine, in ne za tiste, ki v njej še ostajajo.

* Janez Pečar, diplomirani pravnik, doktor znanosti, redni profesor za kriminologijo, Inštitut za kriminologijo pri Pravni fakulteti v Ljubljani, 61000 Ljubljana, Kongresni trg 12.

Skupine za samopomoč so v marsičem podobne primarnim, ker se tudi v njih razvijajo čustvena razmerja, recipročni odnosi, blizkost med posamezniki in glede na to, da se ustanavljajo za prav določene namene, ki še poglobljajo razmerja med ljudmi in njihova dožemanja medsebojnih odnosov (primeri: skupine za spravljanje sprtih zakoncev, socioterapija staršev in otrok, zdravljenje alkoholikov v klubih, kjer delujejo klienti z njihovimi družinskimi člani itd.), lahko ustvarjajo v marsičem še tesnejšo povezanost, kot je v družini. Toda pri tem gre za ožji izsek posameznikovega življenja ali za pomaganje na prav določenem področju, oziroma za »zdravljenje« prav določene pomanjkljivosti ali hibe. Originalne, če smemo tako reči, človeške skupine pa obsegajo posameznikove življenjske razmere v celoti, ali vsaj bolj celostno kot pa umetno oblikovane skupine za kakršno koli pomoč. Te so že po svoji naravi predvsem derivativne in služijo kot nadomestilo za nekaj, kar primarnim primanjkuje, zaradi česar se posameznik odloča zatekati k sebi enakim v stiski in težavi, od katerih pričakuje, da mu bodo pomagali, ker ga bodo bolj razumeli. Od njih torej pričakuje ustrezne usluge, hkrati ko je sam verjetno prav tako pripravljen nuditi pomoč drugim, kar je tako samoumevno in izhaja iz načela, »kolikor ti meni, toliko jaz tebi«. Toda verjetno je pri vsakem, vsaj v začetku, lastna korist na prvem mestu, saj gre predvsem za iskanje pomoči in ne toliko za motiviranost dajanja, kajti »deficit« prav gotovo ni kapital za vlaganje. Vlaga tisti, ki nekaj ima in tisti, ki išče, je gotovo v podrejeni vlogi. Tako je najbrž z vsakim posameznikom ob vključevanju v skupine, kasneje pa se mu položaj verjetno menja,

tako da pomaganec nastopi tudi v vlogi pomagala. Še posebej, če mu skupina priznava tak status.

Skupine za samopomoč naraščajo po vsem svetu. Izhajajo iz spoznanja enakosti med ljudmi in iz upanja, da marsikdo, ki je v stiski in težavah, vendarle lahko nekaj stori s seboj, ne nazadnje tudi s pomočjo sebi enakih, kolikor ne v celoti, pa gotovo na nekem ožjem osebnostnem področju. In kolikor gre za to, potem se posameznik v samopomagalnih skupinah dovoli (hote ali ne-hote) tudi nadzorovati tam, kjer je njegova »hiba«, kajti sicer mu drugi ne morejo pomagati, sam pa se je k njim prostovoljno zatekel po pomoč. To pa je gotovo razlog za **odpovedovanje delu svobode** in za dopuščanje vdiranja v zasebnost, ki bi jo sicer izven psiho-, socio-, ali kakšne druge terapevtske skupine, posameznik želel ohraniti zase. In vsakdo bi rad bil boljši pred drugimi, kot ga le ti vidijo, goji lastno podobo o sebi, ki ni vedno takšna, kakršno bi želel.

Nekakšno »razosebljanje« in ponovno sestavljanje je potemtakem v tovrstnih skupinah, zlasti tistih, ki se ukvarjajo z vedenjem, tudi koristna dejavnost, ki z ustreznimi regulativnimi mehanizmi, včasih celo podprtimi s farmakoterapijo, deluje ne le kot pomaganje, svetovanje in podpiranje, ampak tudi kot spreminjanje, tretman in obravnavanje. Le-to pa prav tako nikoli ne poteka brez nadzorovanja ali vsaj posameznih njegovih sestavin, ki se od opazovanja naprej razvijajo, tja do ukrepanja.

Zato so **prostovoljne samopomagalne skupine hkrati tudi samoorganizirano nadzorstvo**, v katerem ljudje pristajajo na omejevanje svobode, skupinsko kontrolo in razvijajo samonadzorovanje, kar je najbolj pomembno. Vsakdo naj bi postal sam dovolj sposoben uravnati svoje vedenje ter ustvarjati čim manj konfliktov v razmerjih z drugimi. Tako bo bolj prilagojen, življenje mu bo morebiti lepše in bolj smiselno ipd. Če mu že to ne bo uspelo, pa bo morda vsaj ozaveščen mehanizmov, ki ga pri tem ovirajo. »Vedenjske terapije in vedenjske strategije pa mu omogočajo tudi sproščanje«.¹

1. Samoorganizirana pomoč

Samoorganizirana pomoč je danes čedalje bolj razvita dejavnost najrazličnejših oblik medsebojnega sodelovanja. Ljudje si zlasti v stiskah,

zadregah, pomanjkanju in sploh v težavah sodobnega sveta marsikdaj pomagajo in združeni nastopajo predvsem takrat, ko uvidijo, da kot posamezniki ne pomenijo nič, ali vsaj ne dosti, skupaj pa lahko predstavljajo neko silo, ki lahko premakne kako vprašanje, zadevo ali stanje na drugačno stopnjo reševanja kot je bila dotlej. Z organiziranim samopomaganjem rešujemo tako pravno, gospodarsko, finančno, športno, kulturno in še kakšno drugo problematiko, kot tudi docela osebne stike in probleme, ki jih ima posameznik v razmerju do drugih ali v skupinah kot so: družina, sosedje, sodelavci itd. Pri tem je največkrat pomembno, da samoorganizirani posameznik na podlagi svojih izkušenj spoznava, da bodo težave prej in morebiti bolje rešene, če bo sodeloval s sebi podobnimi ali enakimi, kakor da bi čakal, da mu bo kdo drug pomagal iskati rešitve, ki jih največkrat niti ni. Zato je gotovo za **vsako organizirano samopomoč najbolj pomembna skupna opredelitev problemov** ali posameznikovo spoznanje, da je najbolje zanj, če se združuje s tistimi, ki imajo enake težave in jih že poskušajo reševati. Seveda pa ne ostaja samo pri tem. Neredko tudi država, stroka ali sploh kaka organizacija napeljuje posamezne vrste ljudi, da se vključujejo v že obstoječe skupine, ki si same pomagajo priti »na zeleno vejo«.

Tako npr. poznamo danes združene alkoholike (Alcoholics Anonymous), združene shizofrenike, društva vdov, diabetikov, posameznih vrst bolnikov, ljudi s spolnimi problemi (Lesbian Daughters), starše brez partnerjev, pa Narcotics Anonymous, anonimne kokainiste, anonimne igralce na srečo, anonimne kadilce, društva tistih, ki jedo preveč, različne etnične skupine za samopomoč² itd.

Posebno pozornost pa povsod posvečajo skupinam, ki so rizične, ker so posamezniki iz njihovih vrst že bili devianti in zato v postopku pred kazenskim pravosodjem, pa okolje spoznava da jim bolj kot represija lahko pomagajo enaki, ki so že prestali ustrezne preizkušnje in lahko nanj vplivajo v pozitivnem smislu. Čeprav so te skupine večinoma pod nekim strokovnim nadzorstvom, je težišče njihove »resocializacije« vendarle na skupini sami in njeni notranji strukturiranosti in dinamiki. Ob (delnem) strokovnem vodenju in usmerjanju je »pomaganje« predvsem odvisno od ljudi, ki jih ima

² Hamm, s. 49, 52; Sandoval, s. 88; Tuck, s. 20; Ericson, s. 35 in drugi.

¹ Crisis counseling ..., s. 116.

posameznik v skupini za sebi enake in zato tudi primerne za njegovo lastno ozaveščanje o stanju, v katerem je. Prav tu nastajajo in se razvijajo še različni programi za storilce kaznivih dejanj, narkomane, alkoholike, kaznovane za spolne delikte,³ mučitelje otrok, pa za ljudi z mentalnimi boleznimi, posameznike, potrebne različnih psiholoških obravnavanj itd., tja do skupin, v katerih udeleženci skupno rešujejo zakonske zdrahe, spolne motnje, čustvene težave ipd.

Za nadzorstvena razmišljanja so najbolj pomembne skupine za samopomoč v socialnih in duševnih težavah,⁴ kajti v njih so pretežno ljudje, ki imajo, ali bodo imeli, konflikte z ljudmi v svojem okolju. S skupinskim pomaganjem je mogoče urediti prenekatero razmere z drugimi v okolju, kjer žive, kolikor jim skupina ne pomaga le razumevati njihove težave. Vsakdo naj bi v skupinski dinamiki, ne glede na to ali gre za terapevtske skupine ali za samopomaganje ali kaj drugega, spoznal, da je stiska, v kateri je njegova lastna, in da je ne bo mogel rešiti sam brez pomoči drugih. Po načelu samopomoči ne gre za »nikakršno medsebojno pomoč enega člana drugemu članu, ampak je možna le medsebojna samopomoč« pod geslom »pomagaj sebi in s tem boš pomagal drugim, da si bodo pomagali«. ⁵

Skupinske samorganizirane akcije in dejavnosti omogočajo pomoči potrebnim ljudem, da opravijo **posamezne usluge zase sami, z lastno, predvsem moralno** (ne materialno) pomočjo, in predvsem, da dosejajo na vedenjskem področju tiste spremembe, ki jim tudi v njihovem socialnem okolju dopuščajo dosegati zanje ugodnejše razmere. To je seveda odvisno od problemov, s kakršnimi se spopadajo v družini, šoli, soseski, na delovnem mestu, oziroma kakršne so njihove duševne, socialne in sploh medosebne težave. Pri tem pa je marsikdaj potrebno nemalo prizadevanj, ustvarjalnosti ter inovativnosti, kajti premagovanje zaprek tistih, ki so zaradi nečesa že etiketirani v socialnem okolju, največkrat ni lahko. Zato ne gre le za medsebojno pomaganje, ampak hkrati tudi za **skupinsko delovanje pri spreminjanju vtisov zaznamovanja v okolju**, kjer žive samopomagalci. To pa je pomembno

kontrolno vprašanje, kjer prihaja tudi do dileme, »za kaj sploh naj bi pomagali storilcem kaznivih dejanj«. ⁶

2. Terapevtske skupnosti in skupinska dinamika

Terapija je splošni naziv za postopke, s katerimi ljudem posredno ali neposredno omogočajo na organiziran način spreminjati neka disfunkcionalna stanja ali popraviti neke patološke spremembe ter tako normalizirati delovanje organizma in njegovo iznajdljivost v okolju.⁷ Ker tu ne govorimo o medicinskih terapijah, ampak o vedenjskih, ki so tako psihološke, psihiatrične, psihoanalitične, kot so rekreacijske, poklicne ipd., je seveda posebno vprašanje posameznik v svojem socialnem okolju, z motnjami, ki jih ustvarjata drug drugemu. Gre torej za **razmerja med ljudmi, ki so neustrezna in ustvarjajo različne konflikte**, vključno s kriminalom in deviantnostjo. Vpleteni v konflikt, ljudje v stiskah in težavah, posamezniki z vedenjskimi problemi, zaznamovani s kriminalom, obsojenci in mnogi drugi, pa rešujejo ali vsaj poskušajo reševati svoje stiske tudi v skupinah za samopomoč ali pa v terapevtskih skupnostih.

Terapevtske skupnosti so navadno skupine, ki delujejo po naslednjih izhodiščih: odgovornost za obravnavanje ne nosijo le zdravniki, strokovnjaki ali terapevti, razmerja med strokovnjaki in pomaganci so blizka in dopuščajo odkrito razpravljanje, razvijajo permissivno in demokratično vzdušje, komunikacije so odkrite, prav tako čustvenost, na sestankih razvijajo mehanizme za nadzorovanje vedenja in sodelovanja.⁸ Čeprav razvijajo različne tipe delovanja, odvisno tudi od posameznih vrst obravnavancev, kot so npr. zakonci, starši in otroci, žrtve kaznivih dejanj (včasih tudi skupaj z njihovimi storilci), narkomani in drugi, ali za različne terapevtske skupnosti po velikosti, kot so velike, male ali klubi,⁹ potekajo v glavnem vse v okviru t. i. **skupinske dinamike**.

Skupinsko dinamiko je prvič omenjal J. L. Moreno na Dunaju leta 1920, ki se je navduševal zlasti za sociometrijo, psihodramo, kot nekakšno tretjo revolucijo v psihiatriji. J. J. Muro

³ Moris/Tonry, s. 180.

⁴ Glej več o tem, Stritih, Socialno delo XXVI — 1987, 2, s. 27—119.

⁵ Stritih, prav tam, s. 116.

⁶ Raynor, s. 143.

⁷ Rječnik sociologije i socijalne psihologije, s. 656.

⁸ Erickson, R., s. 205.

⁹ Potrebić, s. 39—41.

je znatno kasneje trdil, da je skupinska dinamika v skupinski terapiji najpogosteje omenjen pojem, toda najmanj razumljiv.¹⁰ Skupinska dinamika se danes vendarle dojema kot družbena znanost o malih skupinah, v katerih potekajo razni socialnopsihološki procesi ter skupinske interakcije in dejavnosti, rešujejo se napetosti in konflikti, ustvarjajo se kohezije in regulacije ter vpliva na vedenje. O skupinski dinamiki je izšlo izredno veliko teoretičnih del in prispevkov za različne namene in prišlo je do tega, da se pojmovanje skupinske dinamike celo izenakuje s sociologijo in socialno psihologijo skupin oziroma obsega vse vidike skupine kot vedenjskega sistema.¹¹

Skupinska dinamika je tako v terapevtskih skupnostih kot v samopomagalnih ali kakršnih koli skupinah (tudi v družini, soseski, pri delu, med otroki pri igri itd.) pomembno sredstvo za oblikovanje vedenja, vplivanje nanj in spreminjanje vedenjskih stereotipov. Kajti že od nekdaj velja staro spoznanje, da je »nekatero človeške probleme mogoče reševati z bratsko ljubeznijo, skrbjo in združevanjem«.¹² Zato imajo terapevtske skupnosti predvsem dva cilja: individualni in socialni. Pri tem posamezniki skušajo doseči: samostojnost, sposobnost preživetja ali ozdravitev, v socialnem kontekstu pa integracijo v skupnost, pomiritev, razumevanje in sploh tisto, zaradi česar okolje ne sprejema posameznika, ga stigmatizira, zavrača in še kaj. Terapevtska skupnost deluje kot odprt sistem, ki upošteva demokratičnost, permissivnost, soočanje z realnostjo in komunalizmom (udeležbo), sodelovanje in druženje.¹³

Po teh izhodiščih delujejo različne psihoterapije, socioterapije in še kakšne druge oblike (sistemski interakcijski, skupinski psihoanalitični itd.) za družino, za mentalne bolnike, ob uporabi farmakoterapije pa skupine z zasvojenimi oziroma odvisnimi itd., tudi v raznih ustanovah prehodnega tipa, na delovnem mestu, v klubih,¹⁴ pa tudi v drugih terapevtskih komunah, kot so v zaporih, bolnišnicah, klinikah in organizacijah. Ključna zanje je nekakšna »družinska naravnost«. Kajti, posameznik, ki je upoštevan med enakimi in uživa njihovo podporo, razvija svoje izkušnje tudi glede oblikovanja samostoj-

nosti in postaja odgovornejši za svoje ravnanje, njemu enaki in podobni pa mu pomagajo rasti v poštenosti in odkritosti, mu dovoljujejo svobodo in omogočajo oblikovati lasten stil življenja.¹⁵

Ob tako obsežni dejavnosti skupinske dinamike in terapevtskih skupin pa je nujno, da prihaja celo do razcepljenosti in radikalne kritičnosti ter opozarjanja na nevarnosti, ki izhajajo iz široke uporabe tega sredstva za doseganje pričakovane konformnosti, četudi so skupine še tako demokratično vodene, vodje skupin pa razumevajoči, in čeprav skupine največkrat samo verbalizirajo svoje probleme. Toda vsaka skupina je tako ali drugače hierarhizirana, strukturirana, normativizirana in vzbuja težnje po oblasti, avtoriteti, moči in še čem drugem, kar je sicer na splošno temelj za organizirano nadzorovanje, zaradi česar terapevtske skupnosti in skupinska dinamika sploh so.

3. »Filozofija« samopomoči in samorazkazovanje

Vedenjske terapije, med njimi zlasti realiteta, temelje na izhodišču, da smo, kot pravi Glasser, rojeni z najmanj dvema prirojenima psihološkima potrebama: potrebo po sprejemanju, ljubezni in ljubljenju ter spoštovanju, in s potrebo po samospoštovanju.¹⁶ To v marsičem potrjuje raziskovanje etiološke problematike deviantnosti otrok in mladotnikov, kolikor to plat diskretnosti odrasli bolj skrivajo ali pa jo bolj prikrivajo z drugimi okoliščinami, ko preusmerjajo pozornost na druga vprašanja. Samospoštovanje pa se odraža na različne načine in seveda tudi zdaj bolj zdaj zopet manj poudarjeno. Potrebe, ki obkrožajo posameznika ali s katerimi prihaja v stik, niso vsakomur enako pomembne in tudi ne veljajo za vse ljudi enako. Zato je človeška »potrebnost« gotovo izredno selektivna in njena pomembnost nikoli ni v vseh življenjskih situacijah enaka. Zato se »potrebe« odbirajo po pomenu za posameznika in po tem, koliko je za nas pomemben kakšen položaj, od katerega je odvisno življenje v konkretnem okolju.

Potreba je vedno naravnana k nečemu in poraja pripravljenost delovati za nekaj. V vedenjskem smislu se pojavlja kot neugodje zaradi nečesa in želja po nečem, kar ustvarja razloge za

¹⁰ Opalič, s. 342.

¹¹ Rječnik sociologije i socijalne psihologije, s. 202.

¹² Kosanović, s.117.

¹³ Prav tam, s. 122—124.

¹⁴ Muičević V./Kobal M., s. 123—127.

¹⁵ Brook R./Whitehead P., s. 47.

¹⁶ Glasser, s. 117.

različna prizadevanja. Zato imamo v normalnih razmerah predvsem tiste potrebe, ki jih je lahko zadovoljevati in izhajajo iz posameznikovega stanja, ki ga oblikujejo socialne, materialne, kulturne razmere, vključno z običaji, navadami in pričakovanji okolja, v katerem živi posameznik. Zato se **potrebe vedno menjavajo** skladno z družbenim razvojem, strukturo družbe in drugimi okoliščinami, ki vplivajo na to, da današnje potrebe niso več enake tistim izpred desetih let.¹⁷

Zaradi potreb se tudi združujemo, včlanjamo v prav določene skupine in jih skupaj z drugimi skušamo zadovoljevati, ne nazadnje tudi potrebo po sprejemanju, spoštovanju, samopomaganju, tja do ljubljenja in samorazkazovanja. Te in marsikatero druge potrebe je mogoče zadovoljevati tudi v skupinah za samopomoč, za katere so značilne nekatere posebnosti, ki jih razločujejo od drugih podobnih možnosti.

Samopomagalne organizacije so predvsem majhne skupine. Ukvarjajo se s prav določenimi problemi in se uravnavajo pretežno samonanj. Člani teh skupin naj bi si bili med seboj zelo blizu, če ne docela podobni. Vsi imajo skupne cilje. Vsa dejavnost je skupna. Pomoč drugim je poudarjeno pravilo skupine. Pomoč strokovnjaka ni vedno nujna, kolikor sploh nepotrebna. Moč in vodstvo sta oblikovana na ravni med seboj enakih oziroma sta nekako vodoravna.¹⁸

V medsebojnem pomaganju, pri katerem vsi delajo za vse, vsi za vsakega in vsak za vse, ker gre za iste cilje, vsaj na čisto določenem posameznem, toda za vsakega člana skupine pomembnem področju — **ni skrivnosti.** Vsi vedo za vse, kar se dogaja in kjer je tako, je prozornost vsakega velika, nadzorljivost kolikor toliko dosledna in je nadzorstvu težko pobegniti. V tem se vsak posameznik bolje zaveda samega sebe, ker se gleda v drugih, kot nekakšen »self others«, ki mu pomagajo spoznavati lastno podobo v ogledalu in mu kažejo, kakšen naj bo ali kakšen ne sme biti, da ne bo takšen, kakršen naj bi ne bil. Kajti, skupina za pomoč obstaja prav zato, da svoje člane odvrta od tistega, kar so.

Samorazkazovanje, samoodražanje od drugih in skupinsko samoogledovanje pa je **nadzorovanje, ki verjetno bolj totalitarno in radikalno**

ne bi moglo biti. Le cilj mu zamegljuje nadzorstveno vsebino, tako da sta spreminjanje in poboljševanje toliko ločena, da se nadzorstvo kot sestavina sploh ne čuti, ali le poredkoma, oziroma ob kakih posebnih priložnostih in v posameznih razmerjih drugega z drugim.

Zato je kolikor toliko normalno, da se nadzorovanja v pomaganju ne dramatizira, kljub morebitnim krizam, ki nastajajo v skupinah. Če je v njih dostikrat kaj narobe, navadno iščejo razloge pri drugih vprašanih in še najmanj pri »nadzorstvu« kot dejavnosti »sui generis«, ker je skrito. In prav v tem je njena lastnost ter ambivalentnost, pokrita s toplino, razumevanjem, sprejemanjem, oziroma vsaj domnevnim dojetanjem stvari takih, kot so. Toda prav z razumevanjem tujih težav je mogoče opravičevati krize, popravljati svoje napake in svetovati drugim. Ali to pomeni, da pacient v skupini prevzema vlogo terapevta? Ali s tem, da deluje na druge, ker se sam spreminja, potiska skupino na višjo raven in omogoča drugim določeno stopnjo varnosti, prisrčnosti, občutljivosti, sposobnosti uživanja in ustvarjanja pobud? V marsičem gotovo. Toda skupine tudi razpadajo, posamezniki doživljajo strese, travme in krize, ogorčenja, odhajajo iz skupin, v skupinah prihaja do konfliktov, verbalnega in fizičnega ogrožanja itd., kar je nekakšno nasprotje tistemu, kar je pričakovano in zaželeno.

4. Samoaktualiziranje in samo(za)upanje

Skupinska dinamika tudi v samopomoči ustvarja različne priložnosti ne le za pomaganje kot ključno dejavnost, ampak tudi za stranske produkte, kot so samorazkazovanje ali samorazkrivanje, različne možnosti za samozasramovanje, samokazovanje in samodiscipliniranje, pa samopovzdigovanje, tja do dominiranja nad drugimi in možnosti manipuliranja ter morebiti s tem povezanega samozaupanja, samoumeščanja v simbolični red, ki naj bi ga vzdrževali v skupini itd. Ustvarja tudi nešteto priložnosti za zaupnost, vsaj s posameznimi člani, kolikor ne s skupino kot celoto in njenim vodjo. V skupini ljudi z enakimi problemi se skrb **zanje porazdeljuje,** morebitna »sramota« s težavami zmanjšuje odvisnost in prelaga na vse, kar **dopušča vsaj navidezno destigmatizacijo,** vsaj navznoter, če že ne navzven. Kajti »zunaj« so vedno ljudje, ki so drugačni, večinoma mislijo, da so boljši, ker stiske, ki jih tarejo tudi bolj

¹⁷ Glej več o tem, Rječnik sociologije i socijalne psihologije, s. 466/7; Filozofijski rječnik, s. 256.

¹⁸ Katz, A., s. 7.

skrivajo, ali bolje prenašajo. Zato ne potrebujejo skupinsko organiziranega in terapevtskega »socialnega učenja« za spoznavanje in uravnavanje samega sebe (in drugih), ker morebiti tudi nimajo toliko težav s samovrednotenjem, oziroma vsaj ne toliko, da bi pri tem potrebovali pomoč, ker so bolj sposobni in v svojih komunikacijah manj odvisni od drugih.

Samozaupanje, samoprestiz in samoaktualiziranje so ključne lastnosti, ki naj bi jih zlasti v terapevtskovedenjskih skupnostih privzgjajali posameznikom s skupinskim delom, njeno dinamiko, všteti delitev vlog, ki pri tem nastajajo. S samoaktualiziranjem oziroma samoostvarjanjem posameznik izraža težnjo, da se uresničuje, da sebi skozi objektivnost zunanjega sveta daje samega sebe in se ustvarja.¹⁹ Pri tem se gotovo tudi samooblikuje, tako da ob skupinski dinamiki **ustvarja samega sebe po podobi, ki se mu nudi ob gledanju drugih**; ti mu pomagajo pri samorealizaciji in on njim prav tako. Kolikor mu je pri tem omogočeno samoopredeljevanje, je čestokrat lahko tudi konfliktno. Kajti samoopredeljevanje največkrat ni tisto, kar bi posameznik v skupini zlasti ob ključnih vprašanjih lahko izrazil, razen če to sodi v kontekst akcije, kajti samoopredeljevanje pomeni delovanje po pobudi, merilih in zakonitostih, ki pripadajo konkretni osebnosti, pretežno neodvisno od zunanjih, zlasti tujih vplivov.²⁰ Skupinska dinamika ljudi s težavami v vedenju in v razmerjih z drugimi pa pretežno vzgaja »konformizem« z vživljanjem v potrebe drugih zaradi lastnega dožemanja svoje potrebe ob primernem samopazovanju. To samopazovanje oziroma introspekcija lastnega doživljanja pa poteka navadno kasneje, na podlagi spominjanja oziroma z retrospekcijo.²¹

Samoaktualiziranje potemtakem poteka po posameznikovi in skupinski reorganizaciji, ki je zamotan proces. Zato prihaja do tega, da tisto, kar je pomembno za nekoga, nima nobene vrednosti za drugega,²² in še bolj konfliktno je, če je veliko pomembnih reči, ki so še različno stopnjevane. Zato z oblikovanjem skupinske dinamike najbrž ne sme prihajati do nenehnega reorganiziranja, ki ustvarja zmedo. Stiske in težave pa velja reševati razumno, brez škodljive naglice in nasilja ter ob zmogljivosti skupinskih socialnoenergetskih procesov.

Samoaktualiziranje in samo(zau)panje ob notranji dinamiki vedenjskoterapevtskih (tako socialno kot psiho) skupin za marsikoga ne poteka brez bolečin in trpljenja, novih stisk in težav, toda s participativno demokracijo je v skupini upati na zglajevanje zahtev in pričakovanj tudi skupaj z ustreznimi etičnimi standardi, ki so predvsem moralni in znatno manj strokovni. Toda marsikdaj ni mogoče povsem ostati brez **strokovnosti in pomoči poklicnih svetovalcev**, če ne kar vodnikov.

Skupina torej omogoča učenje, »kako ravnati s konflikti; kako konflikte predstaviti, kako jih zmanjševati in seveda predvsem, kako spoznavati lastne konflikte in konflikte drugih«.²³ To lahko po drugi strani spet ustvarja možnost razločevanja težav in razlikovanje med kolikor toliko sebi enakimi. Toda to, morebiti tudi psihološko neravnovesje, je treba znati premagovati in uravnjavati v obravnavanje, ki naj bi bilo pomaganje, če ne katarza, ki včasih tudi ni nepomembna za olajšanje in sprostitve obremenitve, v kateri, kot pravi M. Kobal »nekateri v skupnostih postanejo pravi profesorji lastne rehabilitacije«.²⁴

Skupinsko delovanje je torej tudi **odrekanje in prilagajanje, dajanje in jemanje, zadovoljstvo in jeza**, vir težav in konfliktov²⁵ in bolj ko je instintucionalizirano, bolj je lahko neprosto-voljno in prisilno.²⁶

5. Razgaljanje in zasebnost

Skupinska dejavnost, skupinsko delo, skupinska dinamika, group sensitivity training itd., kot se imenujejo procesi v majhnih skupinah, pogosto sestavljenih zaradi docela terapevtskih razlogov, je združevanje enako ali podobno motiviranih posameznikov za prav določen namen. Ti imajo gotovo nek »defekt« na prav določenem področju komuniciranja z drugimi, ali pa se reflektirajo tako, da ustvarjajo motenost v odnosih z drugimi. Tenzije, ki nastajajo, so **ovira za njihovo uspešnost v življenju**, kolikor ne predstavljajo marsikdaj celo deviantnosti, ki jo je treba blažiti oziroma odpravljati in posameznika, kot pravimo, nekako normalizirati. Ta normalizacija pa v »skupinskem delu« poteka v so-

¹⁹ Stritih, Socialno delo XXVI, 1987, 2, s. 116.

²⁰ Kobal, M., s. 432.

²¹ Bačar, Skupinsko delo s starši, v Oblike preventivnega dela, Ljubljana, 1990, s. 77.

²² Klanjšček, Prostovoljno delo in socialna dejavnost, tip 1982, 6, s. 831.

¹⁹ Rječnik sociologije i socialne psihologije, s. 559.

²⁰ Glej tudi Filozofijski rječnik, s. 293.

²¹ Prav tam, s. 294.

²² Glasser, s. 72.

delovanju med seboj enakih, ki si pomagajo, se bodrijo in podpirajo, svetujejo in predvsem — nadzorujejo.

Posameznika v skupinski vedenjski terapiji pa ni mogoče »popravljati« drugače kot s **spoznavanjem njegovih stisk in težav** in tiste etiološke problematike, zaradi katere je njegovo obnašanje kot posledica takšno, kakršno je. Skupinsko delo oziroma terapija, tako psihična kot socialna, je naravnana od posledic k vzročnosti. Vzročnost pa je skrita v posameznikovem dojetanju sveta okoli sebe, ki ga mora razgrniti pred drugimi, če naj mu pomagajo z ozaveščanjem pri tem, kako naj v **svoji samoreflektivnosti spozna sebe v očeh drugih**. To pa seveda pomeni, da se mora v terapijski skupini tako ali drugače razkrivati, izpovedovati, si prizadevati za vzdrževanje primerne skupinskega vzdušja (group climate) in predvsem drugim razlagati ter jim pripovedovati vse tisto, zaradi česar taka skupina sploh je, bodisi samostojna ali pod vodstvom terapevta — strokovnjaka.

Večina (psiho in socio) terapijskih skupin sprejema kolikor toliko **transparentni stil delovanja**, ki bi sicer izven skupine pomenil tudi onemogočanje dostojanstvenosti, vdiranje v zasebnost, prisiljevanje k devaluaciji samega sebe, ali celo kršitev človekovih pravic do zasebnosti. Tovrstna terapijska dejavnost je zato gotovo nasprotje tistemu, čemur danes pravimo »pravica vsake osebe, da je sama« in da je drugi pri tem ne motijo, zlasti v tistih plateh njenega življenja, ki bi jih rada obdržala zase.

Zasebnost je zato v skupinskem delu tudi zaradi pomoči tista vrednota, ki je s samo dejavnostjo najbolj ogrožena. Vendar je odvisna predvsem od tega, koliko se ji posameznik podreja, koliko nanjo sam pristaja in koliko svoje »zasebnosti« vendarle zadržuje zase tudi zato, da ne bo čisto prozoren in da ne bodo drugi gledali »skozenj« ali postajali zanj čedalje bolj prozorni, kakor so nasploh lahko sicer izven skupinske dinamike in samopomagalnih in predvsem terapijskih skupin.

Zasebnost ima lahko čustveno poudarjen pomen in je odvisna od načina posameznikovega življenja, kako dojema lastno intimnost in njo v razmerju do svojih najbližjih. Z zasebnostjo skuša vsakdo obdržati del svojega življenja čisto zase, ali vsaj za tiste, ki sodijo v okvir določenega dela zasebnosti. Zasebnost je človekova pravica, ki je v marsičem in pred marsikom tudi regulirana. Pomeni pravico nekatere reči ohraniti zase, varovati samoto in jo braniti pred dru-

gimi, ostati sam in tako, da nisi nenehno opazovan, predstavlja pravico biti izločen iz skupine po lastni presoji in seveda tudi pravico odločati, kdaj stopiti iz svoje »zasebnosti«.²⁷

Z udeležbo v terapijski skupnosti, v samopomagalnih dejavnostih in ob drugih podobnih priložnosti, ki so večinoma prostovoljne, pa se **posameznik odreka tistemu delu svoje zasebnosti, s pomočjo katerega dejavnost pomaganja sploh lahko poteka**. Iz individualizirane zasebnosti stopa posameznik v skupinsko obravnavanje svojih težav in stisk ter s tem pristaja ne le na izpovedovanje diskretnosti, ampak v marsičem **tudi na nadzorovanje mišljenja** in ne samo svojega vedenja kot zunanjih manifestativnih oblik zasebnosti dojetanja socialnega okolja in reagiranja nanj v stikih z drugimi.

V skupinski samopomagalni dejavnosti se izražajo kritike, pohvale, pomoč, samokritike, frustracije itd., tja do jeze ali celo konfliktov in telesnih napadov. Drugi v skupini lahko opazujejo posameznikovo krivdo in sram največkrat skozi neverbalne komunikacije in ga spoznavajo ter ocenjujejo, kako skupina uspeva s svojo dejavnostjo, ne nazadnje s posameznikovim »izmivanjem možganov«. To pa se seveda dogaja z njegovim pristajanjem, z razgrinjanjem sebe pred skupino, kateri izroča del svoje zasebnosti, da ga obravnava kot nekakšno »skupinsko lastnino«, zato da bi sebe in s posameznikovim nadzorovanjem dela zasebnosti lahko spreminjala vedenje v zelene smeri. Samorazkrivanje in predočanje posameznikove zasebnosti ter ne nazadnje celo izpovedovanje skrivnosti, pa je v skupinskem delu gotovo najbolj **totalitarna kontrola**, čeravno se skriva pod solidarnostno humanitarnimi motivi posameznikovega in skupinskega poboljševanja in spreminjanja vedenja.

6. Vzajemnost skupinskega nadzorovanja

V skupinski dinamiki naj bi se člani skupine homogenizirali ter sprejemali vsaj najnujnejše skupinske norme. Za povprečne je taka zahteva gotovo prej sprejemljiva kot za tiste, ki se težje podreajo in pri katerih lahko skupinsko delo ustvarja več konfliktnosti kot koristnosti,²⁸ kar se tudi dogaja. Zato ljudje tudi izstopajo iz terapijskih skupin, ker ne prenesejo skupinskih

²⁷ O tem glej zlasti Šelih, A.: Kazenskopravno varstvo pravic do zasebnosti, raziskava Inštituta za kriminologijo, št. 48, Ljubljana, 1977.

²⁸ Opalič, s. 59.

pritisikov, ki **prekoračujejo njihovo raven strpnosti in dopustnosti**. Kajti to pomeni, vsaj z nadzorstvenega izhodišča, vdiranje v zasebnost, včasih pa tudi dominacijo in manipulacijo, če gre za nadmoč posameznikov, kot so ekshibicionisti, dominantni, hipomanični, histeroidni, narcisoidni, agresivni²⁹ ipd., ki si lahko v skupinski dinamiki prilastijo vloge, da jih nato »zlorablajo« tudi za kakšne namene, ki nimajo dosti ali nič skupnega s cilji. To se je nešteto krat pokazalo tudi v ekstremnih značilnostih in brezmejnih razsežnostih, celo za ceno življenja in premoženja, ne glede na to, za kaj je šlo v skupinah, za resocializacijo, za verske sekte ali za oboževanje karizmatičnih vodij. To pomeni, da v skupinah delujejo različne ravni medčloveških interakcij, verbalni in neverbalni stiki, tja do možnosti dotikanja (glej npr. psychology of touching, sociology of touching) in razumevanja simpatij in antipatij.

Kolikor so v skupinah vsaj približno enaki ljudje, potem se v njih razvijajo procesi identifikacije, socializacije, učenja, komunikacij, podpiranja in konfrontacij ter sploh osebnega vmešavanja v zasebnost drugih. Ob tem se skupno rešujejo prenekatera vprašanja, izražajo čustva, postavljajo zahteve, dajejo pozitivni in negativni odgovori, pomirjajo konflikti³⁰ ali ustvarjajo novi, razhajajo pogledi in prihaja do pojavov, o katerih pravi Glasser: »... blizkih odnosov ne uničuje pomanjkanje ljubezni. Tisto, kar jih razdira, je boj za oblast, ki izgleda neizbežen«.³¹

Oblast pa vedno nadzoruje, če tega ne dela, v bistvu ni oblast. Kako je potemtakem z oblastjo in z nadzorstvom v skupinski dinamiki? Vsaka skupina se čez nekaj časa strukturira in določi vloge, do katerih pretežno prihaja spontano. Vloge niso nekaj stalnega, ampak se tudi ob nadzorovanju menjajo, glede na to kaj je kdo, kakšen je, kako deluje ipd. V skupinski dinamiki poteka nadzorovanje v različnih smereh. Uresničuje se z dejavnostjo skupin in njihovo namenskostjo, hkrati ob izmenjavi dobrin in uslug, zaradi katerih se ustanavljajo posamezne skupine. Pravice in obveznosti v skupini so vzajemne in bodisi skupne bodisi posamične. Njihovo izvrševanje se nadzoruje po načelu »jaz tebe, ti mene«, vmešavanje pa se jemlje kot dolžnost, ki jo je treba opraviti zaradi doseganja skupinskih ciljev, tretmana, naravnosti,

vedenjske pomembnosti in še česa. Vsi pomenijo posamezniku skupinski pritisk (peer pressure) s sankcijami, ki se izvajajo v pozitivnem kot v negativnem smislu, in so predvsem čustvene narave, podobne tistim, ki jih poznamo v primarnih skupinah, v katerih ljudje žive tudi zaradi drugih nečustvenih potreb. S skupinsko dinamiko se torej tudi pri samopomoči izraža retrogradni tip kontrolne solidarnosti, ki s svojo družbenostjo, skupinskostjo ali kolektivizacijo »prisiljuje« člane h konformizmu in pričakovani poslušnosti, kar je spet razlog za nenehno »učenje«, kako se ravnati po eni strani in kako obravnavati morebitno disharmonijo po drugi. Z istimi procesi se posameznik srečuje tudi v družbeni skupnosti, toda **terapevtska skupnost je nek »laboratorij«**, v katerem se ljudje intenzivneje doživljajo, opazujejo, vrednotijo, in seveda, kar je ključno, predvsem spreminjajo, poboljšujejo in pripravljajo za življenje v normalnem svetu, v katerega naj odhajajo sposobnejši razumeti procese okoli sebe tudi zato, da bi ustvarjali manj konfliktnosti.

Vedenjskosamopomagalne skupine so iz tega izhodišča že po vsebini zasnovane **kontrolno ustvarjalne**, hkrati ko so koterapevtske. Kohezivnost pogojuje njihovo nadzorovalnost in aktualizacija življenjskih procesov ustvarja njihove terapevtske posledice. Njihovo delovanje ni brez težav, čeprav se večina njih izogiba konfliktnosti, toda do konfrontacij mora prihajati tako zaradi različnih osebnosti kot zaradi vsebinskosti posameznih skupin. **Recipročnost nadzorovanja** v skupini je določena že s samim ciljem skupinske dinamike, ki neprestano preveva posameznikovo vedenje, njegovo izbiro, odgovornost in omejuje njegovo svobodo, ki je že zaradi terapevtskih razlogov ne more prepuščati naključju, kljub morebitnemu vodenju »laissez faire«.

Zato recipročnost tu pomeni »vračanje z enakim«³² ali vsaj podobnim v nadzorovanju razmerij v skupinski dinamiki in v določeni meri »kompenzatorično bilančnim«,³³ ne glede na to, ali je posredovanje altruistično ali nealtruistično, toda kot pravi W. Glasser, »razgovarjati se ali točneje, pregovarjati se, je vse kar moremo, da bi lahko zgladili razlike«.³⁴ Medsebojnost je zato lastnost skupinske dinamike tako v pomoči kot nekakšnem nadzorovanju.

²⁹ Glej več o tem Musek: Novejše koncepcije..., Anthropolos 1987, 3—4, s. 161.

³⁰ Musek, nadaljevanje istega članka, Anthropolos 1987, 5—6, s. 223.

³¹ Glasser, s. 103.

²⁹ Prav tam, s. 59.

³⁰ Glej tudi Hanberger/Hastings, s. 125.

³¹ Glasser, s. 19.

7. Prostovoljno nadzorovanje in poboljševanje

V socio-, psiho- in drugih terapevtskih skupinah in združenjih za samopomoč se ljudje zbirajo predvsem zato, ker naj bi bili zaradi svojega spreminjanja motivirani, da jih drugi nadzorujejo prek dejavnosti, ki so lastne posameznim oblikam pomaganja. S svojo udeležbo izražajo **pripravljenost ne le biti nadzorovani** ampak do neke meje in iz prav določenih razlogov tudi prozorni, vsaj do tiste stopnje, za katero posameznik misli ali pristaja, da je nujna za njegovo socializacijo. Socializacijo predvsem zato, ker sicer ni pravega razloga (razen eksperimentalnih), da bi se posameznik podrejal drugim samo zato, da bi ga pregledovali, spregledovali, razstavljali in sestavljali, gledali vanj in spet z njegovo pomočjo kot sebi enaki opazovali sebe od zunaj navznoter in še marsikaj.

Poboljševanje, spreminjanje, socializacija ali resocializacija s pomočjo skupinske dinamike vedno zahteva določeno **prostovoljnost in sodelovanje**. Le-to tudi, če gre za manj svobodno odločanje, kot je npr. v zaporih, kjer izvajajo socio-terapijo in podobne dejavnosti skupaj z osebjem ali obsojenci sami med seboj, ker se jim to šteje v dobro in jim lahko koristi pri deljevanju kakih »privilegijev«, do katerih lažje prihajajo, če se vedejo skladno s pričakovani zaporskega osebja. Seveda pa je taka prostovoljnost v razmerah omejevanje prostosti vedno dvomljiva, ker je predvsem vodena s cilji, ki so določeni izven samega nadziranca. In če ni **prostovoljnosti pri samopomaganju**, potem je tudi **poboljševanje močno vprašljivo**, toda vse kaže, da tudi tu marsikdaj cilji opravičujejo sredstvo.

Za prostovoljno pristajanje na tuje nadzorovanje v zbiranju ljudi za terapevtske namene je gotovo pomembno, da si nadziranci vendarle sami določajo ustrezna pravila, čeprav dosti načinov izhaja iz strokovnega izvajanja posameznih oblik razmerij ljudi med seboj. Poleg prostovoljnosti so za ta namen značilni tudi »sodelovanje, priznavanje odgovornosti, določena stopnja pravičnosti, ustvarjalnosti, pa tudi učinkovitosti«. ³⁵ Brez teh izhodišč, ni mogoče pričakovati, da bodo uresničevani smotri skupinske dinamike v samopomagalnih skupinah, ki so zato, da uspevajo vsaj v določenem obsegu, sicer posamezniki ne bi bili motivirani, da se vanje vključujejo.

Ne glede na to, kako posameznik dojema dogajanja okoli sebe, je vendarle **motiviran za sodelovanje, če si obeta določene prednosti**. In ker je tako, pristaja tudi na pomoč in celo nadzorovanje drugih. Čeprav pri pomaganju pretežno ni kaznovanja, pa je pri vseh stopnjah ali fazah očitno nadzorovanje. Koliko je pri spreminjanju vedenja v skupinski dinamiki prisilnega prepričevanja, pa je seveda posebno vprašanje, ki ni odvisno le od oblike in načinov skupinskega vplivanja na člane, ampak predvsem od njegovega dojetanja tovrstnega samopomaganja, ki ga lahko tudi drugače označujemo, lahko kot nekaj, kar sploh ni tako mišljeno. W. Glasser pravi o tem takole: »Ena od najtežjih lekcij, katero je treba obvladovati pri doseganju delotvornega nadzorovanja je, da se naučimo ne označevati nekaj kot slabo samo zato, ker je drugačno od tistega, kar želimo«. ³⁶

S skupinskim delom v raznih skupnostih naj bi posameznik ob podpori drugih **dobival moč za spreminjanje svojih slabosti** in sposobnost razvijati bolj uspešne oblike interakcij, ki gotovo niso brez kontrolnih komunikacij. Le-te pa potekajo od vsakega nad vsakim in od skupine kot celote, ki je neredko odvisna od skupinskega vodje, ki mu tako v teoriji kot v praksi dajejo izreden poudarek in ne nazadnje tudi opozarjajo pred nevarnostjo njegove oblasti (avtoritativnost, dominantnost itd.). Ni dobro, če so merila za skupinski konformizem odvisna samo od njegovih izhodišč, ali če cilje določa sam, in če ne omogoča udeležnosti vseh članov skupine.

Toda, v skupinski terapiji nimajo nikoli vsi enakega »praga tolerantnosti« za nadzor med seboj in za vdiranje v lastno zasebnost, oziroma, stopnje dopuščanja prozornosti so zelo različne. In prav v tem gre videti močno konfliktnost in razloge za osipanje sodelovanja v skupinski dinamiki, še zlasti, če je motiviranost nizka in cilji posameznika preveč oddaljeni, kolikor ne celo nedosegljivi. Zato mnogi kršijo skupinska pravila, jih obhajajo, prilagajajo, nadaljujejo svoje lastno življenje ob skupinskem, so dvolični, niso pripravljeni v celoti prevzemati bremen skupinskega dela, ne sodelujejo odkrito itd. To pa ustvarja motnje, usodne za posameznika in skupino. Toda to je življenje, enako kot kje drugje v družbi. In če v terapevtski skupini ne uspeva

³⁵ Raynor, s. 180—186.

³⁶ Glasser, s. 67.

»self«, tudi posameznikov »trans self« nima izgledov, ker mu skupinsko izkustvo ne daje, kar potrebuje.

8. Samonadzorovanje kot potreba

Nadzorovanje je sestavina vsakega pomaganja in iz tega izhodišča je treba opazovati delovanje katere koli namensko ustanovljene skupine, bodisi neformalne, altruistične ali nealtruistične, terapevtske ali kake druge. **Gre le za razmerja med nadzorovanjem in pomočjo, tretmanom, terapijo, zdravljenjem, ali čemerkoli drugim, kar pomeni delati nekaj z nekom ali nad nekom.** Terapija, tako telesna kot duševna, pa s kontrolnega izhodišča vedno pomeni predvsem »delati z nekom« nekaj, da bi bil drugačen, spremenjen, boljši, sposobnejši, ozdravljen, ali karkoli takega, kar bi ga povrnilo v prejšnje stanje, ko ni bilo razlogov za njegovo obravnavanje. V tem pa gre videti dve plati dogajanj; ena je gotovo tista, ki predstavlja za naš namen pomoč nekomu od bližnjih oziroma umetno vzpostavljenih »bližnjih«, kar skupine za samopomoč gotovo so, ker se vanje združujejo ljudje s približno enakimi potrebami, interesi ali »defekti«. Druga stran pa je pomaganec sam kot subjekt pomoči in s svojo vlogo v njej. Kajti samopomoč ne vsebuje le pasivne vloge in pomaganec ni le objekt pomaganja, marveč je lahko dejaven subjekt, ki s »kontrolnega« izhodišča prav tako nadzoruje kot je nadzorovan in spreminja druge, kot je sam spreminjan, (re)socializiran, (re)habilitiran, pa obravavan in še kaj. In če to je, in če je za to motiviran ter sprejema pomoč docela namensko, ker želi postati drugačen kot je (kakorkoli, telesno ali psihično), potem je pripravljen vzdrževati vsaj določen del (lastnega) samonadzorovanja.³⁷

V družbeni skupnosti, v (laboratorijski) terapevtski skupini in sploh povsod, se moramo vedno prilagajati drugim, odvisno od tega, kje smo in za kaj gre. Vedenje in odzivanje na vedenje drugih moramo uravnavati največkrat po vnaprej določenih pravilih in pričakovanjih, ki so bodisi formalna regulacija, ali pa izhajata iz konvencij kot so tradicije, navade, običaji, morala, rituali in mnoga druga nepisana vedenj-

ska pravila. **Normalnost v odzivanju na te omejitve imenujemo navadno socializiranost, ki izhaja iz samonadzorovanja.** Le-ta pa predstavlja sposobnost slehernika ravnati se ustrezno pričakovanjem drugih, odvisno od posameznih družbenih skupin, ki imajo različne regulacije, spet glede na to, kaj so in za kaj sploh so.

To je podobno tudi v neformalnih skupinah (družina, sorodstvo, soseska, med prijatelji itd.) kot v institucionaliziranih terapevtskih ali samopomagalnih združenjih, vsaj načelno, čeprav so »laboratorijske« skupine za samopomoč vendarle urejevane z neko, če ne drugače, s strokovnimi pravili podprto regulacijo, medtem ko delovanje neformalnih skupin, zlasti v vedenjskem smislu, poteka povsem spontano in v smislu »common sense«.

Zato posameznik ni prepuščen samo skupinskim »pritiskom«, ne glede na to, ali so prijetni ali ne, ampak sam prav tako dejavno deluje, bodisi da jih sprejema, bodisi da se jim upira, jih spreminja in usmerja, odvrta ali modelira oziroma se kakorkoli odziva. Karkoli počne z njimi (če kaj) pomeni, da se odziva in to manifestno ali latentno v okviru lastnega samonadzorovanja. Zato se mu samonadzorovanje kaže kot potreba, po kateri uravnava vedenje, s katerim odpravlja, blaži ali zaostruje konflikte v stikih z drugimi, si išče somišljenike ali zaveznike ali ustvarja nasprotnike, kolikor ne sovražnike. Odvisno od posameznih položajev je, ali »potrjuje ali ogroža podobo samega sebe«³⁸ v skupini. Ni nepomembno, ali to, kar počne, deluje na druge tako, da jim je všeč, ali pa ga zato odklanjajo, oziroma se jim kaže kot nevreden upoštevanja.

Skratka, posameznikovo samonadzorovanje mora biti ozaveščeno ali, kot pravi Raynor, conscientizirano.³⁹ Z njim razvija kritičnost in previdnost, obrambo in napad, mora se znati umakniti, če pričakuje poraz, in prilagoditi, če misli, da bo s tem uspešnejši. Vedenjsko samonadzorovalnih modifikacij je lahko neskončno veliko. Vedno pa odražajo posameznikovo sposobnost komuniciranja z drugimi. In te komunikacije ter interakcije nikoli ne potekajo brez nadzorstvenih sestavin, v laboratorijskih terapevtskih in samopomagalnih dejavnosti pa še toliko bolj. Kajti tam so ljudje sploh za to, da se vidijo drug v drugem.

³⁸ Musek, J., *Anthropos*, 1987, V—VI, s. 226.

³⁹ Raynor, s. 98.

³⁷ Samonadzorovanje, zlasti v novejši kriminologiji in v okviru poskusov oblikovanja splošne teorije o kriminalu (general theory of crime) dobiva vedno večji poudarek — glej M. Gottfredson/T. Hirshi: *General Theory of Crime*, 1990, 297 strani.

Zato je samonadzorovanje nasploh in ne le v organizirani skupinski dinamiki, delovanje posameznika, ki se kaže v dveh smereh; je resnično odzivanje na vedenje drugih (z vsemi posledicami), ali pa je navidezno reagiranje in taktiziranje zaradi obrambe, manipulacije, dominacije, selekcije in še česa. Zato je samonadzorovanje, kot bi rekli, »game we play«, odvisno od posameznika. In če vsi »igramo« bolj ali manj uspešno svoje vloge, ni čudno, da prihaja do nesporazumov in spopadov in zaradi njih spet do skupinskega dela, z njegovo dinamiko in delitvijo vlog, v kateri se spet odpira »game we play« kot socialno učenje, ki ga nekateri bolj obvladujejo kot drugi. Toda po W. Glaserju, »kateri koli sistem rad nadzoruje, prav tako pa nima rad, da je nadzorovan«,⁴⁰ ampak odpori zoper konformizem s skupinskimi normami so že od nekdaj zaželeni terapevtski dogodki.⁴¹

Sklep

Vsako pomaganje, izkazovanje usmiljenja, svetovanje in podobne samarintanske, karitativne in sploh filantropične dejavnosti vedno vsebujejo sestavine nadzorovanja. Pomenijo lahko materialno podpiranje, hkrati so pa tudi vzgoja, učenje, če ne kar tretman. Večinoma pa **pomaganje pomeni tudi prizadevanje za neko integracijo, reintegracijo** če ne kar **socializacijo, resocializacijo** itd., odvisno seveda, ali gre formalno za deviante ali za nedeviante in normalne, ki pa vendarle potrebujejo neko organizirano sodelovanje ali vključenost v skupine sebi enakih, ki skupaj na kakšnem posameznikovem področju rešujejo svoje probleme, predvsem z lastnimi zmogljivostmi ali pa pod nekim strokovnim vodstvom. To tudi lahko pomeni, da marsikdo mora, zaradi ciljev, ki si jih zastavlja in obeta, za sprejemanje dela varnosti, ki mu jo daje skupina, v kateri išče pomoč, **dati v zameno del svoje svobode**. Morebiti to zaradi motiviranosti, če obstaja, ni težko storiti. Seveda nekaj povsem drugega pa je, če so posamezne vrste klientov v terapevtski skupnosti prisiljene vključevati se vanje zaradi predvidenih terapevtskih, tretmanskih in drugih podobnih, kolikor toliko prisilnih programov. Zato od združevanja zaradi samopomoči ni treba vedno pričakovati le uspešnosti, čeprav nekateri menijo, da se v tovrstnih skupinah pojavljajo tudi t. i.

»indoktrinirani verniki«. ⁴² Indoktrinacije pa so vedno nevarne, kajti indoktriniranci so navadno nadzorovalci »par excellence«, ki silijo v ospredje, se ponujajo za vodilne vloge ter iz njih nastajajo eksekutorji najrazličnejših vrst.

Samopomagalne skupine, ne glede na to kaj nastajajo in kakšni so njihovi cilji, imajo vlogo nekakšnega posrednika, četudi samo z mediacijami. Na vedenjskem področju skušajo dosežati in pri svojih članih **vzbujati smisel za prosocialno obnašanje**, ker so ga ljudje največkrat opustili, včasih je šlo tudi tako daleč, da so imeli opravek s kazenskim pravosodjem, kolikor ne gre samo za ljudi s težavami v komunikacijah z drugimi. Teh pa danes nikjer ni malo. Vprašanje je le, če obstajajo možnosti za združevanje zaradi nekega medsebojnega pomaganja, ki ima za svoj cilj tudi spreminjanje.

Ker se ljudje že od nekdaj povezujejo zaradi lažjega doseganja nečesa, kar jim je skupni cilj, čeprav pri vedenjskih vprašanjih, tudi samopomaganje ni nič novega. Prednost mu dajejo priložnosti, ki jih ponuja znanje o ljudeh ter njihovih stiskah in težavah. Toda tovrstno združevanje se ne sme izrojevati v »društva ujetnikov«, kot je to imenoval Sykes.

Samopomoč med ljudmi s težavami vedno pomeni neko namensko zbiranje posameznikov v neko skupnost zaradi reševanja prav določenih vprašanj, ki so lahko tudi predmet kriminalne politike na posameznem področju ali zadeva kazenskega pravosodja in policije. Zato velja njihovo problematiko gledati tudi s te plati. Ta je gotovo najvidnejša pri tistih vedenjskih oblikah, ki ogrožajo druge na premoženjskem, medosebnem in drugih področjih in glede na to, ali gre za nasilje, za koristoljubnost in še kaj. **Samopomagalne skupine lahko ljudi tudi odvračajo od kriminala in deviantnosti**, jim pomagajo ostajati pri primarnih deviacijah in odstranjujejo možnosti zapadanja v sekundarne, kar že predstavlja recidivizem itd. S tem pa dobivajo samopomagalne skupine predvsem kriminalnopolitični pomen, čeprav morebiti delujejo zaradi drugih razlogov in so jim kriminalnopolitični ali kontrolni nebitvenega pomena, ali se tega morebiti sploh ne zavedajo. Nekateri pa delujejo prav zato, da pomagajo pri rehabilitaciji ali resocializaciji deviantov (bivši obsojenci, zdravljeni alkoholiki in narkomani, pretepači žena, storilci kaznivih dejanj, begavci od doma itd.).

⁴⁰ Glasser, s. 41.

⁴¹ Opalič, s. 55.

⁴² Kobal, M., Naši razgledi, s. 432—433.

Za to pisanje je osrednje vprašanje nadzoro-
vanje, ki se skriva pod plaščem pomoči in za
rabo znanja o obvladovanju posameznika za-
radi njegovega vključevanja v skupnost, koli-
kor ga je že izločila. Če pomaganec misli, da
obstaja ta nevarnost, si lahko sam ali po na-
svetih drugih odloča za sodelovanje v socio in
psihoterapevtskih in podobnih skupinah za sa-
mopomoč. Nadzorstvu se pri tem ne da izogniti,
obstaja, četudi ga ne priznavajo ali ne dojemajo,
in deluje le s pomagalčevim pristajanjem. Ali je
s tem bolje za nadzorstvo ali za pomaganca, je

seveda posebnost, ki ne ostaja le na akademski
ravni. Je tudi zelo praktično, saj se izstop iz sku-
pine kaže kot možnost bega pred nadzorstvom
z vsemi okoliščinami, ki iz tega izhajajo, med
katerimi posameznikova »prozornost« ni edina,
gotovo pa je najbolj neprijetna, saj gre za nje-
govo avtonomijo, samorealizacijo, emancipacijo
in še kaj. Vesplošni konformizem pa gotovo ni
cilj samopomagalnih skupin, saj se ne sklada z
željami demokratične družbe.

Rokopis končan 24. oktobra 1991.

LITERATURA

1. Anderson, B. et al.: Resident training in co-therapy groups. *International journal of group psychotherapy*, Detroit 22 (1972) 2, s. 192—198.
2. Brook, R., Whitehead P. C.: Colloquialisms of the therapeutic community: treatment of the adolescent drug abuser. *Federal Probation*, Washington 37 (1973) 1, s. 46—50.
3. Carter, R. et al.: Community service: a review of the basic issues. *Federal Probation*, Washington 51 (1987) 1, s. 4—10.
4. **Crisis counseling, intervention, and prevention in the schools.** Ur. Sandoval, J. Hove and London, Lawrence Erlbaum 1988, 271 s.
5. **Dictionary of behavioral science.** Ur. B. B. Wolman. New York, Academic press 1989, s. 61, 79, 159, 180, 209, 292, 306, 317, 346—347.
6. Dies, R.: Group therapist transparency: a critique of theory and research. *International journal of group psychotherapy*, New York 27 (1977) 2, s. 177—200.
7. Erickson, R.: Viewing the therapeutic community through adlerian spectacles. *International journal of group psychotherapy*, New York 32 (1982) 2, s. 201—216.
8. Eriksson, T.: The therapeutic community. *International review of criminal policy*, New York (1974) 31, s. 35—41.
9. **Filozofski rječnik.** Zagreb, Matica hrvatska 1989, s. 66, 68, 78, 81, 97, 145—146, 175, 227—228, 238, 293, 309, 332, 352.
10. Glasser, W.: Sve što mislimo, radimo i osjećamo određeno je onim što se zbiva u nama. **Socijalna zaštita**, Zagreb 1989 št. 30—32, s. 13—15.
11. Hamberger, L. K.; Hastings, J. E.: Skills training of spouse abusers. *Journal of family violence*, New York 3 (1988) 2, s. 121—130.
12. Hamm, M.: Current perspectives on the prisoner self-help movement. *Federal Probation*, Washington 52 (1988) 2, s. 49—56.
13. Katz, A.: Self-help organizations and volunteers participation in social welfare. **Mental health digest**, Washington 2 (1970) 5, s. 6—9.
14. Klajnšček, C.: Prostovoljno delo in socialna dejavnost. **Teorija in praksa**, Ljubljana 19 (1982) 6, s. 824—832.
15. Kopal, M.: Združenje »pacientov« in zdravnikov. **Naši razgledi**, Ljubljana 37 (1988) 13, s. 432—433.
16. Kosanović, T.: Terapeutska komuna. **Psihologija**, Beograd 14 (1981) 1—2, s. 117—129.
17. Križnik, I.: Krizna stanja in krizne intervencije. **Penološki bilten**, Ljubljana 6 (1988) 93, s. 76—84.
18. Lubin, B., Eddy, W.: The laboratory training model: rationale, method, and some thoughts for the future. *International journal of group psychotherapy*, New York 20 (1970) 3, s. 305—339.
19. Mesec, B.: Posvetovanje o prostovoljnem delu na področjih socialnih dejavnosti. **Revija za kriminalistiko in kriminologijo**, Ljubljana 33 (1982) 2, s. 167—169.
20. Morris, N., Tonry, M.: **Between prison and probation.** Oxford, Oxford university press 1990, 283 s.
21. Mračević, V., Kopal, M.: Socioterapija funkcionalnih psihoza. **Socialna psihiatrija**, Zagreb 7 (1979) 2, s. 121—131.
22. Musek, J.: Novejše koncepcije in raziskovanja altruizma: I. in II. del. **Anthropos**, Ljubljana (1987) 3—4, s. 148—167, št. 5—6, s. 213—232.
23. Musek, J.: Temeljne kategorije in dimenzije vrednot ter vrednostne usmerjenosti. **Anthropos**, Ljubljana (1986) 1—2, s. 49—57.
24. **Oblike preventivnega dela.** Prispevki sekcije za preventivno delo. Ljubljana, Društvo psihologov Slovenije 1990, 101 s.
25. Opalić, P.: Konformizam i njegov značaj u grupnoj psihoterapiji. **Gledišta**, Beograd 25 (1984) 11—12, s. 51—62.
26. Opalić, P.: Grupna dinamika između društvene nauke i terapijske prakse. **Sociologija**, Beograd 27 (1985) 3, s. 341—360.
27. Potrebić, J.: Grupni socijalni rad sa alkoholičarima. **Socijalna politika i socijalni rad**, Beograd 20 (1984) 2, s. 38—42.
28. Raynor, B.: **Social work, justice and control.** Oxford, Blackwell 1985, 216 s.
29. **Rječnik sociologije i socijalne psihologije.** Ur. Bosanac, M. et al. Zagreb, Informator 1977, s. 1,

- 86, 93—95, 99, 100—101, 112, 117, 141—142, 168, 242—244, 258, 280—281, 297, 310, 343—344, 435, 451, 474, 490, 540—541, 599—601, 612, 622, 657.
30. Ružica, M., Rapoša-Tajšek, P., Vojnović, M.: Prostovoljno delo in druge oblike (samo)organiziranja ljudi kot sestavni del socialne politike. *Socialno delo*, Ljubljana 25 (1986) 1, s. 17—43.
31. **Simbioza in avtonomija**. 8. poletna šola skupinske dinamike. Ljubljana-Dvor pri Žužemberku, avgust 1987. Ljubljana, Društvo psihologov Slovenije 1987, 36 s.
33. Stritih, B.: Skupine za samopomoč v duševnih in socialnih težavah: dragocena oblika dela na meji med psihiatrijo in socialnim delom. *Socialno delo*, Ljubljana 26 (1987) 2, s. 97—119.
34. Šelih, A.: **Kazenskopravno varstvo pravice do zasebnosti**. Ljubljana, Inštitut za kriminologijo 1977, 202 s. (Raziskava; 48).
35. Tuck, M.: On researching self help groups: a problem in evaluation research. *Research Bulletin*, London (1979) 8, s. 20—25.
36. Wubböding, R. E.: Upotreba tehnike paradoksa. *Socijalna zaštita*, Zagreb 1989, št. 30—32, s. 157—166.

Seznam uporabljene literature pripravila Marija Milenković

Self-help as a Means of Control

Janez Pečar, S. J. D., Professor of Criminology, Institute of Criminology at Faculty of Law, Kongresni trg 12, 61000 Ljubljana, Slovenia.

When seeking help, people often turn to those who are like them and because of that unite into variously formalized groups, which sometimes operate under professional guidance, which is especially true of sociotherapeutic, psycho-therapeutic and similar groups which are primarily concerned with behaviour. Groups for any type of self-organized help also develop a system of self-control in accordance with group dynamics and they endeavour to influence group and individual behaviour in general, trying to shape relationships between members and people in the social community. For this reason, processes of self-actualization, adaptation, self-disclosure, self-reflection and transparency take place in such self-help, self-organized, therapeutic and similar groups. Part of an individual's freedom is exchanged for part of the security and help in domains where somebody feels threatened.

Generally speaking, members of groups mutually supervise each other. Interfering in somebody else's life is here considered as a duty and the therapeutic community operates as some kind of laboratory in which people not only control each other, but modify, improve, resocialize, etc. By means of therapy, treatment, assistance, etc. as well as by self-control a sense of prosocial behaviour is roused, which is the objective of criminal policy, especially as far as deviants are concerned. To conclude, self-help is an activity which is never without elements of control.

Key words: social control, self-organized help, self-help groups, group dynamics, socialization, self-control

UDC 316. 475:316.35/354 + 316.738