

WSTĘP

Pracujący w zawodach, których celem jest niesienie pomocy ludziom w najrozmaitszych sytuacjach życiowych, podejmują poważne wysiłki dla zachowania zdrowia psychicznego jednostek. Ich starania pozostają jednak często w izolacji, ponieważ brakuje elementów łączących teren działań jednostkowych z perspektywą wspólnotową, społeczną. Oznacza to, że w licznych przypadkach praca terapeutyczna psychologa pozostaje w oderwaniu od kształcąco-wychowawczych trudów nauczyciela, pomoc kliniczna ogranicza się do choroby, albo – co jeszcze gorsze – chorej części ciała, zaś duszpasterz skupia się jedynie na zbawieniu duszy wspomaganej osoby. Wszystkie te działania nie łączą się jednak we wspólną aktywność, nie tworzą środowiska społecznego, w którym poszczególni uczestnicy uczą się od siebie nawzajem, zmniejsza się liczba elementów prowadzących do choroby, a zwiększa – wspomagających zachowanie zdrowia psychicznego. Nierzadko samo społeczeństwo na swą własną szkodę przeciwstawia się działaniom, które mogły by się przyczynić do polepszenia ogólnego stanu zdrowia duchowego. Czasami stawia zdecydowany opór zmianom, kiedy indziej, zasłaniając się argumentem wymogów rynku lub ducha epoki, samo rezygnuje z wartości humanistycznych.

My reprezentujemy wspólnotowy model zdrowia psychicznego; według naszego przekonania jego ochrona nie może się ograniczać do zachowania i poprawy stanu zdrowotnego poszczególnych jednostek, lecz powinna obejmować tak rozmaite grupy, jak i całość społeczności, a poprzez współpracę profesji humanistycznych – wspomagać rozwój społeczeństwa funkcjonującego w warunkach zdrowia psychicznego. Dlatego też, według naszej interpretacji, jego ochrona zawiera w sobie wszelkie indywidualne i grupowe starania i wysiłki, służące społecznemu uznaniu zasad zdrowia psychicznego. Wyrażają się one zarówno przez podejście, teorię, tereny działania, jak przez system instytucji.

Specjaliści na ogół zgadzają się co do tego, że pojęcie zdrowia psychicznego oznacza coś więcej niż tylko nieobecność zaburzeń mentalnych. To drugie – ograniczające i używane w sensie ograniczenia – pojęcie nazywamy negatywnym stanem zdrowia psychicznego. Sygnalizuje ono, w jakiej mierze w życiu jednostki pojawiają się zaburzenia mentalne w formie objawów i problemów; używane jest też często jako synonim niezdrowia psychicznego (*mental ill-health*). Jest to stan równowagi utrzymywany przez współoddziaływanie wielu wartości biologicznych, kulturowych i spirytualnych, ale mają na niego wpływ także czynniki socjalne i struktury społeczne. Natomiast pozytywne zdrowie mentalne może się pojawić jako samodzielna wartość czy źródło siły, a więc zawiera elementy walki (*coping*) oraz wysiłki zmierzające do uniknięcia chorób i zaburzeń w sferze cielesnej i duchowej w przypadkach, kiedy jednostka styka się z przeżyciami wywołującymi zranienia psychiki. Właśnie dlatego pozytywne zdrowie psychiczne jest nie tylko zwyczajnie stanem; jest także celem i dążeniem, skierowanym przede wszystkim na rozwijanie wartości prosojalnych i podnoszenie poziomu egzystencji, wspieranie postaw akceptacji życiowej, co z kolei kon-

soliduje wartości moralne i prowadzi do zmniejszenia częstotliwości przejawów i wzorów autodestrukcyjnych, destrukcyjnych i antysocjalnych, to jest do redukcji wskaźników negatywnego zdrowia mentalnego. Według naszego podejścia pozytywne i negatywne zdrowie psychiczne nie stanowi więc dwóch punktów krańcowych jakiegoś kontinuum, lecz dwa odrębne wymiary interpretacji zdrowej osobowości.

Dyktatury odnoszą się wrogo do wszelkich dążeń, których celem jest wychowanie autonomicznej jednostki i osobowości społecznej. Usiłują zdusić wszelkie starania, które mają na celu ukształtowanie ducha niezależności i służby wspólnocie. Dlatego okres dziesięcioleci po drugiej wojnie światowej w Europie Środkowo-Wschodniej nie sprzyjał ani psychoterapii, ani samopoznaniu, ani przejawom religijności; możliwa była jedynie pedagogia „wychowująca“ człowieka tłumu. Starając się utrzymać pod swoją kontrolą wszystkie tereny życia społecznego, państwo tłumilo mechanizmy samoorganizujące społeczeństwa cywilnego. Najbardziej niechętnie odnosiło się do pracy w teamie i zajęć grupowych: poza wąskimi ramami oficjalnymi zakazywano i uniemożliwiano działalność wspólnot młodzieżowych i grup rozwoju osobowości.

Wszyscy obywatele obozu państw socjalistycznych znajdowali się w dość podobnej sytuacji. Nie mogli tworzyć grup we własnej ojczyźnie i tym bardziej nie wolno im było nawiązywać kontaktów zawodowych z przedstawicielami innych krajów. A ponieważ wszelkie druki także pozostawały pod kontrolą państwa, skromne, zgromadzone pomimo to doświadczenia nie mogły się stać ogólnie dostępne. Kiedy w 1989 r. system socjalistyczny rozpadł się, na pierwszy plan wysunął się największy niedostatek, brak kontaktów z Zachodem. Zrozumiałe, ale smutne, że wówczas znów nie zajęto się nawiązaniem więzi z krajami środkowo- i wschodnioeuropejskimi; niewtajemniczeni niemal nie znają więc osiągnięć ujawnionych po upadku dyktatury.

Uważamy za cel odnalezienie się wzajemne obywateli naszego regionu europejskiego; jednocześnie jednak nie wolno nam rezygnować z kontaktów pomiędzy tak długo oddzielonymi od siebie dwiema częściami kontynentu. Współpracę z jedną stroną, tak w sferze racjonalnej, co emocjonalnej, ułatwiają liczne podobieństwa w przeszłości, koleje przeżytej wspólnie historii; z drugą łączą nas perspektywy, nadzieje i cele teraz już rzeczywiście wspólnej przyszłości europejskiej. Pomiędzy przeszłością a przyszłością nasza sytuacja, problemy i doświadczenia są podobne, ale niejednakowe. Mogą się wzajemnie uzupełniać, wzbogacać i wspomagać osiągnięcie wspólnego celu: zmniejszenia czynników chorobotwórczych i utrwalenia zdrowia psychicznego. Lecz do głębszego zrozumienia potrzeba nam wspólnego języka, w którym podzielimy się doświadczeniami i będziemy je wspólnie przemyślać. Czasopismo nasze pragnie w tym pomóc, popiera dialog mniejszych i większych wspólnot, służąc owej wielobarwnej rzeczywistości, która nie składa się z pedagogii, pracy socjalnej, medycyny, teologii, działalności politycznej, środków przekazu informacji czy prawodawstwa, lecz z ludzi, rodzin, wspólnot i społeczeństw.

Budapeszt, 1 lipca 2006.

Komitet redakcyjny