

Pohvale knjige
Odkrito o psihiatričnih diagnozah
(2. izdaja)

»Jasni in natančni vpogledi Lucy Johnstone v psihiatrično diagnostiko so briljantni. To je najboljši vodnik za vsakogar, ki si želi razumeti pomanjkljivosti našega sedanjega sistema diagnostike. Te knjige ne bi mogel topleje priporočiti.«

– **James Davies**, izredni profesor na oddelku medicinske antropologije in psihologije Univerze Roehampton in avtor knjig *Sedated: How modern capitalism created our mental health crisis* ter *Cracked: Why psychiatry is doing more harm than good*

Pohvale ob prvi izdaji

»Ta temeljito raziskana, močno argumentirana, privlačno napisana, preiščena in dragocena knjiga pomaga bralcu s tem, kar pogosto umanjka v institucionalni oskrbi – z znanjem in viri, ki so potrebni za sprejemanje informiranih odločitev.«

– **Eleanor Longden, Psychosis Research Group, Univerza Liverpool**

»Razumevanje osebnih izkušenj krepi upanje, moč in okrevanje. To je sporočilo Lucy Johnstone, ko pazljivo razstavi psihiatrično diagnostiko in jo nato v potrditev nadgradi z osebnimi izkušnjami vpletenih.«

– **Dirk Corstens, psihiater, Chair of Intervoice**

»Temeljito raziskana, uravnotežena in osvežujoče jasna predstavitev realnosti psihiatrične diagnostike in uporabnih alternativ, ki obstajajo za pomoč ljudem v stiski.«

– **Gail A. Hornstein**, profesor psihologije, Mount Holyoke College (ZDA), avtor knjige *Agnes's Jacket: A psychologist's search for the meanings of madness*

»Ta neverjetno dragocena knjiga luknja tradicijo in psihiatrično nazadnjaštvo, odkriva luči na koncu zelo temnih tunelov, vrača spoštovanje posameznikom in jim nameni prostor ter čas za sprejem lastnih življenjskih zgodb.«

– **Polly Mortimer**, *Contemporary Psychotherapy*

» ... združuje znanstveno študijo s humanostjo in sočutjem. Razkriva edinstvene vire za vse tiste med nami, ki nam je delovanje psihiatrije škodilo in želimo preprečiti, da bi v prihodnje škodovalo drugim.«

– **Louise Gillett**, *Huffington Post*

LUCY JOHNSTONE

ODKRITO
**O PSIHIATRIČNÍH
DIAGNOZAH**



Lucy Johnstone

ODKRITO O PSIHIATRIČNIH DIAGNOZAH

© 2025 Založba Chiara



Zbirka Knjiga kot zdravilo®

Naslov izvirnika:

A Straight Talking Introduction to Psychiatric Diagnosis (revised second edition)

© 2022 PCCS Books Ltd, Wyastone Business Park,
Wyastone Leys, Monmouth, NP25 3SR, UK

Prevod: Aleksander Urbančič

Spremna beseda: Tone Vrhovnik Straka

Uredništvo in jezikovni pregled: Sia Sanaren

Strokovni pregled: Miran Možina

Grafično oblikovanje in prelom: Žiga Valetič

Podoba na ovitku: Androlia, DepositPhotos

Izdala in založila

Založba Chiara

prva izdaja, prvi natis, Ljubljana, 2025

www.zalozba-chiara.si

Za založbo: Simona Hana Boc

Tisk: Digitalni tisk Primus

Naklada: 500 izvodov

Cena: 28 €

Vse pravice pridržane. Brez pisnega dovoljenja Založbe Chiara so prepovedani reproduciranje, distribuiranje, javna priobčitev, predelava ali druga uporaba tega avtorskega dela ali njegovih delov v kakršnem koli obsegu ali postopku, hkrati s fotokopiranjem, snemanjem, tiskanjem ali shranitvijo v elektronski obliki in priklicem informacij, vse v okviru določil Zakona o avtorskih in sorodnih pravicah. Izjema so primeri kratkih navedkov v člankih, oddajah ali drugih javnih medijih.

CIP - Kataložni zapis o publikaciji

Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

616.89-085

615.851

JOHNSTONE, Lucy

Odkrito o psihiatričnih diagnozah / Lucy Johnstone ; [prevedel Aleksander Urbančič ; spremna beseda Tone Vrhovnik Straka]. - Ljubljana : Chiara, 2025.
- (Zbirka Knjiga kot zdravilo)

Prevod dela: A straight talking introduction to psychiatric diagnosis, 2nd ed.

ISBN 978-961-7205-60-2

COBISS.SI-ID 252178179

Vsebina

O AVTORICI	7
ZAHVALE	9
UVOD V ZBIRKO <i>ODKRITO O</i>	11
SPREMNA BESEDA K SLOVENSKEMU PREVODU	19
PRVO POGLAVJE	
Namen te knjige	21
DRUGO POGLAVJE	
Psihiatrična diagnoza: Trenutni kontekst	29
TRETJE POGLAVJE	
Kaj so težave s psihiatrično diagnozo?	43
ČETRTO POGLAVJE	
Podrobneje za psihiatrično diagnozo in proti njej	73
PETO POGLAVJE	
Širši vpliv psihiatrične diagnoze	87
ŠESTO POGLAVJE	
Osebn vpliv psihiatrične diagnoze	97

SEDMO POGLAVJE

Alternative psihiatrični diagnozi:

Iskanje lastne zgodbe 115

OSMO POGLAVJE

Osebne zgodbe 133

DEVETO POGLAVJE

Širši kontekst psihiatrične diagnoze 147

DESETO POGLAVJE

Kako naprej? 173

NADALJNJE BRANJE IN VIRI 187

REFERENCE 203

O avtorici

Lucy Johnstone je klinična psihologinja. Njeno zanimanje za kritiko psihiatrije in odkrivanje alternativ sedanjim modelom obravnave stiske izhaja iz večletnega dela v ustanovah duševnega zdravja odraslih, ki ga je dopolnjevala z akademskimi nalogami. Je avtorica in soavtorica več knjig, vključno z *Users and Abusers of Psychiatry* (2000, ponatis 2022), *Formulation in Psychology and Psychotherapy* (2013) in *A Straight Talking Introduction to the Power Threat Meaning Framework* (2020), kot tudi številnih poglavij in člankov s kritičnim pogledom na teorijo in prakso psihiatrije.

Skupaj s profesorico Mary Boyle sta glavni avtorici knjige *Power Threat Meaning Framework* (2018), ki predstavlja alternativo diagnostičnemu modelu stiske. Zdaj deluje kot neodvisna trenerka.

Zahvale

Zahvaljujem se Mary Boyle, Lauri Delano, Jacqui Dillon, Angeli Gilchrist, Amandi Hall, Philu Hickeyu in Johnu Readu za njihove koristne komentarje, za dovoljenje za uporabo njihovih zgodb pa iskrena hvala Eleanor, Fay, Lauri, Rachel, Jo in Rufusu.

Predstavitev zbirke

*Odkrito o*¹

Kje so težave z duševnim zdravjem?

Večina napisanega ali povedanega o duševni stiski ali težavah z duševnim zdravjem namiguje, da gre za bolezen. To nas vse preveč zlahka vodi v prepričanje, da se nam ni treba več ukvarjati s težavami v duševnem zdravju, saj je zdravljenje bolezni najprimerneje prepustiti zdravniku. Ti so strokovnjaki za bolezen, psihiatri pa pač zdravniki, ki so se specializirali za duševne bolezni. V tej zbirki knjig je pogled drugačen, saj avtorji ne verjamemo, da je treba vse težave z duševnim zdravjem samodejno razumeti kot bolezen.

Če težave z duševnim zdravjem niso nujno bolezni, to pomeni, da bremena odgovornosti za stiske v našem življenju ne bi smeli povsem prepustiti zdravnikom ali psihiatrom. Prav vsi smo odgovorni – naj bo ta odgovornost še tako majhna –, da ustvarjamo svet, v katerem ima vsakdo dostojne možnosti za izpolnjujoče življenje. To je res sporna ideja, vendar jo želimo razvijati naprej ob boku prevladujočemu medicinskemu pogledu.

Namesto sprejetja podmene, da so načini razumevanja in rešitve težav z duševnim zdravjem 'domena' medicinske stroke, si bomo

1 Predstavitev se nanaša na celotno zbirko, katere del je tudi knjiga *Odkrito o psihiatričnih diagnozah*. (Op. ur.)

temeljito ogledali alternative, ki vključujejo uporabnike psihiatričnih storitev, njihove skrbnike, družine, prijatelje in druge 'navadne' ljudi, ki prevzemajo nadzor nad svojimi življenji, in to vključuje vsakogar izmed nas. Eno od potrebnih orodij za aktivno vlogo pri težavah z duševnim zdravjem, najsi gre za naše ali zdravje koga drugega, je znanje. Vsaka knjiga iz te zbirke naj služi kot odskočna deska za vsakogar, ki bi rad o duševnem zdravju vedel več.

Kako so napisane knjige iz zbirke

Informacije

Ker želimo, da bi bile knjige razumljive, povsod, kjer je možno, uporabljamo jezik vsakodnevne rabe. Knjige bi lahko bile skoraj povsem proste strokovnega žargona, vendar smo mnenja, da je vključitev nekaterih tehničnih in medicinskih izrazov lahko samo koristna. Večina zdravnikov, psihiatrov in psihologov se pri diagnosticiranju težav z duševnim zdravjem opira na medicinski model duševnih bolezni in uporablja diagnostične priročnike. Medicinski model in diagnostični priročniki za opisovanje tega, kar zdravniki opisujejo kot 'bolezen', uporabljajo posebne izraze. Čeprav te besede ne opisujejo preveč dobro izkušenj posameznikov, se jih pri psihiatričnih in psiholoških storitvah pogosto uporablja, zaradi česar smo mnenja, da je po potrebi te izraze dobro opredeliti in jih uporabljati na način, ki bi bralcem olajšal razumevanje, kaj strokovnjaki z njimi mislijo. Ne pričakujemo, da bodo psihiatri, psihologi in drugi, ki delajo v ustanovah za duševno zdravje, prenehali uporabljati medicinsko terminologijo (čeprav menimo, da bi bilo spoštljivo, če bi jo opustili pri pogovoru s svojimi pacienti in njihovimi družinskimi člani), zato naj bi ti priročniki pomagali pri navajanju na *njihov* jezik in učenju le-tega.

V vsaki od knjig so navedeni viri za nadaljnje učenje. Poleg seznamov knjig, spletnih mest in organizacij na koncu knjig najdete tudi

reference. Slednje bralcem razkrijejo izvor informacij – trditev o učinkovitosti, argument za oziroma proti ali navedke, čemur lahko po želji tudi sledijo.

Biti realistični in pomirjujoči

Naš cilj je biti realistični – niti preveč optimistični niti pesimistični. Stvari so skoraj vedno bolj zapletene, kot si želimo. Odkrito vrednotenje težav z duševnim zdravjem, vključno s tem, kaj jih lahko povzroča, kaj jih lahko pomaga razreševati ter kakšen bi lahko bil končni izid, je, kot marsikaj v življenju, nekje vmes. Pri veliki večini ljudi bi bilo napako reči, da jih muči bolezen, od katere si ne bodo nikoli opomogli. A bilo bi enako napak reči, da jih težke misli in občutja, s katerimi se ubadajo, ne bodo v ničemer spremenili. Življenje je kopičenje izkušenj. Tako zagotovo ne obstaja tableta, ali konec koncev kakšna terapija, ki bi nas obnovila v 'takšne, kot smo bili nekoč'. Obstaja pa veliko stvari, ki jih lahko naredimo (in v tej zbirki jih mnogo tudi spoznamo) v sodelovanju z zdravniki, psihiatri, psihologi in svetovalci – praktično z vsako osebo, ki dela na področju duševnega zdravja – ter s podporo naših prijateljev in družine, ali pa kar sami, in ki prinašajo dobre možnosti, da nam bodo pomagale do boljšega počutja in bolj konstruktivnega življenja z upanjem v prihodnost.

Seveda razumemo, da so izkušnje, obravnavane v knjigah te zbirke, včasih tako pretresljive, zmedene in strašljive, da poskušajo ljudje pobegniti pred njimi z umikom vase, da se jim zmeša ali celo poskušajo storiti samomor. Do tega pride, ko naše običajne strategije spoprijemanja z življenjskimi težavami ne delujejo več. Torej sprejemamo tudi dejstvo, da je samomor v nekaterih okoliščinah racionalna izbira, ki je lahko za posameznika povsem smiselna. Kljub temu menimo, da je veliko stiske, ki vodi v tako skrajno dejanje, od katerega ni povratka, mogoče preprečiti. Ravno zaradi tega so vse knjige iz zbirke usmerjene v realistično upanje in okrevanje.

Debate

En sam priročen odgovor na mnoga najpomembnejša vprašanja, ki jih obravnavamo v teh knjigah, ne obstaja. Ne glede na to, kako zelo si želimo preprostega odgovora, smo vsi zainteresirani deležni le neskončnih debat ali prerekanja. In teh zainteresiranih, katerih glas bi se moral slišati v teh knjigah, ni malo. Izraz 'zainteresirani' uporabljamo tukaj zato, ker imajo uporabniki storitev, skrbniki, prijatelji, družina, zdravniki, psihologi, psihiatri, medicinske sestre in drugi zdravstveni delavci, znanstveniki v farmacevtskih družbah, terapevti, pravzaprav vsi ljudje, interes pri tem, kako naša družba razume in rešuje težave duševnega zdravja. Duševno zdravje je velik posel in obenem nekaj intimno zasebnega, vmes pa še mnogo več. S knjigami skušamo razlagati, kako lahko stiska (vključno z našo, če jo lahko zaznamo), ne glede na to, ali gre za profesionalno ali osebno, vpliva na izkušnjo in presojo.

Čeprav želimo predstaviti konkurenčna (včasih nasprotna) stališča, bralca ne prepuščamo temu, da bi sam ocenjeval zapletene razprave. Poskušamo predstaviti razumne sklepe, ki bi lahko nakazali določene smeri osebnega delovanja. Predvsem pa verjamemo, da je v znanju moč in da bolj ko smo obveščeni, čeprav so informacije morda nasprotujoče, lažje bomo sprejemali razumne odločitve.

Prav tako naj opozorimo, da so tudi strokovnjaki, ki pomagajo ljudem v stiski, ujeti v isti tok nasprotujočih si informacij. Njihova naloga pa je, da jih interpretirajo v našo korist, tako da so najboljše rešitve na voljo čim večjemu številu ljudi. Morda ste opazili, da beseda 'najboljše' s seboj prinaša določene izzive, nenazadnje opredelitev, kaj imamo v mislih, ko uporabljamo ta izraz. Morda 'najboljše' pomeni najučinkovitejše? A kaj, ko tudi uporaba besed, kot je 'učinkovit', uganke ne razjasni v celoti. Za delodajalca je lahko učinkovito zdravljenje tisto, ki zaposlenega hitro vrne na delo, za starše pa tisto, ki otroku zagotovi čustva sreče in umirjenosti. Za vlado, Nacionalno zdravstveno službo ali nekoga, ki vodi zasebno zdravstveno podjetje, lahko 'učinkovit' pomeni 'stroškovno učinkovit'. To nas pripelje do dokazov.

Dokazi

V knjigah te zbirke boste naleteli na vsebine, ki jih bomo predstavili kot 'dokaze'. Ta izraz je eden izmed najbolj spornih v zbirki. Za nekoga so lahko dokazi neizpodbitni, za drugega so le domišljajska mitologija, za tretjega pa zatiralska propaganda. Kljub temu se izraz vse pogosteje pojavlja v vsakdanjem okolju, zlasti v povezavi z 'na dokazih temelječo prakso'. Namen tega izraza je, da bi morali psihologi in psihiatri ponuditi zdravljenje, ki 'deluje'. Ali drugače, obstajati bi morali dokazi, da na primer pogovor o težavah ali jemanje predpisane zdravila dejansko pripomore k boljšemu počutju ljudi. Vendar pa se pri ocenjevanju teh dokazov srečujemo z resno težavo, kot bodo pokazale tudi knjige iz te zbirke. Nobenega 'dokaza' ne bomo skušali kar tako zavreči, temveč ga bomo kritično ocenili, pri tem pa se bomo nagibali k znanstvenemu vrednotenju.

Vrste dokazov, ki jih obravnavamo v teh knjigah, skupaj z njihovimi pozitivnimi in negativnimi stranmi, vključujejo navedeno v nadaljevanju.

Raziskovalni postopki, števila in statistike

Po eni strani je logika večine raziskav preprosta, po drugi strani pa lahko način, kako je treba stvari urediti, da bi se izognili pristranskosti rezultatov, privede do zapletenega sistema ocenjevanj. Včasih ga ne razumejo niti strokovnjaki. Poskušali bomo razložiti logiko študij, vendar bomo skoraj zagotovo izpustili podrobnosti. Če boste želeli, jih lahko poiščete sami.

Knjige iz te zbirke obravnavajo raziskave o številnih vprašanjih v zvezi s težavami z duševnim zdravjem, vključno z doživljanjem stiske, znanimi vzroki težav ter njihovim preprečevanjem in zdravljenjem. Za vsako od teh področij so primerne različne raziskovalne metode, zato bomo v nadaljevanju obravnavali različne vrste raziskav. Na to opozarjamo zato, ker so mnogim bralcem morda najbolj znane raziskave o učinkovitih zdravljenjih stisk, vendar želimo poudariti, da obstaja

veliko drugih verodostojnih in veljavnih virov ključnih informacij o stiskah, ki jih včasih spregledamo.

Morda ste že naleteli na mnenje, da so nekatere raziskovalne metode 'boljše' od drugih – da predstavljajo 'zlati standard'. V primeru raziskav učinkovitosti različnih načinov zdravljenja se za zlati standard običajno štejejo 'randomizirane nadzorovane študije' (RCT)². Poenostavljeno to pomeni, da so RCT zapletene (in pogosto zelo drage) študije, v katerih se skupini posameznikov, ki imajo enake težave, naključno dodeli oblika zdravljenja (na primer zdravilo ali oblika terapije s pogovorom) ali 'kontrolno' zdravljenje (v najpreprostejši obliki, brez zdravljenja ali s prazno tableto oziroma 'placebom'), s čimer se preverja, ali zdravljenje deluje. Sami nismo povsem prepričani, da so RCT študije vedno najboljši način dokazovanja učinkovitosti različnih pristopov, vendar jim trenutno najbolj zaupajo organi, ki nadzirajo financiranje in porabo sredstev, kot je (v Angliji) Nacionalni inštitut za odličnost v zdravstvu in oskrbi (NICE) – zato jih moramo poznati in razumeti.

Preden akademiki in zdravniki raziskavo sprejmejo, jo je treba napisati in objaviti v strokovni reviji, kjer jo preberejo neodvisni strokovnjaki, da se prepričajo o njeni dobronamernosti in o tem, da ni prišlo do očitnih napak. V zadnjih letih so številni ugledni akademiki in znanstveni komentatorji opozorili na morebitne težave s tem sistemom nadzora kakovosti. Knjige iz te zbirke niso namenjene obravnavi teh argumentov, vendar bomo poskrbeli za njihov poudarek, če se nanašajo na dokaze na obravnavanem področju.

Osebne izkušnje

Osebne izkušnje so tako pomemben vir dokazov, da danes ljudi, ki so utrpeli izčrpavajoče psihiatrične stiske, včasih imenujemo 'strokovnjaki po izkušnjah'. Osebne zgodbe so bistvena protiutež neosebnim številkam in statističnim podatkom, ki jih pogosto najdemo v raziskovalnih

2 Angl. *Randomised Controlled Trials*. (Op. ur.)

študijah, kot so RCT. Čeprav ni vsakdo povprečen, je večina ljudi po definiciji takšnih. Uravnoteženje povprečnih rezultatov, pridobljenih z raziskavami RCT, z nekaj osebnimi zgodbami pomaga dopolniti sliko in je zdaj splošno sprejeto do te mere, da je iz tega nastalo novo področje 'raziskovanja preživelcev'.

Razumevanje konteksta

Z upoštevanjem posameznikove družine in njenega življenja ter kulturnim, gospodarskim, družbenim in političnim okoljem, v katerem živi, dopolnimo širšo sliko. Težave z duševnim zdravjem so povezane z razmerami, v katerih živimo, prav tako kot so povezane z našo biologijo. Sporočilo ali model, ki ga skušajo posredovati te knjige, je od vsega začetka ta, da so težave na področju duševnega zdravja najpogostejše posledica zapletenih dogodkov v okolju, kjer živimo, in naših odzivov nanje. Na te odzive lahko vplivata tudi naša biologija in način, kako smo se naučili razmišljati in čustvovati. Upamo, da bodo te knjige pomagale razvozlati sestavljanke stiske ter zagotovile pozitivne predloge in upanje nam vsem, ne glede na to, ali delamo v sistemu duševnega zdravja, imamo trenutno sami težave z duševnim zdravjem, ali pa skrbimo za nekoga oziroma prijateljujemo z nekom, ki jih ima.

Upamo tudi, da bodo te knjige bralce okrepile, da bodo lažje izkoristili tisto najboljše, kar ponujajo službe duševnega zdravja. Čudovito bi bilo, če bi naša prizadevanja neposredno ali posredno vplivala na razvoj storitev, ki učinkovito obravnavajo čustvene, socialne in praktične potrebe ljudi s težavami v duševnem zdravju.

Richard Bentall

Pete Sanders

2022

Spremna beseda k slovenskemu prevodu

Ko se človek bodisi kot neposredno ogrožen ali od zunaj, kot bližnji ali prijatelj nekoga, sreča z industrijo duševnega zdravja, se zelo hitro izkaže, da ta povsod po Evropi in ZDA, v Sloveniji pa še kako, deluje kot politična stranka ali verska sekta: v njene resnice in postopke je preprosto treba verjeti, sicer človek obvelja za sovražnika, izdajalca ali – kar je najhujše – osebo z duševno težavo samo. Bolj ko se konkretno zdravljenje izkazuje za neuspešno, bolj je treba verjeti in zaupati.

Lucy Johnstone kot človek z one strani okopov duševnega zdravja (klinična psihologija je v večini zaveznica psihiatrije) odgovor na epidemijo duševne nezdravosti najde v humanističnem modelu: če se je zgodovinsko izkazalo, da se »kljub najboljšim namenom strokovnjakov za duševno zdravje ... zdi, da storitve dejansko poslabšujejo razmere«, potem morda ne drži, da se del populacije podobno kot pri virusnih obolenjih nenadoma počuti slabše, ko pa z ustrezno medicino viruse v organizmih premagamo, človek nemoteno nadaljuje z življenjem: ne, epidemija duševnih stisk morda ni seštevek nepovezanih individualnih bolezni, temveč razumljiv odgovor na poslabšane družbene razmere. Avtorica se sprašuje, ali za epidemijo slabega počutja, tesnob in depresivnosti morda niso odgovorni moderni družbeni odnosi, ki človeka nenehno izpostavljajo neenakosti, mu nalagajo vedno nove zahteve in ga 'zdravijo' s potrošništvom ter množico praznih želja – mar ni takšen svet (in ne težko dokazljive dopaminske in serotoninске zamašene

napeljave) verjetneje razlog za slabo počutje in občutke brezizhodnosti? Mar potem ves zapleteni sistem psihiatričnih diagnoz v resnici ne prispeva, da bi se posamezniku v stiski počutje dejansko izboljšalo? Avtorica postavi hipotezo, da je že samo postavljanje psihiatričnih diagnoz tako problematično in škodljivo, da bi šlo človeštvu morda celo bolje, če tovrstnega označevanja sploh ne bi bilo.

Slovenski bralke in bralci smo kar spodobno opremljeni za kritično mišljenje, kar zadeva duševno zdravje. Prevedenih imamo nekaj temeljnih del znamenitega 'proti-psihiatra' Thomasa Szasa, lani smo dobili prevod klasičnega dela enega najbolj koherentnih sodobnih kritikov psihiatričnega enoglasja Roberta Whitakerja (*Pogubnost kemopsihiatrije*), s to knjigo pa dobivamo še trezno, tehtno oceno neprimernosti in škodljivosti modela psihiatričnih diagnoz. Vsi ti in številni drugi avtorji opozarjajo, da psihiatrija kot ena redkih vej medicine niti ni zanesljivo in znanstveno veljavno popisala svojega predmeta in posledično tudi ne ve, kako k predmetu pristopiti in kaj storiti, da težavo odpravi. Že sto in več let se izkazuje, da zgolj biološki model v resnici ne zadoštuje, da bi ljudem tudi zares pomagal iz njihovih težav, še več, tudi sami modeli zdravljenja ne le ne učinkujejo, pač pa v veliko primerih položaj človeka v stiski še poslabšajo.

Avtorica kot rešitev vidi model, ki je obstajal že pred razmahom industrije duševnega zdravja in ima še danes boljše rezultate: model občutljivega poslušanja, s katerim skušamo stisko pri človeku razumeti, jo interpretirati v okviru družbene resničnosti in skupnosti, kar naj postane, kot ponuja avtorica, »ponovna vzpostavitev povezav med grožnjami in odzivi nanje ali, povedano drugače, med osebno stisko ter družbeno nepravilnostjo in neenakostjo, da bi tako lahko našli boljše poti naprej«.

Tone Vrhovnik Straka,

preživelec psihiatrije in predsednik uporabniškega društva Pogledj!