

# NORMALNOST I PSIHOLOGIJA

PROF. DR MIRKO PEKOVIĆ

**Problem normalnosti može se posmatrati sa više aspekata: psihijatrijskog ,psihološkog, opštemedicinskog, društvenog, filozofskog, transkulturnog, itd.**

**Nema opšte saglasnosti o definiciji normalnosti.**

**Sa aspekta kalsične simptoamtološke ( nozografske ) psihijatrije, bolestan je onaj koji ispoljava psihopatološke fenomene, odnosno simptome.**

**Savremena psihologija i psihijatrija  
zahtijevaju distinkciju: zdrav  
( normalan ), bolestan ( abnormalan),  
kao i pitanje kada počinje duševna  
bolest, ko je duševno bolestan, šta je  
to psihički poremećen čovjek, na koji  
način odrediti granicu između  
duševnog zdravlja i duševne bolesti.**

**Nema idealno normalnog čovjeka, normalan čovjek je idealizovan fikcija. Definicija normalnosti kreće se od utopističkih do sarkastičnih.**

**Govori se o „nultoj normalnosti“, „nesrećnoj normalnosti“, „takozvanoj normalnosti“ itd.**

**SZO zdravlje definiše na sljedeći način:  
„zdravlje je stanje potpunog fizičkog, psihičkog i socijalnog blagostanja, a ne samo odsustvo bolesti ili oronulosti.“**

**Ova definicija je neprecizna i proširuje neopravdano oblast i kompetencije medicine. Ipak, definicija je prihvatljiva, jer je ona osnova i putokaz za dijagnostiku, liječenje i preveniranje mentalno oboljelih lica.**

**Metodološki problemi određivanja i definisanja psihičke normalnosti su brojni. Otuda su mogući različiti pristupi i stavovi:**

- Mentalno zdravlje i normalnost reprezentuju
- prosjek.
- Mentalno zdravlje i normalnost znače odsustvo bolesti, normalnost kao zdravlje.
- Mentalno zdravlje je nešto više nego obični izostanak oboljenja.
- Mentalno zdravlje je dio jednog kontinuuma.
- Biti mentalno zdrav znači biti dobro prilagodljiv.
- Jačina instance Ego korelira i uslovljava stanje mentalnog zdravlja.
- Mentalno zdravlje je utopija.
- Mentalno zdravlje je proces.

**Kada su pitali Frojda koji su uslovi da bi se neko mogao smatrati normalnim, on je odgovorio kratko:“ da umije da voli i radi“.**  
**„Normalan Ego je kao i normalnost uopšte je fikcija.“**

**Ljudski život protiče kroz cikluse sukcesivnih transformacija, na koje utiču mnogobrojni faktori, od genetskih, psihololoških, socijalinih, podsticajnih i destruktivnih.**

**Čovjek našeg vremena je uplašen brojnim opasnostima, genetičkim inženjeringom, moguće je projektovati (klonirati) čovjeka.**

**Da li je to normalno, da li to priroda od nas traži.**

**Za šta će taj čovjek , nadčovjek.**

**SUPERMEN! Da li je to normalno, normalnost ili zdravlje ?!**



**U somatskoj medicini, patoanatomski supstrat, patofiziološki mehanizmi i klinička slika omogućavaju, najčešće relativno lako postavljanje dijagnoze bolesti.**

**U psihijatrije je to mnogo teže, osim u slučajevima jasnih uzroka (organski psihosindromi).**

**U psihijatriji se mora znati šta je zdravo, da bi se znalo šta je bolesno.**

**Osim toga uz bolesno postoji i abnormalno, što nije isto, jer je pojam bolesno uži, od pojma abnormalno.**

**Normalnost treba posmatrati u složenoj interakciji bioloških, psiholoških, socijalnih i kulturnih činilaca.**

**Društvene strukture, običaji, moral, sociokulturno nasljeđe, određuju ono što u određenom trenutku smatramo abnormalnim i patološkim, pa je tako normalnost višeznačan pojam, koji uključuje udio organskih, psiholoških i socijalnih faktora.**

**U sadašnjem vremenu, u društvu gdje jačaju sistemi vrijednosti: hipokrizija, konformizam, pokornost, glupost, predrasude i potrošačka psihologija, bespoštedno takmičenje pojedinaca i robovanje stvarima, stvaraju neslobodu-”bjekstvo od slobode.”**

**NORMALAN MOŽE DA BUDE SAMO SLOBODAN ČOVJEK!**

**Neki autori ističu da normalnost predpostavlja:**

**-Odnos prema sebi ( samocijenjenje,  
samopoštovanje ),**

**-Samoaktualizacija ( ostvarenje samog sebe ),**

**-Integracija ( koherentnost i kontinuitet ličnosti),**

**-Nezavisnost, sposobnost da se dožvi realnost,  
socijalni senzibilitet ( prilagođavanje okolini ).**

**Zdrava osoba je ona koja je do određenih granica  
lišena bolova i nelagoda. To je „optimalni nivo“  
samoostvarenja u konkretnoj socijalnoj situaciji.**

**From navodi da su psihijatri stvorili predstavu o „normalnoj ličnosti“, koja “nikada nije previše tužna, previše ljuta i previše otuđena“, a Jung neurotičnost smatra „preuveličanom normalnošću.“**

**Idealističko shvatanje bira kao kriterijum idealni tip normalne zdrave ličnosti, a kao abnormalnost sve ono što značajnije odstupa od tako shvaćene normale mentalnog zdravlja.**

**Racionalno i smisaono rješavanje konflikata jedna je od karakteristika zrele ličnosti i normalnosti uopšte.**

**Neki navode - zdrava ličnost aktivno vlada okolinom, pokazuje jedinstvo ličnosti i korektno percipira svijet oko sebe.**

**Erikson govori o sedam faza životnog ciklusa svakog čovjek.**

**Prve četiri faze odgovaraju Frojdovom opisu faza psihoseksualnog razvoja, a svaka od njih doprinosi razvoju Ega.**

**Te snage, ili osobine on je imenovao i nazvao:  
Nada, Volja, Cilj, Kompetentnost, Vjernost,  
Ljubav, Starenje i Mudrost.**

**One su neophodne za čovejkovu „vitalnost,  
odnosno „normalnost.“**

**Prelazak iz jedne faze u drugu Erikson je nazvao k r i z o m, koje se ne mora shvatiti kao katastrofa, već kao prekretnica ka novoj vitalnosti ili poremećaju.**

**Odrasla osoba starenjem, brigom, vaspitanjem, učenjem ... indukuje rudimente snage ega: nadu, volju, svjesni cilj, kompetentnost, lični stil, etiku, kulturološke stavove društva narednoj generaciji i ciklus generacije se neprekidno nastavlja.**

**U starosti glavna snaga ega jeste mudrost, koja se između ostalog ogleda u nepristrasnom odnosu prema životu i smrti.**



**Usmjeravanje energije ka ciljevima omogućavaju čovjeku cjelovitije funkcionisanje i bazično osjećanje zadovoljstva.**

**„Hod života sastoji se u pokušaju stalne istovjetnosti uspjeha i promašaja, probitačnosti i omaški.“**

**Meniger navodi, da je duševno zdravlje maksimalno efikasna i srećna prilagođenost ljudskog bića svijetu i ljudskim bićima.**

**From ističe, da normalnom i zdravom možemo nazvati osobu koja je u stanju da ispunjava svoju društvenu ulogu - da učestvuje u reprodukovanju društva.**

**Za individuu zdravlje i normalnost ogledaju se u njenom optimalnom razvoju i sreći.**

# Džehoda ocjenjuje duševno zdravlje pomoću pet kriterijuma:

- odsustvo duševne bolesti,
- normalnost ponašanja,
- prilagođenost sredini,
- unutrašnje jedinstvo ličnosti,
- pravilna percepcija stvarnosti.

**M. Pejović nudi sljedeći model normalne ličnosti:**

**Normalna ličnost uspješno savlađuje probleme, objektivno i subjektivno logično zapaža svijet oko sebe, a u relacijama sa drugim osobama ne polazi samo od ličnih interesa, da može da voli i radi, da uživa u tim ostvarenjima, razvija svoju individualnost, pronalazi zadovoljstvo življenja u porodici, radnoj sredini i društvu, da kroz konflikte ( intrapsihičke i interpersonalne ) iznalazi rješenja koja imaju pozitivan ishod za njih i njenu okolinu, svjesna većine svojih nedostataka, slabosti prema kompleksnosti životne egzistencije, razvoju ličnosti i samokritičnost u odnosu na svoje potencijale, životno doba i obrazovanje.**

**Potom se govori da je „ normalan čovjek odbrana oslobođen, opušten zadovoljan, koji jednostavno živi i dopušta drugima da to čine.**

**On nije opterećen bolom da dostigne nemoguće, odnosno da zadovolji nezadovoljene potrebe i da se riješi bola, kao što to čini neurotičar, jer ih jednostavno nema.**

**On ide direktno ka rešavanju problema, kompletno je prisutan u kontaktu sa drugim, reaguje adekvatno i stabilno.**

**Zadovoljan je time gdje i ne mora da  
zamišlja da ga pravi život čeka „tamo  
negdje.“**

**Živi u sadašnjosti, prihvata svoje  
godine potpuno doživivši svoju  
prošlost.**

**Njegova energija je usmjerena na  
stvarane, realne probleme, on ne  
pokušava nemoguće.**

**Normalan nema potrebu da od života pravi ono što nije. On zna da je živ, da živi, i ništa više.**

**Svaka ličnost treba da bude spontana i prirodna, oslobođena stalnih strahovanja, sumnji i osjećanja otuđenost.**

**Maslov smatra najvišim ciljem čovjeka kretanje ka samoakualizaciji.**

**Samoaktualizovani ljudi adekvatno percipiraju realnost, lako prepoznaju svoje lažne, iskrivljene i nepoštene interpersonalne relacije i zamjenjuju ih stvarnim. Oni neće iluzije, više vole da se bore čak i sa neprijatnom realnošću, nego da se uljuljkuju u prijatnim fantazijama.**



**Rodžers smatra da svaki čovjek treba da prihvata i voli sebe, „ali je samo proširivanje sebe znak zrelosti. Zrelo ljudi su sposobni za intimnost, imaju tople emocionalne odnose sa manjim brojem ljudi, a pored toga imaju potrebu da povremeno budu sami.“**

**To su sponatane kreativne ličnosti, jasnih životnih ciljeva i sa snažno razvijenim osjećanjem za humor.**

**Zrela osoba poznaje sebe i spremna je da se sebi nasmeje kaže G. Olport.**

**U osnovnim sociološkim koncepcijama psihička (ab)normalnost se interpretira kao isključivo socijalna pojava, samo jedna dimenzija duševno poremećenog ponašanja, njegovo odstupanje od prosjeka normativnih očekivanja.**

**Vjeruje se da sve dok su zidovi duševnih bolnica bili realna ili simbolička međa ludila psihička (ab) normalnost je bila vidljiva, ograničena i poznata.**

**Zidovi bolnica su bili međe, zabrana ili atar u kojima se nalazila psihička abnormalnost.**

**Teško je reći da li se psihička normalnost nalazila van zidova duševnih bolnica i da li je psihička abnormalnost bila samo u ludnici, odnosno da je psihička abnormalnost to što se nalazi iza rešetaka ludnice.**

**Danas je poznato da su granice psihičke (ab) normalnosti rastegljive, rastaču se i gube na relaciji pojedinac – grupa, jednom bliže pojedincu, drugi put bliže grupi.**

**Poterba da se sruše zidovi duševnih bolnica obrazlagana je autoritarnim klimom koji je vladao u duševnim bolnicama i drugim nehumanim postupcima, koji su se primjenjivali u ovim zabranama ( ili rezervatima ) psihičke abnormalnosti.**

## **Transkulturalna psihijatrija**

**( etnopsihijatrija ) problem normalnosti povezuju sa uticajen raznih kultura, posebno stepen tolerancije preme psihijatrijskim poremećajima.**

**Antipsihijatrijski pokret oglasio se svojim antidijagnostičkim, antiterapijskim i antirehabilitacionim stavovima.**

**Tomas Sas, američki psihijatar oduzima skoro svaki smisao pojmu normalnosti, jer se on može protegnuti na sve ljude. Sve što psihijatrija smatra patološkim, Sas svrstava u „problem živlejnja“, koji su uglavnom psihološki, moralni i pravni.**

**Za Lenga „ludilo predstavlja povratak izgubljenom kontaktu sa samim sobom....Ludak je otputovao daleko u svoj „unutrašnji prostor“, nije razume se, u stanju da komunicira sa spoljašnjim svijetom, te mora da se „vrati“ natrag. Nije izvjesno da će to uspjeti i zadatak terapeuta je da mu u tome pomogne.**



**„Zdrav čovjek je duševni bolesnik koji je ozdravio“.**

**Američki psiholog Sabrin kaže:“ Oni koji danas koriste pojam duševne bolesti snose krivicu za nedopušteno izvrtanje metafore mit“.**

**Umjesto duševne bolesti on predlaže metaforu t r a n s f o r m a c i j a socijalnog identiteta.**

**Transformacija socijalnog identiteta nastaje, kada neko pogrešno odredi svoje mjesto u socijalnom sistemu.**

**Interesantna je tvrdnja Ajzenka: „Radnje kojima se odaju normalni ljudi mogu biti gnusne, bijedne, podle, razvratne, nepoželjne, apsurdne, smiješne, djetinjaste, opasne, čudne, prostačke, neuobičajene, nastrane i nasilničke, osim ako jasno iziskuju psihijatrijsku dijagnozu, koja ih obolježava kao „bolesne,“ društvo će morati da se bavi ovim neobičnostima bez pribjegavanja psihijatriji.“**

**Nema psihičke normalnosti uopšte, nego  
postoje razne psihičke normalnosti.  
Psihička normalnost je apstrakcija i  
konstrukt, postoji kontinuum psihička  
normalnost-nenormalnost.**

**Normalnost se generalno shvata kao ravnoteža pojedinaca sa okolnom sredinom, tj. njegova sposobnost održavanja neprekidne ravnoteže, kao prilagođenost ličnosti pojedinca na promjenjive uslove sredine, kao srednja statistička veličina ( uprošćeni kvantitativni pristup ), kao određeni dijapazon odstupanja od srednje veličine, a odstupanje je uslovljeno određenim specifičnostima pojedinca ili određenim činiocima njihove okolne sredine.**

**Koristi se termin poremećaj, a ne termin bolest, kao antiteza zdravlja, ili abnormalnost kao antiteza normalnosti.**