

# PRINCI IN PRINCESKE NA ZRNU GRAHA

Otroška nevzgojenost ni dosti drugačna od prekipevajoče ekonomije: posledica obojega je kriza. | Viljem Ščuka

**N**apovedani gospodarski zastoj je bil zaradi neustreznih finančnih transakcij pričakovan. Na videz gladka in kot kvas prekipevajoča ekonomija je bila na zunaj trdna, znotraj pa puhla. Spominja me na razvajenega otroka, ki ima ogromno sladkarij in pisanih igračk, znotraj pa je prazen kot slama in osebno-stno povsem neizdelan. Tega ni kriv sam, ampak njegovi vzgojitelji, ki mu ponujajo neoliberalistično (strpno, popustljivo???) vzgojo, zaradi katere mu je dovoljeno skoraj vse. Taka vzgoja je skrajno nevarna, saj mu ne dovoljuje spoznati meja lastnega življenjskega prostora in upoštevati omejitvev, ki mu jih postavlja okolje. Ko se ta do skrajnosti razvajeni, nevzgojeni in razbrzdani otrok znajde v šoli, povzroča glavobole učiteljem in staršem, saj ni vaje potrpežljivosti v stiski in samodisciplini, ki jo zahteva šola, in je pomembna za učenje ali katero drugo delo. Tak otrok doživi vsak najmanjši stresni dogodek kot polom.

## Krave ne živijo od štiripresnih deteljc

Poskusimo to situacijo prenesti na gospodarstvo. Če je bilo pred petnajstimi leti razmerje delavskih in managerskih plač v Nemčiji 1: 45 in je do danes že poskočilo na 1: 150, pa Japonci ostajajo pri razmerju 1: 12. Tako preprečujejo fiktivno bohotenje finančnega trga. Verjetno jim je ostalo še nekaj zdrave pameti in predvsem modrosti; raje se oklepajo finančne etike, kot bi sledili načelom otročje nespametnega in razbrzdanega neoliberalizma.

## Nagovarjati ljudi k potrošništvu je nevrofiziološka napaka, ki preprečuje človekov osebnostni razvoj.

Zahodnjaki smo bili že od antike vajeni ideoloških, političnih in gospodarskih vzponov in padcev, a smo jih doslej reševali le z vojnam in s finančnimi krizami, ki jih je spremljal gospodarski zastoj. Iz izkušenj pa smo vajeni tudi, da recesiji sledi gospodarski

vzpon. Vajeni smo torej, da gremo ponovno na spolzki led in s tem dokazujemo oslovsko pamet. Kot da se ne bi znali iz izkušenj učiti.

Znotraj EU naj bi ne bilo več vojn in tudi ne nespametnih, politično podmazanih finančnih transakcij. Pa se dogajajo vedno znova, kot da še nismo dovolj zreli za socialno resničnost, ki jo živimo. Nikakor ne morem sprejeti razmerja plač 1: 150, saj je skregano z načeli vsake socialne družbe. In da bi bil absurd še večji: prav ti ljudje govorijo o globalizaciji! Zdi se mi kot razvajeni

šolarji, ki mislijo, da je mogoče živeti od sladkarij in kokakole. Ste kdaj videli kravo, ki bi živela od štiripresnih deteljc?

## Nevarno je biti potrošnik

Iz človeške nevrofiziologije pa mi je tudi znano, da je zorenje osebnosti postopen proces, ki traja že dobrih petintrideset tisoč let. Večan je na učenje obvladovanja nagonov in strasti ter na sprejemanje socialne resničnosti in določil, dogovorjenih z ustavnimi in drugimi zakonskimi določbami, pri čemer pa izzivi sodobnosti odpirajo nove vidike. Eden takšnih je tudi potrošništvo.

Biokemično gledano je razvajen potrošnik ostal brez živčnih prenašalcev (nevrotransmitterjev), ki mu omogočajo lažje prenašanje naporov ter fizičnih in psihičnih bolečin. Te snovi so endorfini, ki se v možganih tvorijo na živčnih sinapsah ob neugodju, naporih ter bolečinah in omogočajo večjo potrpežljivost v stiski, obvladovanje sebe in reševanje stresov. To so snovi, ki dajejo posamezniku občutek lastne vrednosti in notranje varnosti. Nagovarjati ljudi k potrošništvu je torej nevrofiziološka napaka, ki preprečuje človekov osebnostni razvoj in dela ljudi ranljivejše in občutljivejše za dogajanja okoli sebe. Taki ljudje so po



Foto: Wikipedia

*Občutljivim in pomehkuženim se v recesiji ne piše dobro.*

besedah danskega pripovednika Andersena »princeske na zrnju graha«, ki so v času hitrih odločitev in nenehnih sprememb drugim le v napoto. So izjemno občutljivi na strese in hitro zapadejo v čustvene in vedenjske motnje ter v psihosomatske in avtoimunske bolezni, ki so zanje lahko usodne. To so krmežljavi ljudje, vedno nerazpoloženi, nezadovoljni s seboj in z drugimi, z lastnim delom, s politiko, z gospodarstvom in življenjem nasploh. Njihov pesimizem velikokrat preraste v depresijo, malodušje v izgorelost, poseganje po nadomestkih pa v alkoholizem, odvisnost od hrane, drog in iger na srečo.

#### Finančna kriza bo kriza mehkužnežev

V prihajajoči gospodarski recesiji pričakujem veliko takšnih motenj, zlasti pri tistih, ki so zaradi pomehkuženosti nesposobni tvoriti endorfine in tiste nevrottransmitterje, ki izraziteje vplivajo na razpoloženje (na primer noradrenalin in serotonin). Če je med diplomanti naših fakultet kar veliko »princev in princesk na zrnju graha«, pričakujem tudi med mladimi managerji X in Y generacije kar precej bolezenskih izhodov. Pri tem pa zrelejšje managerje nagovarjam, naj se spomnijo lastnega otroštva, ki je bilo verjetno trše, a tudi bolj zdravo in nevrofiziološko usklajeno, kot otroštvo mladih strokovnjakov. Prav seniorji bi lahko bili mladim vzor za etično naravnost, ki zahteva sicer več potrpežljivosti v stiski

in obvladovanja sebe, a ponuja tudi več modrosti. Vprašanje je torej, koliko smo v sebi trdni seniorji in koliko je v nas modrosti. Slednje se sprašujem predvsem zato, ker se tudi seniorji raje kosamo med seboj v dolžini in prostornini svojih jaht kot v uveljavljanju lastne modrosti ...

### Najboljši krizni strategiji: potrpežljivost in dobra telesna odpornost.

**Skrbijo me mladi**  
Zadnja leta se kot terapevt spopadam s čedalje bolj nadležnim sindromom izgorevanja v managerskih vrstah in se z njimi pripravljam na leta »suhih krav«, ki so tik

pred nami. Skrbijo me mlajši in manj utrjeni strokovnjaki na odgovornejših delovnih mestih. Zanje pripravljam skupaj s pametnimi seniorji preventivne programe v okviru terapevtskih klubov. Spoznali smo, da je mogoče uporabiti centre dobrega počutja kot dopolnilno terapevtsko ponudbo za izboljšanje lastnega življenjskega sloga in za bolj zdrav odnos do sebe.

Izgorelost namreč bistveno zmanjša delovno učinkovitost, ustvarjalnost in iznajdljivost, ki bo gospodarstvu še kako potrebna v letih recesije. Preživel bo tisti, ki bo na leta suhih krav bolje pripravljen – za pripravljenost pa štejem večji občutek lastne vrednosti, večjo potrpežljivost v stiski in predvsem boljšo telesno in psihično odpornost pri premagovanju stresnih dogajanj. Po toči zvoniti bo prepozno. ■

*Viljem Ščuka je zdravnik in psihoterapevt.*

**MERKUR**

**LEP DOM  
JE NAJLEPŠE  
DARILO**