

SRĐAN PUHALO

# ŽIVOT S PLATOM OD 400 MARAKA LJEPSIM ČINE ANTIDEPRESIVI, RAKIJA I NACIONALIZAM

NE VJERUJEM VAM JA U TE ŽIVOTNE RECEPTE, PA NISU LJUDI VEŠ MAŠINE DA SVI RADE NA ISTI NAČIN. PROGRAM 1, 2, 3 I GOTOVO. ČUVAJTE SE DOBRO TIH KOJI MASOVNO NUDE RECEPTE ZA SREĆU. PSIHOLOG VAM MOŽE POMOĆI DA NEKE STVARI PRIHVATITE KAKVE JESU, JER NE MOGU BITI DRUGAČIJE, S DRUGE STRANE, MOŽE VAS NATJERATI DA NEKA ŽIVOTNA DEŠAVANJA SAGLEDAMO IZ DRUGAČIJE PERSPEKTIVE ILI DA IH INTERPRETIRAMO DRUGAČIJE. MOŽE VAS POTAČI NA BORBU, ALI RECEPT ZA SRETAN ŽIVOT SAMI MORATE OTKRITI

RAZGOVARALA: SAMILA IVKOVIĆ

**S**rdan Puhalo poznati je psiholog i istraživač javnog mnijenja. Jedan je od najaktivnijih tviteraša u BiH, gdje ga prati više od 15 hiljada osoba. Osim što svakodnevno čitamo njegove objave i blogove, često ga gledamo i putem televizije, te se pitamo odakle mu hrabrost da kaže sve što drugi ne smiju. To radi zato što, kaže, smatra dužnošću i obavezom da javno govori i ukazuje na pojave u društvu koje mu se nesvidaju ili misli da su loše.

*Osim prilike da izrazimo svoje mišljenje i probudimo druge ljude na razmišljanje, šta nam to društvene mreže još dobro donose?*

- Realno, jedini način da kažem šta mislim u Republici Srpskoj su društvene mreže. Mene nema u srpskim medijima, ali me nisu, za sada, uspjeli ušutkati upravo zahvaljujući Facebooku, Twitteru i blogovima koje pišem.

Društvene mreže su uspjele da razbiju strah od vlasti i političara u BiH i vi sada imate ljude koji rade odličan posao za bosanskohercegovačko društvo, iako nisu ni novinari, političari ili javne ličnosti. S druge strane, ne treba gajiti iluzije da se društvenim mrežama može promijeniti vlast, ali ne treba društvene mreže potcijenjivati, pogotovo što vrijeme radi protiv klasičnih medija.

To jesamo jedan alat koji, ako se pametno koristi, može napraviti mnogo problema svakoj vlasti i svakom političaru i to se mora imati na umu.

*Mislite li da smo postali nacija koja je pobjegla od stvarnosti i postala zaludena virtualnim svijetovima: Facebookom, Twitterom, Instagramom...?*

- Nismo i ništa više ili manje drugačiji od drugih ni u Regionu, a ni u svijetu. Čak mi se ponekad čini da smo još normalniji od mnogih drugih nacija. Kod nas „internet“ još nije okupirao našu svakodnevnicu, kao što je to u mnogim drugim zemljama.

Za naše bježanje od realnosti su mnogo opasniji mediji koje kontroliraju domaći političari, recimo, javni servisi, neke novine ili lokalne web stranice. Tu je naša realnost mnogo ružičastija od one na društvenim mrežama. Ne mogu Facebook, Twitter, Instagram da vam uljepšaju život s platom od 400 KM ili 500 KM, za to služe antidepressivi, rakija, narkotici i nacionalizam.

*Ako gledate sa stajališta psihologa, prerasta li nekontrolirano korištenje navedenih društvenih mreža u ozbiljan problem?*

- Čim je nešto nekontrolirano to je problem, ali mislim da to danas nije najveći i najvažniji problem. Naši problemi su nedostatak pravde, nedostatak posla, niske plate, odlazak ljudi iz zemlje, odsustvo bilo kakve pobune protiv ovakvog stanja. To su naši problemi, društvene mreže nisu toliko važne.

*Samo kod nas je posjeta psihologu sramota. Kako je biti psihologu u BiH?*

- Nisam baš klasičan psiholog, pogotovo nisam uspješan psiholog. Ja sam vam istraživač javnog mnijenja koji je igrom slučajja završio psihologiju. Teško je biti danas profesionalac bilo šta da radite u Bosni i Hercegovini, jer podobnost je ispred sposobnosti, a patriotizam ispred istine.

S druge strane, psiholozi nisu čudotvorci i oni vam mogu pokušati da pomognu koristeći svoje znanje i iskustvo, ali mnogo toga ne zavisi od njih, treba vremena i volje, i to morate imati na umu.

nemaju novca da plate odlazak kod psihologa, možda to izgleda surovo, ali to je tačno.

*Ljudi su nesretni, nezadovoljni, razočarani, nezaposleni... Psiholog takvim slučajevima ne može ponuditi recept za sretan život, no, šta može?*

- Ne vjerujem vam ja u te životne recepte, pa nisu ljudi veš mašine da svi rade na isti način. Program 1, 2, 3 i gotovo. Čuvajte se dobro tih koji masovno

životsami morate otkriti.

*Naš magazin je prošle godine radio mini istraživanje koje je pokazalo da veliki dio mladih u našem društvu koristi antidepressive. Koliko se mladi uopće usude posjetiti psihologa da na taj način pokušaju pronaći rješenje za svoje probleme?*

- Antidepressivi su najlakši način da se uklone simptomi, ali problem ostaje. S druge strane antidepressivi ne koštaju mnogo, lako se nabavljaju i ako ih pijete u domu svome, nemate problem sa stigmatizacijom.

Naravno, sve više ljudi traži pomoć od stručnjaka i to je nešto što je dobro i što treba afirmisati u javnosti.

*Stara poslovice kaže: „Na mladima svijet ostaje“. Na čemu to ostaje svijet, kuda pogledate mlade generacije?*

**MISLIM DA SU NAŠA DJECA ZASLUŽILA MNOGO BOLJU BUDUĆNOST, ALI NISAM SIGURAN DA IM JE OSTAVLJAMO. KADA GOTORIMO O BOSNI I HERCEGOVINI, VIDIMO DA IM OSTAVLJAMO RATNE ZLOČINCE KAO HEROJE, KREDITE, UNIŠTENU PRIVREDU, NJEMAČKU I AUSTRIJU KAO ALTERNATIVU, KONFORMIZAM I KUKAVIČLUK**

- Obrnuo bih tezu i zapitao se kakvu budućnost mi ostavljamo našoj djeci? Ja polako stariim i postajem svjestan razlika između mladih i starih i često ronaldam kako ništa ne čitaju, kako su posesivni, površni i slično, ali onda se sjetim da su i moji roditelji to isto i meni govorili.

Mislim da su naša djeca zaslužila mnogo bolju budućnost, ali nisam siguran da im je ostavljamo. Kada govorimo o Bosni i Hercegovini, vidimo da im ostavljamo ratne zločince kao heroje, kredite, uništenu privredu, Njemačku i Austriju kao alternativu, konformizam i kukavičluk. I to nije problem naše djece, jer oni će živjeti gdje žele, ali to je problem nas, njihovih roditelja, koji za sebe kažu da su velike patriote i rodoljubi.



Činjenica je da ljudi kod psihologa idu tek kad obidu razne gatate, astrologe i ostale šarlatane. Ako radite u školi kao psiholog, onda morate biti spremni da svaki roditelj zna bolje od vas psihologiju djece, kako se organizira i provodi nastava i nelibise da vam to otvoreno kaže.

Na kraju, morate imati na umu da mnogi ljudi

nuđe recepte za sreću. Psiholog vam može pomoći da neke stvari prihvatite kakve jesu jer ne mogu biti drugačije, s druge strane može vas naterati da neka životna dešavanja sagledamo iz drugačije perspektive ili da ih interpretiramo drugačije.

Može vas potaći na borbu, ali recept za sretan