

Goli maratoni: psihoterapija brez oblačil in brez etičnih pravil

Nude Marathons: Psychotherapy Without Clothes and Without Ethical Rules

Povzetek: V tem besedilu se spoznamo z razvojem uporabe golote v psihoterapevtske namene. Področje je zaživel v 60. letih prejšnjega stoletja, ko je psiholog Paul Bindrim začel organizirati gole maratone s predpostavko, da se med člani skupine hitreje vzpostavi zaupanje in posamezniki dobijo intenzivnejši občutek sprejetosti, če na sebi nimajo nobenih oblačil. Med raziskovanjem tega pristopa pa se nam lahko pojavijo številni pomisleki glede organizacije, izvedbe, proučevanja učinkovitosti ter dogajanja po zaključku takih delavnic, ki so v nadaljevanju podrobno predstavljeni. Do tega pristopa ostajamo kritični. Glede na neregulirano področje psihoterapije v Sloveniji opozarjamo, kaj vse je mogoče, če dejavnost ni zakonsko urejena.

Ključne besede: goli maraton, gola psihoterapija, psihoterapevtski maratoni, Paul Bindrim, etična pravila, zakon o psihoterapiji

Abstract: In this text, we become acquainted with the development of using nudity for therapeutic purposes. The field emerged in the 1960s, when psychologist Paul Bindrim began organizing nude marathons based on the assumption that among group members trust is established more quickly and individuals experience a more intense sense of acceptance when they are not wearing any clothes. While exploring this approach, numerous concerns may arise regarding organization, implementation, evaluating effectiveness, and post-workshop experiences, all of which are detailed subsequently. While maintaining a critical stance towards this approach, and considering the unregulated nature of psychotherapy in Slovenia, we highlight the possibilities that arise when an activity is not legally governed.

Keywords: nude marathon, nude psychotherapy, psychotherapeutic marathons, Paul Bindrim, ethical rules, psychotherapy act

1. UVOD

Irvin Yalom, ameriški psihiater in psihoterapevt, profesor in pisec številnih leposlovnih in strokovnih knjig, učbenikov in člankov, dvanajsto poglavje v knjigi *Darilo terapije* začne z mislijo, da je osebna psihoterapija najpomembnejši del psihoterapevtskega usposabljanja. Pravi, da je to

eden od načinov, kako psihoterapevt svojemu klientu z osebnim zgledom pokaže pravilen način in pripravljenost na sodelovanje. Poleg tega morajo terapevti poznati svojo temno plat in morajo biti sposobni sočustvovati z vsemi človeškimi željami in impulzi. (Yalom 2017, 65) V svoji 65-letni karieri ima za seboj več dolgotrajnih izkušenj lastne psihoterapije različnih modalitet, med drugim se je udeležil tudi golega maratona (Yalom 2017, 66).

2. GOLI - KAJ?

Področje gole psihoterapije se je začelo razvijati v 30. letih prejšnjega stoletja, zaživel je v 60. in zamrlo v približno dveh desetletjih, čeprav še danes lahko najdemo posameznike, ki med izvajanjem terapije uporabljajo zamisli, ki so bile zasnovane v tistih časih. Med prvimi objavami na to temo lahko najdemo članek priznanega psihologa Howarda Warrena, ki je za osem dni odšel v nudistični kamp v Nemčiji, da bi na lastni koži doživel terapevtsko nudistično izkušnjo. V besedilu govori o nekakšnem zaprtem dopustniškem turističnem kompleksu z organiziranimi raznimi dejavnostmi, ki se jih lahko udeležiš ali pa ne. Gostje so se lahko kopali v jezeru in uživali pod sončnimi žarki v adamovem kostumu, med obroki in zvečer pa so morali nositi oblačila. (Warren 1933)

Leta 1965 je Abraham H. Maslow razmišljal, kako bi golota pripomogla k boljšim učinkom običajnih skupinskih psihoterapij. Osnovni nameni golote bi bili po njegovem spodbujanje asekualne povezave ljudi na skupinskih terapijah, grajenje zaupanja in izražanje ranljivosti. (Maslow 1965) Te zamisli se je oprijel Edward Paul Bindrim, duhovnik, ki se je temu poslanstvu iz nepojasnjene razloga odrekal nekaj let prej, preden se je začel ukvarjati z golo psihoterapijo (Serban 1981). Sprva je študiral parapsihologijo, ki jo še danes lahko najdemo na seznamu psevdoznanosti (Bunge 1984; Kurtz 2023), leta 1967 pa je dobil licenco za psihologa (Oliver 1998). Pri svojem delu je opazil, da so ljudje po zaključku (klasičnih) dolgotrajnih skupinskih psihoterapij izjemno sproščeni in zaupljivi drug do drugega, saj so se po koncu seanse večkrat spontano odločili za plavanje brez kopalk v bazenu, če je bil ta na voljo. Prav zato se je odločil, da bo še istega leta začel organizirati gole maratone. (Bindrim 1968)

Raziskovanje učinkov golote v psihoterapiji je izredno kontroverzna in občutljiva zadeva. S tem, ko udeleženci skupinske terapije s sebe odvrgejo vsa oblačila, želijo doseči, da bi se tudi čustveno razgalili drug pred drugim. Pričakuje se, da med druženjem odvrgejo navidezne maske, ki jih nosijo, pozabijo na igranje družbenih vlog in se začnejo obnašati avtentično in transparentno. V teoriji naj bi se tako v skupini hitro ustvarilo zaupanje, vljudno sprejemanje naj bi se spremenilo v iskreno dobronamerno kritiko, nastala naj bi želja po sodelovanju, odvisnost pa naj bi se spremenila v avtonomijo. Bindrim je sklepal, da golota pripomore k občutku sprejetosti in pripadnosti ter zmanjšuje občutek osebne izolacije in odtujenosti. Pomagala naj bi pri večji čustveni odprtosti, prav tako naj bi povečala intenzivnost pozitivnih rezultatov. K temu naj bi še posebej pripomogel telesni stik med golimi klienti. (Bindrim 1968) Sam pravi, da je taka oblika terapije še posebno učinkovita pri ljudeh s šibko samopodobo (Klimcke 1969). Golota se torej v tem primeru uporablja kot katalizator za doseganje učinka, do katerega bi prišli tudi z običajno psihoterapijo, a bi za to potrebovali več časa in energije oziroma vloženega truda.

3. OPIS DELAVNIC

Bindrim (1968) ni bil strokovnjak niti na področju nudizma niti seksologije. Maraton imenujemo intenzivne intimne skupinske seanse, ki trajajo vsaj 24 ur, čeprav so Bindrimove skupine trajale različno, od 18 do 42 ur (Bindrim 1968; Nicholson 2007). Obstajajo goli maratoni in takšni,

kjer udeleženci nikoli ne slečejo oblačil. Za razliko od običajnih skupinskih psihoterapij, kjer se klienti le redko dotikajo drugih, so bili udeleženci golih maratonov spodbujani k objemanju, poljubljanju in doseganju vzbujenega stanja. Spolni odnosi med maratonom niso bili zaželeni, a niti prepovedani. Druga pravila so bila prepovedano druženje v ožjih skupinah, uživanje alkohola in drog ter fotografiranje. Vsi so se morali udeležiti vseh načrtovanih dejavnosti, četudi jim te niso bile po volji. Če so želeli, so lahko obdržali oblačila na sebi; če niso želeli, jim ni bilo treba razkriti svojega priimka. (Bindrim 1968)

Obvestilo o odprtih prijavah na goli maraton je bilo poslano psihologom, zakonskim svetovalcem, klientom individualnih in skupinskih terapij in udeležencem prejšnjih maratonov. Izbrali so dvajset kandidatov, deset moških in deset žensk. Na maraton iz opisa so prišli en poročen par, večina samskih in nekaj poročenih ljudi, ki so prišli brez svojega zakonca. Nekateri so že imeli izkušnje z nudizmom, večina pa jih je na takšnem srečanju sodelovala prvič. Za to izkušnjo so se odločili trije inženirji, dva učitelja, štirje klinični psihologi, farmacevt, dva urednika revij, dva socialna delavca in umetnik (zaradi enakega poimenovanja poklicev v obeh spolih v angleškem jeziku ne moremo vedeti, kdo od teh je bil moški in kdo ženska). Preostale so bile gospodinje. Srečanje je potekalo v nudističnem kampu v Kaliforniji. Vsi so s seboj morali prinesiti spalne vreče in nekaj predmetov, ki jih vzbujajo, če se jih dotikajo, gledajo, okušajo, poslušajo ali vohajo. Spali so na odprtem ob bazenu. (Bindrim 1968)

Sprva je Paul Bindrim gole maratone organiziral v paru z dr. Williamom E. Hartmanom, vsak je imel tudi svojo pomočnico. Dogodek se je začel v petek ob 21. uri in končal v nedeljo popoldne. Takoj na začetku so udeležence pozvali, naj s skupino delijo svoje strahove in pričakovanja, kasneje pa so se prestavili do bazena, kjer so se slekli. Naslednje dejavnosti so bile projekcija barvnih svetlobnih učinkov na gola telesa, poslušanje klasičnih koncertov, sprehodi, plesne delavnice in druženje v bazenu. Zadnji dan so se razdelili v pare z nasprotnim spolom in si nekaj trenutkov strmeli v oči. Nato so uporabili svoje predmete za vzbujenje. Ko so to stanje dosegli, so se morali izbranega najljubšega partnerja s prsti dotikati in mu brez besed zreti v oči. S tem so dosegli vrhunec te izkušnje. (Bindrim 1968)

Leto pozneje je bila izkušnja opisana že bistveno drugače. Bindrim pri organizaciji ni več želel pomoči. Svojo vlogo vodje skupine je zamenjal za aktivno sodelovanje v skupini na ravni soudeleženca. Skupno jih je torej bilo devetnajst, od tega sedem žensk, enajst moških in Bindrim. Po poklicu so bili psihiater, štirje učitelji, medicinska sestra, umetnik, politolog, profesor, nekdanji duhovnik, socialni delavec, kadrovski direktor, potujoči prodajalec in poročevalec (znova ne moremo razbrati spola udeležencev). Ta seansa je trajala dvajset ur. Sodelujoči so maraton začeli oblečeni. Sedeli so na tleh in dobili na voljo tri minute, da se predstavijo, navedejo svoje razloge za udeležbo in delijo svoje strahove. V naslednjih urah so si vsak z vsakim nekaj minut zrl v oči. Ko so se tako spoznali na način, ki mu Bindrim reče živalski, so odšli v ločene slačilnice, da bi se slekli. Nazaj so prišli goli, a niso ničesar videli, saj je v prostoru Bindrim ugasnil luči, torej je zavladala skoraj popolna tema. Premikali so se v krogu, zaletavali so se drug v drugega in se dotikali. Začela je igrati glasba, oni pa so poplesavali. Po tej izkušnji jim je Bindrim naročil, naj vsak izloči in pošlje ven iz prostora nekoga iz skupine, ki mu je najmanj všeč. Celotno dogajanje je trajalo do petih zjutraj, ko so nazdravili s kozarcem vina in se odpravili spat. Naslednji dan so se odpeljali na drugo lokacijo, kjer je bil bazen, v katerem so se dejavnosti nadaljevale. Sledilo je devet ur tišine, nato pa poslušanje klasične glasbe. Po sklepni razpravi o izkušnji so se udeleženci poslovili. Bindrim je izjavil, da se je to vsakič zgodilo v vzbujenem stanju, ki je podobno omamljenosti z drogami. (Klimcke 1969)

4. POMISLEKI GLEDE ORGANIZACIJE GOLIH MARATONOV

Kako je Bindrim sploh prišel do ugotovitve, da so se udeleženci skupinskih terapij pripravljeni sleči in po terapiji skupaj goli zaplavati, smo že pojasnili. Vendar ker je svojo prakso začel v prvem letu pridobitve licence, bi lastna opažanja težko zagovarjal na podlagi svojih večletnih izkušenj, saj jih takrat še ni imel.

Glede oglaševanja golih maratonov nas lahko skrbi netransparentnost, saj sta bila celotno dogajanje in program dogodka tajna. O dejavnostih na golih maratonih ni bilo mogoče izvedeti niti od nekdanjih udeležencev, saj so pred začetkom morali podpisati dolgo pogodbo, v kateri so se zavezali k molčečnosti. (Nicholson 2007, 353) Bindrima je skrbelo, da bi mu škodovalo, če bi se izvedelo, kaj se tam resnično dogaja (Bindrim 1980, 24). Morda je kdo od prijavljenih udeležencev mislil, da bo gol le, kadar bo »skrit« v vodi. O tem priča izjava klientke, da so se ljudje sprostili šele takrat, ko so vstopili v bazen (Bindrim 1968, 184). Morda so pričakovali, da se jih nihče ne bo dotikal. Ko se ljudje znajdemo v vlogi člana neke skupine, pogosto težje izrazimo svoje nestrinjanje, saj se bojimo, da nas bo skupina izločila, če bi bili preveč drugačni od drugih (Spears 2021). Tako je Ted v poročilu izjavil, da ne želi biti prvi, ki se bo slekel, ampak tudi zadnji ne (Bindrim 1968, 183). Po tej logiki se nam zdi potek golih maratonov nevaren, saj lahko dogajanje hitro eskalira, udeleženci pa si ne bi upali postaviti ali izraziti svojih mej in zaustaviti dejavnosti, če bi bila le-ta preveč intenzivna zanje. Med samim maratonom niso imeli nobenih odmorov in nihče ni smel predčasno zapustiti delavnice. V vsakem trenutku so bili drug drugemu na očeh in so se trudili pridobiti naklonjenost skupine. (Bindrim 1968)

Bindrimovi sodobniki in kritiki so ugibali, s kakšnimi razlogi je ta v resnici začel izvajati gole maratone. Ne vemo, ali je tudi sam imel težave na seksualnem področju, ali mu je nasprotni spol povzročal frustracijo in ali je težko vzpostavljal intimne odnose. (Nicholson 2007) V bistvu ne moremo a priori sklepati niti o njegovi spolni usmerjenosti, a njegov pristop k skupinski terapiji je bil podoben tistim, ki so jih imeli na terapijah zdravljenja homoseksualnosti (Serban 1981). Ko so se enemu izmed udeležencev sredi vaje ulile solze, se mu je približal drug moški in ga želel potolažiti. »Na njegovem obrazu so solze in pogled obupne žalosti,« piše (Klimcke 1969, 4). To je opazil Bindrim, ki se jima je približal, brez besed oba objel in ju začel poljubljati po ramenih, rokah in glavi (Klimcke 1969).

Čeprav je Bindrim trdil, da so goli maratoni spontana vrnitev k naravi, jih je Nicholson (2007, 345) opisal kot skrbno orkestrirane predstave psihološke iznajdljivosti in finančnega oportunizma. Za vikend maraton je Bindrim zaračunal 100 dolarjev, za 24-urnega pa 45 dolarjev (Howard 1970, 88). Z upoštevanjem inflacije bi danes to bilo okoli 900 in 400 dolarjev oziroma 840 in 370 evrov (Webster 2024). Na vsakem maratonu je bilo od 15 do 25 udeležencev. V štirinajstih letih se jih je po Bindrimovih besedah udeležilo več kot šest tisoč ljudi (Nicholson 2007). Bindrim se je hitro vživel v vlogo slavne osebe, nekakšne zvezde, in začel promovirati gole maratone z intervjuji za časopise, revije in televizijske oddaje, domače in tuje, medtem ko so se novinarji in kritiki iz njega večkrat norčevali ter tej temi pripisovali tabloidni značaj (Nicholson 2007). Vprašanje je, ali oseba, ki tako zelo uživa v pozornosti javnosti, z izvajanjem psihoterapije resnično želi dobro tudi drugim ter kakšen vzor jim daje s svojo držo.

Na gole maratone so se običajno prijavljali ljudje s težavami na spolnem področju, osebno-stnimi motnjami in ne nazadnje taki, ki so imeli težave s postavljanjem meja. Za izvedbo take delavnice so namerno izbirali permisivne posameznike s tendencami voajerizma in ekshibicionizma, slabo samopodobo in velikim spolnim apetitom. (Bindrim 1968) Danes velja, da sta tako voajerizem kot ekshibicionizem spolni motnji (Berger in Kovačič 2005). Razkazovanje golega telesa in spolno občevanje pred drugimi sta marsikje tudi kazniva.



Slika 1: Bindrim med vodenjem gole seanse v Torontu, Ontario, 1971. Bindrim je plešasti moški na sredini (Nicholson 2007).

V 60. letih prejšnjega stoletja se je pornografija sicer že zelo razmahnila, vendar je dostop do nje bil omejen. Tu so torej udeleženci imeli priložnost doživeti nekaj, kar ni bilo vsakdanje. Iz izjav sodelujočih lahko razberemo, da so moški dogodku pripisovali seksualno noto. Delili so svoje strahove o nezaželeni erekciji, o njenem pomanjkanju, pogosto so opisovali lepoto ženskih teles, željo po tem, da bi se predali svoji vzburjenosti, da bi se dotikali žensk ipd. (Bindrim 1968) Klient Jack je podelil: »To je tako, kot da bi se moja fantazija uresničila – vse te ženske – še posebno tvoje telo, Anita.« Peter pa je komentiral, da je ljubosumen, ker je Sandra izbrala drugega partnerja (Bindrim 1968, 184). Nekdo tretji je zadnji dan izkušnje bruhnil v nenadzorovan izpad besa ter drugim prisotnim izrazil svoje sovraštvo in nesprejemanje (Klimcke 1969). Tudi iz izjav ostalih klientov lahko razberemo veliko sovraštva in agresije, po drugi strani pa telesne in spolne privlačnosti, nikakor pa ne celostnega sprejemanja. Iz tega lahko sklepamo, da se med udeleženci golih maratonov ni ustvarila pristna čustvena vez, kot je bil namen, da bi se (Bindrim 1968).

Ženske so na gole maratone privabljali z nižjo ceno vstopnic (Bindrim 1968). Da lahko razumemo, zakaj bi se ženske sploh udeležile takega dogodka, skušajmo stanje umestiti v zgodovinski in kulturni okvir. Iz izjav v poročilu je razvidno, da se je večina žensk prijavila zaradi občutka lastne izbire in svobode; kar nekaj izmed njih je bilo gospodinj. Nobena ni izjavila ničesar, kar bi nakazovalo na seksualne misli ali namene, prav tako se niso ukvarjale s telesi drugih, temveč

same s seboj. Tako je Anita izjavila: »Veliko bolj sproščeno se počutim, ko sem slečena, kot ko sem oblečena. Oblečena se počutim, da moram sedeti vzravnano in vse to.« Vicky pa je rekla: »Sinoči me je prešinila misel – kakšna škoda, da mora ta čudovita struktura, to človeško telo, ki ga je oblikovala Narava, biti celo življenje zakrito.« (Bindrim 1968, 184)

5. POMISLEKI GLEDE IZVEDBE GOLIH MARATONOV

Bindrim je gole maratone začel izvajati s Hartmanom in Marilyn Fithian. Oba sta v tistem času bila študenta seksologije in nudizma. (Nicholson 2007) Kmalu pa se je odločil, da bo dogodek izvajal brez pomoči in nadzora drugih. Skupinam se je tudi pridružil in zavzel aktivno vlogo klienta (Klimcke, 1969).

V poročilu iz leta 1968 izvemo, da so se udeleženci prvič slekli, kadar so bili sami pripravljeni na to. Slačenje je potekalo spontano, preden so vstopili v bazen. A pri maratonih, ki jih je izvajal Bindrim sam, ni bilo več tako. Po začetnem spoznavanju je udeležencem naročil, naj gredo v slačilnice in s sebe odvržejo vsa oblačila. Tu je eno izmed človeku prijaznih pravil, ki je dopuščalo nošenje kopalk, če so tako želeli, izginilo. Ob vrnitvi v skupni prostor so se nato znašli v skoraj popolni temi, v kateri so se zaletavali drug v drugega. Goli neznanci so se med seboj začeli dotikati, ne da bi jih kdo prej opozoril na dogajanje, ki sledi. (Bindrim 1968) Lahko se vprašamo, kako je terapevt v temi nadzoroval dogajanje in kako bi lahko preprečil, da se kdo ne bi drugih namerno dotikal po njihovih intimnih predelih ali se samozadovaljeval. Je res naravno, da dopustimo, da se nas dotikajo neznani ljudje vseh starosti in tudi taki, ki nam na videz niso privlačni? Z estetskimi videzom golih teles se je ukvarjal tudi Warren (1933), ki je priznal, da bi mu neizoblikovana telesa in koža z izpuščaji ali ranami vzbudili gnus.

Bindrim se je ves dogodek loteval tudi drugih nekonvencionalnih pristopov. Tako so morali udeleženci v nekem trenutku poslati iz prostora nekoga, ki se jim zdi najmanj privlačen, s tem pa izgnancu samopodobe ni gradil, temveč jo je rušil. V nekem drugem primeru je Bindrim vzel ravnilo in klientu, ki je izrazil pomisleke glede dolžine lastnega penisa, želel izmeriti njegovo velikost. Tretjemu je ukazal, naj joče, ko tega ni mogel storiti. (Klimcke 1969) Možu, ki je potožil glede čustvene otopelosti svoje žene, je Bindrim v roke dal zvitek revij, s katerim je moral udarjati po klopi in si predstavljati, da tepe svojo ženo (Nicholson 2007). Ena izmed vaj, ki jo je Bindrim izvajal, je bila strmenje v mednožje drugih. Prisotni so se postavili v krog in ukazano jim je bilo, naj brez besed gledajo drug drugega v mednožje. Nad tem dejanjem se je zgražal Sigmund Koch, psiholog, ki je javno delil svoje pomisleke glede terapevtske vrednosti totalne gole samoizpostavljenosti pred tujci in Bindrimovih intervencijskih tehnik. (Nicholson 2007) Bindrim je za neki intervju izjavil: »Cilj ni priti in se pofukati. To pride naravno. Mi poskušamo ljubiti.« V nadaljevanju še doda, da se na povprečni psihiatrični konvenciji »veliko več fuka« (Klimcke 1969).

Bindrim se je rad posluževal posledic deprivacije spanja (Nicholson 2007). Te lahko spominjajo na občutek omamljenosti, ki ga Bindrim rad omenja in povečuje. Osebnosti se v takem stanju zamaknejo ali celo izginejo. Ljudje smo manj sposobni razumnega odločanja in postavljanja mej (Killgore 2010). Tudi alkohol v poznejših izvedbah maratonov ni bil več prepovedan (Klimcke 1969, 4). Danes se psihoterapije z omamljenimi klienti ne izvajajo.

Vprašanje je tudi, kje se terapija konča in se varanje začne. Nekateri udeleženci golih maratonov so bili poročeni, na maraton pa so prišli brez svojega partnerja (Bindrim 1968). Je res sprejemljivo, da se gola oseba, ki je v monogamnem predanem razmerju, objema, poljublja in vzburja pred neznanci z izgovorom, da gre za psihoterapijo?

6. POMISLEKI GLEDE PROUČEVANJA UČINKOVITOSTI GOLIH MARATONOV

Klinični psiholog Henry Murray je ocenil, da je »dvajsetim ali dvaindvajsetim udeležencem od štiriindvajsetih maraton pomagal, nihče pa ni bil poškodovan«, zato je trdil, da so goli maratoni bili učinkoviti (Bindrim 1968, 185). Bindrim je bil tudi sam presenečen nad prijetnimi prvimi golimi maratoni (Nicholson 2007). Pa je res lahko ena izkušnja ob koncu tedna tako močna, da se ljudje po koncu terapije ne bi več oprijemali svojih starih vzorcev obnašanja in prepričanj, ki so jih gradili vse življenje? Warren (1933, 178) trdi, da se človeška narava ne transformira, če si zgolj slečemo oblačila. Tudi nekateri udeleženci so menili, da goli maraton ne bo imel dolgotrajne koristi. Tako je neki učitelj ob slovesu izjavil: »No, zdaj smo se spet oblekli, torej se lahko vrnemo k našim predhodnim osamljenim vlogam.« (Klimcke 1969)

Rezultati golih maratonov niso bili nikoli sistematično raziskani, zato ne moremo vedeti, kakšne bodisi pozitivne bodisi negativne posledice so tovrstne izkušnje pustile posameznikom. Eno izmed Bindrimovih poročil sicer navaja, da je sedemnajst od dvajsetih klientov menilo, da je golota pripomogla k temu, da so se odprli in čustveno povezali (Bindrim 1968), a zbiranja mnenj o izvedbi delavnic po njihovem zaključku ni izvedel anonimno.

7. POMISLEKI GLEDE DOGAJANJA PO ZAKLJUČKU GOLIH MARATONOV

Koliko podpore in možnosti za pogovor glede dogajanja na maratonu so imeli udeleženci po koncu tega druženja, prav tako ni znano. V poročilu lahko najdemo izjavo enega od klientov: »Vse to je preveč za prenesti!« (Klimcke, 1969) Sklepne seanse pet tednov po maratonu se je udeležilo le petnajst od dvajsetih prvotno navzočih (Bindrim 1968). Bob je po maratonu ostal v stiku s Tedom, ki ni prišel na zaključno srečanje. Prenesel je njegovo sporočilo, da ga na srečanje ne bo, ker je čutil, da bi z današnjim prihodom podoživel bolečo izkušnjo maratona (Bindrim 1968, 186). Koliko Tedov je še med drugimi udeleženci, ki niso prišli ali so prišli na zaključno srečanje, ker si niso upali odpovedati? Vsi so bili sicer že klienti tradicionalne psihoterapije, a se je včasih o stvareh lažje pogovarjati z nekom, ki jih je prav tako doživel. To še posebno velja v primeru, če bi se udeleženci počutili zlorabljene, na srečanje pa jih je poslal prav njihov terapevt. Lee in Virginia, ki sta na goli maraton prišla kot par, sta po koncu maratona naznanila, da se ločujeta (Bindrim 1968, 186). Ne vemo, ali bi lahko svoje težave razrešila na klasični partnerski psihoterapiji in tako v življenju ubrala drugačno pot.

8. STROKOVNO OZADJE

Bindrim je letel na krilih Maslowovih uspehov in ga v intervjujih pogosto omenjal. Novinarji so zato Maslowa začeli pozivati, naj poda uradno izjavo, ali podpira dogajanje na golih maratonih. Objavil je skromno in previdno odobritev, vendar je izjavil, da ni vedel, da se take stvari že izvajajo. Ko je leta 1968 postal predsednik Ameriškega združenja za psihologijo, je pritisk nanj postal še večji. Odbor za znanstveno in strokovno etiko je sprožil uradno preiskavo Bindrimovega početja. Med njo je Maslow dobil anonimno informacijo o dogajanju na golih maratonih – eden od klientov se je pritožil, da se je neka aktivnost na dogodku sprevrgla v orgijo. Anonimnež je imel tudi druge nudistične izkušnje, a ga je izvajanje Bindrimovih delavnic razjezilo in prizadelo. Maslow je še vedno zagovarjal svojo prvotno idejo o uporabi golote med psihoterapijo in želel je, da vsaj nekdo eksperimentira z goloto, vendar zaradi svoje visoke funkcije sam ni želel teorije spremeniti v prakso, zato je javno podprl Bindrima, ob tem pa ignoriral dejstvo, da to, kar počne

Bindrim, ni več klasična psihoterapija. (Maslow 1979, 883) Etično preiskavo so zaradi Maslowove podpore končali, toda Ameriško združenje za psihiatrijo je zavzelo močno negativno stališče do gole psihoterapije na splošno. Leta 1973 je podalo izjavo, da so vsi spolni stiki s pacienti neetični (Feldman-Summers in Jones 1984). Temu so se kmalu pridružili tudi v Ameriškem psihološkem združenju (Campbell et al. 2021).

9. GOLA PSIHOTERAPIJA V SODOBNEM ČASU

Bindrim se je proti koncu 70. let navdušil nad idejo o življenjski energiji. Svoje gole maratone je transformiral in nove delavnice poimenoval *vodna energetika*, med izvajanjem pa je še vedno uporabljal goloto. Te skupine se niti približno niso toliko razširile, kot so se goli maratoni. Tako kot tiste, na katerih so se pozneje uporabljale razne psihoaktivne substance, so tudi te postopoma izgubile svojo priljubljenost. (Nicholson 2007, 355) V Evropi so se pojavile v 80. letih, zaradi močnega upora psihoterapevtskih zvez in organizacij pa so jih kmalu prenehali izvajati (Braaten 1979).

Danes, ko psihoterapevtski poklic še marsikje ni reguliran ali je v zakonih mogoče najti luknje, se je gola psihoterapija preselila na splet. Leta 2010 je ženska s psevdonimom Sarah White, samooklicana psihoterapevka, nekdanja natakarka in model, začela ponujati psihoterapevtske pogovore moškim klientom preko spletne kamere, medtem ko je bila ona popolnoma gola. Sama je sicer zanikala kakršnokoli povezavo s pornografijo, čeprav so se njene stranke med seansami lahko samozadovoljevale. Razliko med njo in ženskami, ki na spletu prodajajo svoje spolne storitve, pojasnjuje tako, da sama ne izpolnjuje želja svojih strank, temveč izvaja terapijo, ki naj bi jim koristila. Med ponudbo lahko najdemo tudi številne psihoterapevte, ki svojim klientom ponujajo npr. stiskanje in ljubkovanje. (Ley 2014)

10. SKLEPNE MISLI

V zadnjem času se znova več govori o prizadevanju za zakonsko opredelitev in regulacijo poklica psihoterapevta v Sloveniji, ki bi prinesla jasno zapisane pogoje za pridobitev licence, kar naj bi vključevalo tudi obvezno izkušnjo lastne psihoterapije. Po kateri modaliteti naj bi se ta izvajala in kako jasno določiti meje med njimi, pa je popolnoma nov izziv. V nereguliranem sistemu se lahko kadarkoli najde kdo, ki bi ponovno želel vpeljati goloto v psihoterapevtsko delo. Priznani klinični psiholog Carl Rogers je Bindrimovo delo opazil in dejal, da v bistvu ne nasprotuje ljudem, ki poskušajo različne pristope – zen, mistiko ali celo golo terapijo, če si to želijo (Evans 1975, 33). Morda bi bilo zanimivo preučiti učinke klasično izvedenih skupinskih psihoterapij, ki bi jim goloto samo dodali, ne pa popolnoma spremenili tudi njihovega poteka, a Roland Tharp trdi, da je pri goli psihoterapiji treba odstraniti vsako povezavo s psihologijo in terapijo (Tharp 1970, 202). Zdi se, da so goli maratoni postavljeni v kontekst, ki kar kliče po zlorabi bodisi s strani terapevta bodisi s strani drugih udeležencev. Ta zgodba se torej lahko zlije s številnimi drugimi spornimi praksami, ki sooblikujejo zgodovino psihoterapije in na še mlado znanost mečejo slabo luč, a vendar lahko ohranimo v mislih dejstvo, da je učenje s poskusi in napakami del razvoja tako človeka kakor vsake znanosti. Prav zato se nam zdi pomembno osvetliti tudi ponesrečene poskuse, saj verjamemo, da je bila napaka storjena zaman samo, če se iz nje nismo ničesar naučili.

REFERENCE

- Berger, Daša M., in Irena Kovačič.** 2005. Mednarodna klasifikacija bolezni in sorodnih zdravstvenih problemov za statistične namene: MKB-10. Ljubljana: IVZ RS – Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije.
- Bindrim, Paul.** 1968. A Report on a Nude Marathon: The Effect of Physical Nudity upon the Practice of Interaction in the Marathon Group. *Psychotherapy* 5, št. 1:180–188.
- Bindrim, Paul.** 1980. Group therapy: Protecting privacy. *Psychology Today*, št. 14:24–28.
- Braaten, Leif J.** 1979. Some Ethical Dilemmas in Sensitivity Training, Encounter Groups and Related Activities. *Journal of Applied Behavioral Science* 20, št. 1:81–91.
- Bunge, Mario.** 1984. What is Pseudoscience? *The Skeptical Inquirer*, št. 9:36–46.
- Campbell, Linda, Linda Knauss, in Lauren Meaux.** 2021. The American Psychological Association Ethics Code and Legal Statutes Regarding Sexual Boundary Violations: History and Current Status. V: *Sexual Boundary Violations in Psychotherapy: Facing Therapist Indiscretions, Transgressions, and Misconduct*, 21–43. Ur. Arlene Steinberg, Judith L. Alpert, in Christine A. Courtois. American Psychological Association.
- Evans, Richard I.** 1975. *Carl Rogers: The Man and His Ideas*. New York: Dutton.
- Feldman-Summers, Shirley, in Gwendolyn Jones.** 1984. Psychological Impacts of Sexual Contact Between Therapists or Other Health Care Practitioners and Their Clients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 52, št. 6:1054–1061.
- Howard, Jane.** 1970. *Please Touch: A Guided Tour of the Human Potential Movement*. New York: McGraw-Hill.
- Killgore, William.** 2010. Effects of Sleep Deprivation on Cognition. *Progress in Brain Research* 185:105–129.
- Klimcke, Al.** 1969. Nude Encounter. *Fifth Estate*, 29. maj–11. junij. <https://www.fifthestate.org/archive/80-may-29-june-11-1969/nude-encounter> (dostopano 26. aprila 2024).
- Kurtz, Paul.** 2023. Is Parapsychology a Science? V: *Paranormal Borderlands of Science: Best of Skeptical Inquirer*, 5–23. Ur. Kendrick Frazier. Prometheus Books.
- Ley, David J.** 2014. Naked Therapy. *Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/women-who-stray/201409/naked-therapy> (dostopano 26. aprila 2024).
- Oliver, Myrna.** 1998. E. Paul Bindrim: Father of Nude Psychotherapy. *Los Angeles Times*. <https://www.latimes.com/archives/la-xpm-1998-jan-08-mn-6211-story.html> (dostopano 26. aprila 2024).
- Maslow, Abraham H.** 1965. *Eupsychian Management: A Journal*. Homewood, Illinois: Irwin.
- – –. 1979. *The Journals of A. H. Maslow*. Monterey, Kalifornija: Brooks/Cole Publishing Company.
- Nicholson, Ian.** 2007. Baring the Soul: Paul Bindrim, Abraham Maslow and 'Nude Psychotherapy'. *Journal of the History of the Behavioral Sciences* 43, št. 4:337–359.
- Serban, George.** 1981. Sexual Activity in Therapy: Legal and Ethical Issues. *The American Journal of Psychotherapy* 35, št. 1:76–85.
- Spears, Russell.** 2021. Social Influence and Group Identity. *Annual Review of Psychology*, št. 72:367–390.
- Tharp, Roland.** 1970. Therapies, buff and blue. *Professional Psychology*, št. 1:202.
- Warren, Howard C.** 1933. Social Nudism and the Body Taboo. *Psychological Review* 40, št. 2:160–183.
- Webster, Ian.** 2024. CPI Inflation Calculator. Official Data. <https://www.officialdata.org/us/inflation/1968> (dostopano 26. aprila 2024).
- Yalom, Irvin D.** 2017. *Darilo terapije: odprto pismo novi generaciji terapevtov in njihovim klientom*. Ljubljana: UMco.