



Statistike pokazuju da se **sedativi**, **antidepresivi** i **antipsihotici** prepisuju sve više, često i bez prave potrebe. Suvremeni životni ritam prisiljava nas da potražimo ekspresna rješenja za naše psihičke tegobe, od onih lakših poput nesanice i tjeskobe, do onih težih poput depresije. Farmaceuti nas uvjeravaju da postoji tableta za svaku našu duševnu ili fizičku boljku. S druge strane, broj psihoterapeuta također raste sve više.

Postalo je *in* imati svog terapeuta, kao i *stomatologa*, *ginekologa* ili *estetskog kirurga*. Kontakt podaci psihologa razmjenjuju se međusobno, uz komentare o načinu rada, psihološkoj školi i drugim detaljima. Očito je da lijekovi pomažu, i terapija pomaže, a vrijeme pomaže najviše (lat. *Tempus vulnera sanat*, Vrijeme liječi rane).

Dr. Danny Carlat, psihoterapeut u Newburyport, Massachusettsu savjetuje: psihijatri i psiholozi bi morali zanemariti međusobne razlike, a istaknuti sličnosti, te surađivati zajednički na dobrobit pacijenta/klijenta. Trebalo bi prekinuti umjetni dualizam/rivalizam i podučavati psihologe psihofarmakologiji, a psihijatre psihoterapiji. Tek tada bi svaki pacijent dobio najbolju moguću njegu i terapiju.

Psychcentral.com