

# **High Time for Anarchism in Mental Health**

Itay Kander

# Daftar Isi

The Starting Point: Israel's Mental Anarchy . . . . . 3  
Ending Our Anarchist Trip in the Realms of Imagination and Doubt . . . . . 4  
The Homecoming . . . . . 5

Sistem kesehatan mental, terlepas dari segala kerumitannya, dapat digambarkan sebagai lubang drainase bagi penderitaan manusia. Sebagian besar, rasa sakit yang mengalir ke dalamnya merembes ke air tanah, tetapi kadang-kadang itu akan berbalik arah dan meledak menjadi kehidupan “normal” seolah-olah dari mata air panas yang menyembur.

Mengurangi koleksi fenomena psiko-sosial menjadi satu bentuk generik dari “penderitaan manusia” dengan tanpa melakukan tindakan tak adil yang serius terhadap keragaman suara dalam komunitas “pasien”, terhadap suara-suara yang ingin dibedakan dan didengar, itu sangat sulit. Namun demikian, pengalaman saya telah menunjukkan bahwa pola atau struktur tertentu memang mendasari sebagian besar interaksi dalam sistem kesehatan mental –seringkali, rasa sakit yang ditemui dalam batas-batasnya itu menggabungkan beragam jenis rasa Sakit, keyakinan bahwa sesuatu yang salah dan tak adil telah terjadi padaku, dengan beberapa jenis Keheningan, ditunjukkan oleh kurangnya bahasa di ruang interpersonal dan dalam beberapa kasus, ketidakmampuan aktual untuk menempatkan pengalaman seseorang ke dalam kata-kata. Kedua fitur ini –Sakit dan Keheningan –biasanya bergabung dan menjadi tak terpisahkan. Dengan demikian, dalam interaksi dengan “konsumen”, “profesional” dari kesehatan mental dapat memperkuat fondasi rasa Sakit dan menghukum “konsumen” untuk melanjutkan keheningannya atau, sebagai alternatif, bekerja menuju pemisahan kedua elemen ini.

Anarkisme mengacu pada spektrum politik yang luas yang ditentukan oleh aspirasi untuk Kesetaraan dan Kebebasan tanpa mengunggulkan salah satunya –dalam pemikiran anarkis, kedua cita-cita ini sebagian besar dipandang sebagai dua sisi dari mata uang yang sama. Anarkisme juga dikaitkan dengan pembongkaran hierarki yang tak perlu yang memberikan dampak negatif pada tatanan sosial.

Dalam esai singkat ini, saya ingin memeriksa bagaimana pemikiran anarkis dapat berkontribusi pada fondasi kesetaraan dan kebebasan dalam memilih pelayanan kesehatan mental bagi mereka yang membutuhkan.

## **The Starting Point: Israel’s Mental Anarchy**

Untuk awal yang baik mungkin kita akan memulai dengan menyajikan Israel. Salah satu alat yang dimiliki oleh kaum anarkis dalam toolbox-nya hampir bersifat pasif: cukup amati dengan seksama berbagai cara di mana ideologi libertarian dimanifestasikan dalam aktualisasi hidup, apakah manifestasi tersebut adalah hasil dari niat yang disatukan atau tidak (alat berbeda yang ingin saya gunakan hanya dalam beberapa paragraf di bawah, adalah alat Imajinasi).

Hari ini ada tujuh “Stabilizing Homes” di Israel. Ini adalah institut, rumah sungguhan, di mana seseorang dapat melalui apa yang disebut gangguan mental akut/ dari jenis yang akan dipecahkan, dalam banyak kasus jika kehadiran rumah-rumah ini tak terlihat, maka kasus akan ditangani rumah sakit jiwa. Berbeda dengan rumah sakit tradisional, nyaris tak ada paksaan dalam bentuk apa pun di rumah-rumah ini –dan yang paling penting, tidak ada kegiatan fisik yang brutal. Karena itu, penghuni (kata yang diberikan kepada orang di stabilizing homes alih-alih ‘Pasien Mental’) juga dapat pergi dari stabilizing homes jika dia mau. Juga, karena mengakui diri sendiri untuk distabilkan di rumah itu secara sukarela, dan kadang-kadang juga gratis –jika asuransi kesehatan menutupnya –itu memungkinkan praktik tanpa kekerasan agar berkembang (ini telah ditemukan dan dibahas secara rinci oleh Pekerja Sosial Sivan Bar-on dalam penelitian pertamanya tentang Stabilizing Homes).

Praktik tanpa kekerasan ini menciptakan jembatan linguistik yang menghubungkan dunia-dunia yang konon jauh tersingkir (mis. Dunia kondisi kognitif “psikotik” dan dunia kognitif lain yang lebih diterima secara sosial). Stabilizing Homes telah memperoleh kesuksesan besar, baik di masa lalu –di Soteria Loren Mosher, yang merupakan prototipe Stabilizing Homes –dan dalam beberapa tahun terakhir, dengan jumlah Stabilizing Homes di Israel tumbuh dari satu rumah di 2017 menjadi tujuh di 2019.

Bisakah Stabilizing Homes ini dipahami sebagai upaya anarkis, atau semi-anarkis? Mungkin jika kita bertanya pada Colin Ward, jawabannya adalah ya. Ward (1924–2010) adalah seorang anarkis Inggris terkenal yang telah menulis banyak artikel dan buku yang membuka mata tentang kebijakan kesejahteraan, kesehatan, pendidikan dan perumahan, seperti yang terlihat melalui lensa sosialis-libertarian modern. Sikap umum Ward tentang kebijakan publik adalah bahwa ketika menghadapi masalah sosial, sebenarnya ada dua cara yang dapat ditempuh: Baik kita

memilih rute otoriter, di mana orang diberi tahu apa yang harus dilakukan, atau cara libertarian, di mana orang diizinkan untuk bebas memilih solusi komunal mereka sendiri.

Salah satu contoh Ward yang paling baik untuk prinsip ini adalah “Taman Bermain Gratis”: Sebuah ruang khusus yang dialokasikan di tengah-tengah hutan kota di mana anak-anak, dengan hanya sedikit pengawasan, diberikan alat-alat dasar dan diizinkan untuk bermain dengan itu dalam banyak cara. Ward menyajikan penelitian yang menunjukkan bahwa lingkungan libertarian seperti ini, sangat berbeda dengan pengalaman yang lebih terstruktur dari taman bermain umum, memicu kreativitas pada anak-anak, membangun keterampilan hidup yang penting, mendorong kerja sama alih-alih perilaku kompetitif dan kekerasan, dan memiliki banyak efek positif lainnya pada anak-anak.

Sekarang kita dapat kembali ke pertanyaan yang baru kita diskusikan sebelumnya dan memeriksanya secara menyeluruh. Stabilizing Homes memiliki manajer, mereka memiliki staf profesional dan non-profesional dan jelas, ada “residen”, yang secara informal –pasien. Pada pandangan awal, properti-properti ini bukan merupakan lembaga libertarian dan semuanya tampaknya tak ada bandingannya dengan taman bermain gratis Ward. Tetapi saya percaya bahwa pada pemeriksaan yang lebih dekat, ini adalah proyek yang relatif egaliter, bebas dan bahkan anarkis. Kita dapat lebih baik menganggap rumah-rumah ini sebagai titik yang diletakkan pada garis, yang dimulai dengan perlakuan paksa dan kekerasan di dalam bangsal psikiatris yang tertutup, dan berakhir di suatu tempat yang jauh, jauh dalam imajinasi kita.

Perlu disebutkan, dalam konteks ini, metode pengobatan yang disebut Dialog Terbuka (Pengungkapan: bersama dengan pekerja sosial Sivan Bar-on, saya mengadakan lokakarya dan kuliah tentang pendekatan ini). Pendekatan Dialog Terbuka menganggap bahwa pembatalan/membatalkan hierarki yang ada antara Treating System dan Treated System itu sangat penting, karena kurangnya persyaratan yang lebih baik. Dalam pertemuan “Dialog Terbuka” yang khas, semua duduk bersama untuk wacana dalam lingkaran, dan gagasan dan saran yang diajukan oleh setiap peserta (bahkan dari psikiater yang berkualifikasi) terbuka untuk diskusi dan pemeriksaan sehingga orang lain dapat memberikan pendapat mereka. Terlepas dari ketakutan dan penghinaan tentang model perawatan Stabilizing Homes dan Dialog Terbuka ini yang kadang-kadang muncul di antara praktisi kesehatan mental yang berpengalaman, model inilah yang bagiku melambangkan sinar cahaya di dalam dunia psikiatri yang gelap.

Mungkin mengejutkan, penelitian demi penelitian menunjukkan bahwa elemen anti-otoriter yang telah diperkenalkan metode ini pada perawatan kesehatan mental sebenarnya mempromosikan pemulihan yang lebih kuat, lebih penuh pada pasien; dan bahwa memungkinkan suara pasien didengar lebih dari sebelumnya, memungkinkan pasien untuk mengungkapkan penderitaan pribadi mereka di lingkungan yang mendengarkan mereka. Dengan kata lain, solusi perawatan institusional ini juga mengkonfirmasi argumen seumur hidupnya Colin Ward –bahwa solusi libertarian bukan hanya solusi yang paling bermoral daripada solusi otoriter, tetapi juga merupakan solusi yang paling efisien dari keduanya.

## **Ending Our Anarchist Trip in the Realms of Imagination and Doubt**

Sebagai latihan yang menyenangkan untuk imajinasi kita dan sebagai metode untuk membangun landasan teoretis yang baik untuk layanan kesehatan mental kontemporer, saya ingin mengusulkan diskusi tentang pertanyaan berikut: *Seperti apa bentuk perawatan yang sepenuhnya anarkis?*

Pertama-tama, pilihan satu adalah bahwa itu tidak akan menjadi “perawatan” sama sekali.

Pengobatan itu sendiri adalah suatu struktur kekuatan, dan dengan demikian dapat membuat busuk akar-akar kebersamaan yang sama (kritik serupa telah diajukan beberapa dekade yang lalu oleh para pemikir dari sekolah psikologi post-modern dan terutama juga di Jeffrey Moussaieff Masson’s *Against Therapy*). Sebagai alternatif dari dinamika struktur kekuatan hubungan pasien-terapis, sebuah struktur yang direproduksi dalam hampir semua bentuk terapi, saya mengusulkan gagasan aliansi bersama: sebuah perjanjian, yang tidak mengikat secara hukum, berfungsi sebagai kerangka kerja untuk bantuan psikologis timbalbalik di dalam sekelompok orang tertentu. Aliansi seperti ini dapat dibentuk di tempat mana pun yang memperlukannya, tanpa prasyarat kecuali satu: bahwa semua pesertanya dengan bebas bersedia untuk mengambil bagian dalam suatu komunitas yang secara formal bermaksud untuk saling menjamin dan bersolidaritas. Dalam masyarakat kita, di mana fragmentasi individualistik menghasilkan kesepian

dan depresi, aliansi bersama seperti ini mungkin hanya solusi yang tepat bagi kita. Perjanjian semacam itu juga dapat memperkuat komunitas yang anggotanya telah diserang dari “normalitas” dan karenanya harus bertindak dalam solidaritas timbal balik.

Kelemahan yang jelas dari aliansi bebas semacam ini adalah bahwa ia tidak harus memiliki orang atau sekelompok orang tertentu yang peran resminya adalah mengumpulkan informasi tentang penyembuhan psikologis. Apakah ini hanya kualitas negatif? Mungkinkah itu juga positif? Bagi saya pribadi, sangat sulit untuk memutuskan apa yang lebih disukai. Mungkin dengan cara ini, pengetahuan terapi yang terdesentralisasi akan diakumulasikan dan kemudian dipertahankan secara kolektif. Informasi yang berharga tak akan terkonsentrasi di benak satu orang, satu garis keturunan atau satu tradisi, dan itu akan tidak terlalu rentan terhadap pelecehan.

Tapi, saya pikir, ada visi lain yang bisa kita pegang dalam imajinasi kita: visi di mana komunitas terapeutik yang berbeda, seperti *Stabilizing Homes* yang disebutkan di atas, akan membatalkan hubungan hierarkis antara pasien dan terapis, tetapi akan menghemat banyak pengetahuan yang sudah mereka miliki. Sebuah gerakan menuju pembatalan hierarki batin akan menjadi semacam kembalinya ke akar *Stabilizing Homes* –yang paling penting, ke percobaan Kingsley Hall dari R.D. Laing dan Asosiasi Philadelphia. Komunitas terapeutik yang berbeda kemudian dapat bekerja dengan cara yang berbeda –mis. beberapa bisa bergerak dan ada yang tidak bergerak. Sungguh, orang dapat menganggapnya sebagai bagian lain, bagian terapeutik, dari visi kerja sama.

Sejauh mana kita bisa membayangkan masa depan anarkis dalam Kesehatan Mental? Kapan kita menabrak tembok?

Ursula Le Guinn (1929–2018) adalah salah satu penulis fiksi ilmiah paling berpengaruh di zaman kita, dan dalam salah satu bukunya, *The Dispossessed*, dia menceritakan kisah sebuah planet yang hanya dihuni oleh kaum anarkis. Ini adalah planet anarkis –Anarres adalah namanya. Di Anarres tak ada pekerjaan dan tak ada pemerintahan, tidak ada hukum, tidak ada pernikahan dan tampaknya, tidak ada rumah sakit jiwa. Di Anarres kita menyaksikan pertumbuhan pahlawan kita, fisikawan brilian Shevek. Shevek melakukan kontak dekat dengan banyak karakter menarik dalam buku dan salah satu teman terdekatnya adalah penulis naskah dan satirist Tirin, yang, saat kita baca di bagian menjelang akhir buku (saya sangat menyesal untuk spoiler, meski ini plotline yang sangat kecil!), telah mengasingkan dirinya di usia pertengahan tiga puluhan ke daerah terpencil. Di sana, untuk kebaikannya sendiri –atau setidaknya begitulah yang dikatakan kepada kita –dia diberikan zat psikoaktif.

Ursula Le Guinn melakukan pekerjaan yang sangat baik menggambarkan bagaimana, menurut pendapatnya, beberapa lembaga manusia akan terus ada bahkan dalam masyarakat yang tak menggunakan otoritas hierarkis. Dalam utopia anarkisnya, masyarakat masih terus secara spontan menghasilkan orang-orang “gila” dan “gila”. Le Guinn mengemukakan gagasan bahwa institut kesehatan Mental dapat memperkuat makna “kegilaan”, tetapi penindasan normatif itu (“Keberanian untuk Menjadi Normal,” ketika slogan kampanye homofobik Israel yang begitu terkenal) adalah bagian inheren dari menjadi manusia. Ini adalah pesimisme yang disajikan dalam *The Dispossessed*: Bahkan ketika tak ada bangsal fisik yang sebenarnya, manusia tetap terus menciptakan bangsal tak kasat mata dengan jeruji tak kasat mata.

## The Homecoming

Secara umum, sistem kesehatan mental adalah sistem yang sangat hierarkis dan menggunakan langkah-langkah otoritatif yang murah hati. Institusionalisasi paksa dan “perawatan medis” yang dipaksakan terletak di ujung spektrum yang panjang, dan mereka adalah penggunaan kekuatan multi-faced yang paling ekstrem, dibawa kepada mereka yang datang untuk mencari bantuan dari sistem.

Pada saat ini, dengan kematian Oren Shalom, yang meninggal karena kelalaian kriminal di Rumah Sakit Jiwa Abarbanel, dan Israel Biadaga, yang ditembak oleh seorang polisi yang sanis dan rasis; pada saat ini, ketika publik Israel mempertimbangkan kembali legitimasi pasien yang dibatasi secara mekanis di dalam bangsal psikiatrik – Anarkisme memiliki banyak hal untuk diajukan dalam debat. Anarkisme dapat menghadirkan suara yang jelas dengan mengatakan: Kebebasan bukanlah halangan untuk perawatan yang berkualitas, itu lebih merupakan dasar dari semuanya. Dan bahkan jika kita belum tahu batas akhir dari kebebasan ini, baik dalam hal kapasitas kita sebagai masyarakat dan dalam hal kebaikan maksimum yang dapat kita berikan kepada “pasien”, arah libertarian

tampaknya agak menjanjikan, dan pada titik mana pun sepanjang jalan kita bisa berhenti dan mempertimbangkan kembali keuntungan kita yang dibandingkan dengan kerugian agregat kita. Sederhananya, kita dapat bereksperimen dalam berbagai jenis tanggung jawab timbal balik dan bantuan emosional, dan melakukannya dengan segera, tanpa penundaan lebih lanjut, dalam kehidupan kita sehari-hari.

Anti-Copyright



**SOUTHEAST ASIAN  
ANARCHIST LIBRARY**

Itay Kander

High Time for Anarchism in Mental Health

Placebo (Unknown People, 2020)

Diterjemahkan secara bebas oleh **Rifki Syarani Fachry**

**[sea.theanarchistlibrary.org](http://sea.theanarchistlibrary.org)**