

Slišanje glasov:

# SPREMINJANJE ZGODBE – DANSKE IZKUŠNJE IN PRISTOPI K SLIŠANJU GLASOV

010  
KRALJI  
ULICE

26. in 27. maja 2017 je v Ljubljani potekal seminar z zgornjim naslovom. Na seminarju nas je bilo okrog 50 udeležencev in udeleženk iz Slovenije, Avstrije in seveda Danske, od koder so prišli Mette Askov, Katrine Folke Jespersgaardin in Trevor Eyles. Med udeleženci jih je bila večina takih z izkušnjo lastnih psihiatričnih diagnoz in obravnjav, nekaj svojcev takih oseb, nekaj strokovnih delavcev, ki delajo na tem področju ter aktivisti in aktivistke slovenskega projekta Slišanje glasov. Seveda je bila večina takih, ki smo imeli izkušnje s slišanjem glasov in podobnimi pojavi. Nekateri od udeležencev so redno jemali psihiatrična zdravila, drugi spet ne, nekateri pa so jih jemali nekoč, zdaj pa ne več. In večina nas je imela izkušnje s sodelovanjem v podpornih skupinah za slišanje glasov.

Približno polovico seminarja so predstavljale pripovedi/predavanja treh sodelujočih iz Danske. Mette in Katrine sta nam podrobno opisali svoji življenjski zgodbi, polni težkih travm, ki so bile po mojem hujše, kot so tiste, s katerimi se srečuje večina otrok in mladostnikov. Med njimi so bile hudo vzgojno zanemarjanje, alkoholizem in (vzgojna) odsotnost staršev, nasilje s strani staršev in spolno nasilje. Obe sta zelo zgodaj začeli slišati glasove. Nato sta dobili psihiatrične diagnoze in bili desetletja psihiatrično obravnavani (ena tudi s tako imenovanimi elektrošoki), velikokrat hospitalizirani, jemali sta psihiatrična zdravila, dokler ju proces okrevanja – tudi s pomočjo sodelovanja v podpornih skupinah - ni pripeljal do zavzemanja bolj aktivne države, opuščanja psihiatričnih zdravil in angažmaja v gibanju »slišanje glasov«. Mette je zdaj predsednica Danske mreže Slišanje glasov, obe pa vodita podporne skupine za slišanje glasov ter sodelujeta pri izobraževanju facilitatorjev takih skupin, zdravstvenih sester in terapevtov. Trevor nam je predstavil umeščenost podpornih skupin (ki jih je na Danskem trenutno 38) v danskem sistemu socialne psihiatrije. Drugo polovico seminarja so predstavljale pripovedi o življenjskih zgodbah slišalcev glasov iz Slovenije ter prispevka Toneta Vrhovnika Strake iz društva Poglej in Mine Paš iz inštituta Zajčja luknja. Za pomoč pri izvedbi seminarja se iskreno zahvaljujemo Javnemu skladu republike Slovenije za kulturne dejavnosti ter Moderni galeriji/Muzeju moderne umetnosti.

Bojan Dekleva

## VTISI PO SEMINARJU I.

Minil je en teden od seminarja, moji vtisi so še vedno sveži. Z lahko me ponovno preplavi sproščeno in odprto vzdušje, ki sem ga doživljala že v uvodnem delu in se je proti koncu samo stopnjevalo.

Uživala sem v fleksibilnosti in spontanosti pri organizaciji. S tem smo vsi prisotni soustvarili končno podobo tega dogodka.

Zame je bil to bogato preživet čas, izmenjava izkušenj in mnenj z zanimivimi, kot včasih rečem, živimi ljudmi.

Teme predavanj, ostalih komentarjev in vaj so se me močno dotikale. Enako sem opažala pri večini drugih udeležencev seminarja.

Predavateljice sem doživela kot zelo iskrene pri podajanju vsebin, veliko osebnega deleža je bilo v njih, kar cenim in me je še bolj »potegnilo noter«.

Bilo je izjemno in hvaležna sem, da smo skupaj ustvarili tolikšno priložnost varnega in odprtega prostora, da so ljudje z izkušnjo javno podelili svoje zgodbe. Eden od njih je bil tudi sin Mark. Podobno, kot se je odzvalo veliko prisotnih, sem uživala ob njegovi pripovedi in videla, kako dobro je to delovalo nanj. Potrdilo se mi je, da ljudje, ki imajo podobne izkušnje, najbolje vejo, kako je biti v tej koži in kaj lahko pomaga. Tako je Mette vzpodbudila Marka, naj pove svojo zgodbo, in vsi trije gostje z Danske so naklonjeno prilagajali čas, da je prišlo na vrsto čim več slišalcev, ki so želeli podeliti svoje izkušnje.

Veliko ljudi, ki so bili na tem seminarju, sem srečala že na prejšnjih s podobno vsebino. Vsakokrat začutim večjo povezanost z njimi. Tokrat smo ob odhajanju in poslavljanju kar spontano delili ideje za naprej. Nekaj nas je dobilo prebliske, da bi se z veseljem udeležili tudi dogodkov, kjer bi poleg govornega dela ponudili tudi drugačne oblike izražanja, ples je bil najpogostejša ideja. Lep izziv.

Darja Perše

## VTISI O SEMINARJU II.

V maju se je odvijal seminar na temo Slišanja glasov z gosti iz Danske. Zame najpomembnejši vidik seminarja je bila možnost vpogleda v način zdravljenja in soočanja s psihozami v eni od evropskih držav.

Če vlečem vzporednico, je tudi tam zelo močan konzervativni pristop uporabe zdravil, vendar je veliko bolj razvit podporni sistem skupin, ki delujejo izven psihiatrije in ki je podprt tudi s strani države, ter deluje tudi v povezavi s psihiatričnim sistemom. Na to jasno kaže primerjava z mestom Århus z 250.000 prebivalci, ki ima 8 podpornih skupin, v primerjavi z Ljubljano, ki ima tri, od tega eno za starše. Čeprav so alternativni pristopi in psihoterapija prav tako plačljivi kot pri nas, so pri nas podatki o tem še zelo skopi, težko dosegljivi in razdrobljeni.

Bistvena značilnost, ki nam je skupna, je dojemanje pomembnosti pripovedovanja in deljenja zgodb, kar je bila tudi moja pot v življenje. In če je bila rdeča nit seminarja deljenje pozitivnih zgodb, kar zgodbi Mette in Katrine vsekakor sta, sta to bila tudi narativni pristop in mastriški intervju, metodi dela z glasovi, ki ju uporabljajo na Danskem. Razlika med

pristopoma, kot jo dojemam sama, je v tem, da narativni pristop zajema deljenje osebnih zgodb iz življenja slišalcev, naproti mastriškemu intervjuju, ki odkrito sprašuje o glasovih, pojavnosti in značilnostih posameznega glasu. S skupnim namenom spregovoriti, da bi slišalec glasov in drugih zaznav sčasoma postal lažji, se lažje soočal s svojo osebno zgodbo in svojo vlogo v njej.

Kakor v življenju, tako tudi pri slišanju glasov in podobnih izkušnjah, se mi zdi izrednega pomena soočanje s temi stanji v iskanju lastne poti. Seminar dojemam kot delček v mozaiku podpore, naj se le ta pokaže skozi psihoterapijo, s prepoznavanjem zdravnega dotika živali - hišnih ljubljencev ali terapijo s konji, skozi ustvarjanje z rokami, naj bo to zemlja, glina, blago ali svinčnik, z izbiro katere od alternativnih pristopov in terapij, ali le z uporabo Bachovih kapljic in eteričnih olj. S skupnim imenovalcem - izraziti in s tem zmanjšati bolečino, ki je skozi življenje ostala neizražena in nato, sčasoma postala tudi patološka.

Mojca N.

## 14. SEPTEMBER, SVETOVNI DAN SLIŠANJA GLASOV

14. september se od leta 2006 praznuje kot svetovni dan slišanja glasov. Na ta dan različne organizacije in posamezniki po celem svetu še okrepijo svoje dejavnosti, ki predstavljajo drugačen pogled in pristop k izkušnjam, ki so v naši kulturi največkrat razumljene kot psihotične. Glavno sporočilo dneva je, da videnj, glasov in ostalih podobnih izkušenj ni moč razumeti popolnoma zgolj skozi kategorijo bolezni. V ta namen bo iniciativa Slišanje glasov pripravila nekaj aktivnosti, ki jih bomo pravočasno objavili na Facebook strani Slišanje glasov – Slovenija. Vabljeni k sodelovanju!

*O vaših izkušnjah s slišanjem glasov nam lahko pišete na [slisanjeglasov@gmail.com](mailto:slisanjeglasov@gmail.com) ali na poštni naslov Kralji ulice, Pražakova 6, 1000 Ljubljana, in vašo zgodbo bomo z veseljem objavili. Na zgoraj zapisan e-naslov se lahko tudi prijavite k udeležbi na podpornih skupinah za osebe, ki slišijo glasove, ki se srečujejo po različnih slovenskih mestih. Več informacij na FB Slišanje glasov – Slovenija.*

011  
KRALJI  
ULICE

## BiroKRATEK

*Z rubriko BiroKRATEK opozarjamo na birokratske nesmisle državnih in drugih institucij, s katerimi se soočajo ljudje z roba družbe. Pod plastmi pretirane birokracije, slepega sklicevanja in tudi svojstvenega interpretiranja zakonov se izgublja osnovni čut za sočloveka. To pot vam predstavljamo problematiko ukinjanja denarne socialne pomoči ali kako država prihrani na račun najbolj prikrajšanih ljudi.*

Za vse, ki nimajo dovolj sredstev za preživetje, je eden od pogojev za pridobitev pravice do denarne socialne pomoči tudi aktivno reševanje svoje socialne stiske. To pomeni predvsem, da se morajo ljudje na Zavodu za zaposlovanje prijaviti kot aktivni iskalci zaposlitve in se sestajati s svojim svetovalcem. Če se prejemnik ali prejemnica pomoči ne odzove na vabilo Zavoda za zaposlovanje, ga brišejo iz evidence brezposelnih in posledično za nekaj časa ne dobi podpore. Država naj bi na ta način poskrbela, da bi se brezposelni trudili svojo situacijo izboljšati. Pa je v praksi res tako? Zaposlitvene možnosti in ostale podrobnosti našega trga dela pustimo tokrat ob strani. Enega od naših brezdomnih uporabnikov, ki že nekaj časa prejema denarno socialno pomoč, je s strani center za socialno delo (v nadaljevanju CSD) Bežigrad naenkrat presenetila odločba, s katero so mu za 6 mesecev prekinili pravico do denarne socialne pomoči, ker so ga na Zavodu za zaposlovanje Hrastnik izbrisali iz evidence za brezposelne. Stvar smo nemudoma preverili. Ker je naš uporabnik brezdomec, ima stalni naslov prijavljen na naslovu CSD Bežigrad, pošto pa prejema na naslov našega društva, se je težava pojavila pri vročanju vabila na sestanek na Zavodu za zaposlovanje. Zavod mu je poslal vabilo na naslov CSD-ja, CSD je zavrnil pošto, ki je bila že naslednji dan vrnjena na zavod. Zavod je zato v Hrastniku na svoji oglasni deski objavil obvestilo o

pošti zanj in ga po pretečenem roku izbrisal iz svoje evidence. Sledila je kazen, in sicer pol leta brez denarne socialne pomoči, on pa ves ta čas sploh ni vedel za to. Ne CSD ne zavod se nista niti najmanj potrudila, da bi mu vabilo kakor koli vročila. Vsaj CSD je zagotovo vedel, da naš uporabnik sprejema pošto na našem naslovu, referentka z zavoda pa očitno prav tako ni bila zainteresirana, da bi vabilo za sestanek prišlo do njega. Očitno glavni cilj ni poskrbeti za človeka, ampak predvsem to, da se privarčuje denar na račun socialno ogroženih. Vprašanje o smiselnosti individualnih sestankov na Zavodu za zaposlovanje, ki so po navadi organizirani enkrat ali dvakrat na leto, bi lahko bilo posebna tema. Lahko dodam še to, da je referentka na Zavodu za zaposlovanje na prošnjo, da mu pošljejo odločbo na naš naslov, odgovorila, da tega ne sme storiti brez pojasnila. Uporabnik je bil tako primoran dodatno plačati avtobus do Hrastnika samo, da je prevzel odločbo, na katero se je kasneje pritožil. Odgovor na pritožbo s strani ministrstva pa je bil pričakovano negativen, saj se je celotna situacija zgodila znotraj zakonskih okvirjev. Gre še za en primer dolgih in neizprosnih krempljev birokracije. Zakon obravnavanemu očita krivdni razlog, pa čeprav bi se ob prejetem vabilu brez vsakršnega problema odzval ter prišel na sestanek, ki mu najverjetneje ne bi prinesel zaposlitve. Sreča v nesreči pa je bila, da si je ravno v tem času že sam našel zaposlitev. Za konec pa še zanimivo dejstvo. Gre za istega uporabnika, ki ga je doletela situacija, opisana v prvi rubriki BiroKRATKA, ko mu je CSD zmanjšal denarno pomoč, ker kot brezdomec ni izkazoval stroškov bivanja.

Goran Jačimović  
Rubriko ureja: Luna J. Šribar