

VIDENJE, UVID ALI HALUCINACIJA

Ko sem se pred leti s še dvema prijateljicama pogovarjala o videnju kač, ki mi lezejo po rokah, ni nobena od njiju imela problemov s slišanjem in videnjem tega. Svetovale so mi le, naj jih spustim v zemljo, naj se ne borim z njimi. Če jih bom trgala z rok, bo to sizifovo delo, nikoli končana zgodba; če bom pa rokovala s tem vedenjem, znanjem, razumevanjem, me bo to podprlo. Kam hodim, kakšen uvid bi morala imeti ob tem – to je bilo moje delo, kamor se niso zapletale.

Ob uvidu, ob videnju ali slišanju nečesa (česar ni zaznati v resničnosti), imamo tudi globlje razumevanje, kaj nam sporočilo govori. To se lahko nanaša na naše trenutno dogajanje v življenju, korake v prihodnje, lahko pa je tudi globlje razumevanje dogodkov iz preteklosti. Ob tem izhajamo iz globljega razumevanja sebe, večjega stika s seboj in sprejemanja sebe. Do uvidov imamo večinoma pozitiven odnos, saj nas podpirajo, nam prinašajo globlje razumevanje svoje poti.

Videnje pa je lahko tudi izkušnja, ki je ne znamo razložiti.

Lahko nas straši, je ne znamo umestiti v življenje, ki ga živimo; o tem ne želimo govoriti, če pa govorimo, je večinoma sprejeto kot posledica slabšega duševnega zdravja. Pogosto poiščemo pomoč pri zdravnikih, lahko tudi zdravilcih, praviloma z namenom, da se to odstrani, preneha. Odnos je distančen, občutek strašljiv, dojevanje sveta kot manj varno.

Halucinacija je interpretacija stroke. Svojemu videnju si se odrekel, sprejel tuje videnje svojih zaznav. Sprejel tuje rešitve. Ko sem imela videnja in bila v občutku distančnosti, je postal svet strašljiv, sama pa odrezana od realnega sveta.

Tudi kadar si ne znam razložiti slik in slišanj, poizkušam ohraniti pozitiven odnos. Moja vera v pozitivnost sporočila je neomajna.

Odnosi, ki sem jih leta gradila do zaznav, so danes temelj odnosa, ki ga živim z ljudmi.

Mojca Nahtigal

MANIFEST: ČLOVEKOVE PRAVICE ZA LJUDI, KI SLIŠIJO GLASOVE

Spodaj objavljamo del manifesta, ki je bil predstavljen na 10. svetovnem kongresu slišanja glasov, ki je potekal septembra 2018 v Haagu na Nizozemskem. Besedilo je v slovenščino prevedel Primož, v celoti pa ga lahko preberete na domači strani www.slišanjeglasov.si, pod razdelkom Knjižnica.

PRAVICA DO INFORMACIJ

- Ljudje, ki slišijo glasove, imajo svobodo pri iskanju in prejemanju informacij. Informacije lahko izmenjujejo z vsakim sredstvom komunikacije, ki si ga izberejo. To vključuje informacije o slišanju glasov in različnih pristopih učenja življenja z glasovi.
- Za preprečitev stigmatizacij in nepravilnosti bi morala družba kot celota sodelovati pri izpostavljanju: pozitivnih in koristnih informacij o slišanju glasov, različnih mnenj o glasovih in spoznati različne pristope za soočanje z glasovi.
- Za preprečitev stigmatizacije in nepotrebne patologizacije (označevanja kot patološko, bolezensko), še posebej pri mladih, je nujna zagotovitev koristnih informacij o slišanju glasov.

PRAVICA DO LASTNIH MNENJ IN PREPRIČANJ

- Ljudje, ki slišijo glasove, imajo pravico imeti svoja prepričanja in razumevanja narave svojih glasov.
- Prepričanja in razumevanja njihovih glasov se ne smejo vnaprej videti kot znak bolezn ali norosti.

PRAVICA DO POVEZOVANJA

- Ljudje, ki slišijo glasove, imajo pravico do povezovanja z drugimi, ki slišijo glasove in podporniki, da odkrito izmenjujejo mnenja in svoje izkušnje glede glasov in drugih stvari.
- Ljudje, ki slišijo glasove, imajo pravico dostopa do socialne pomoči. Imajo pravico, da se počutijo videne in slišane ter da je njihov pogled sprejet.

PRAVICA DO ZDRAVJA IN OSKRBE

- Zdravstvena oskrba za ljudi, ki slišijo glasove, bi morala

zagotavljati človekove pravice do svobodne izbire, svobode, varnosti, ohranjanja zdravja in svobode govora.

- Izkušnje slišanja glasov, mnenja o slišanju glasov in/ali metode, s katerimi se ljudje soočajo z glasovi, ne smejo biti že vnaprej označeni kot nekaj bolezenskega.
- Skupine za samopomoč/podporne skupine so temeljne pri oskrbi ljudi, ki slišijo glasove.
- Zdravstveni sistem bi moral zagotavljati tekoče, relevantne in pozitivne informacije o slišanju glasov in postopkih zdravljenja.
- Ko se za zdravljenje predlagajo psihiatrična zdravila, bi morali zdravniki zagotoviti jasne, razumne in z znanstvenimi (ne samo z industrijsko sponzoriranimi, temveč tudi kritičnimi) raziskavami podprte informacije o delovanju in stranskih učinkih določenega zdravila. Predstavljeni morajo biti pozitivni in negativni učinki za zdravje na kratki in dolgi rok ter možne posledice ob prenehanju jemanja zdravila.
- Prisila pri oskrbi je kršitev človekovih pravic. V potencialno nevarnih situacijah bi morala družba in zdravstveni delavci zagotoviti varno in dobro oskrbo, pri tem pa spoštovati človekove pravice.
- Ukrepi za oskrbo bi morali biti izbrani svobodno na podlagi dobrih informacij in s privolitvijo osebe, ki sliši glasove. Ljudje, ki slišijo glasove, bi se morali svobodno odločiti glede načina in ciljev zdravljenja, oskrbe in podpore, ki jo bodo prejeli.
- Ljudje, ki slišijo glasove, imajo pravico zavrniti določen način zdravljenja.
- Ljudje, ki slišijo glasove, imajo pravico dostopati do samopomoči, podpornikov ter medsebojne podpore.
- Strokovni delavci (zdravstveni, v domovih za ostarele, socialni ...), ki zagotavljajo oskrbo ljudem, ki slišijo glasove, bi morali biti podučeni o delu z ljudmi, ki slišijo glasove.
- Strokovne delavce bi morali izobraževati vrstniški podporniki in tudi sodelovati z njimi.

To gradivo je bilo izdelano v času, ko je bil projekt Slišanje glasov na društvu Kralji ulice vključen v projekt »Mreža slišanje glasov Zahodnega Balkana« (fondacija Tempus, program ERASMUS+; v trajanju 15.09.2018. do 14.07.2020) oz. je bilo s soglasjem avtorja/prevajalca objavljeno na domači strani projekta Slišanje glasov. *This material was produced in the framework of implementation of Erasmus+ project "West Balkan Hearing Voices Network" (15 September 2018 14 July 2020) by the Hearing Voices project at Kings of the Street Association.*



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

**KRALJI
ULICE**

