



Ljubljana, 19. 4. 2022

Društvo Slišanje glasov vabi na cikel treh pogovorov z naslovom

Trije glasni večeri na temo slišanja glasov

Na vsakem od teh treh večerov bodo vabljeni govorniki in govornice, večinoma osebe z lastnimi izkušnjami, pripravili svoje uvodne pripovedi, ki jim bo sledil pogovor in izmenjevanje izkušnj med udeleženci srečanja.

Teme treh večerov in njihovi uvodni govorniki/govornice bodo:

Četrtek, 12. maja 2022 ob 17 h: **ŽIVETI Z GLASOVI IN DRUGIMI ZAZNAVAMI**

(Kakšne so naše izkušnje? Kako jih doživljamo? Kako si jih razlagamo?)

Govorijo: Mojca, Mark, Aleš, Nika

Moderira: Primož Frumen

Četrtek, 19. maja 2022 ob 17 h: **UPORABA IN OPUŠČANJE PSIHIATRIČNIH ZDRAVIL**

(Prikazani bodo rezultati prve slovenske raziskave opuščanja uporabe psihiatričnih zdravil. Poročilo o raziskavi je dostopno [tukaj](#).)

Govori: Helena Grbec

Moderira: Bojan Dekleva

Četrtek, 26. maja 2022 ob 17 h: **POT OKREVANJA**

(Kakšna pomoč nam je pomagala? Kakšna nam ni? Kaj smo dobili od drugih in kakšno pomoč smo sčasoma razvili sami zase? Kakšno vlogo ima pri vsem tem podporna skupina za slišanje glasov?)

Govorijo: Primož, Maša, Darja

Moderira: Juš Škraban

Vsi dogodki bodo potekali **v seminarški sobi Muzeja sodobne umetnosti na Maistrovi 3 v Ljubljani**. Po zaključku pogovorov vabimo vse udeležence na ploščad in v kavarnico Muzeja SEM, kjer se bomo lahko ob kavi ali drugi pijači družili naprej, se spoznavali in si izmenjevali izkušnje.

Kratke informacije o vabljenih uvodnih govornicah in govorkah

Aleš: Nekateri pravijo slišanje glasov, sam pravim, da je to vplivanje duhovnega sveta na naš svet. Svet duhov in tavajočih duš je moj svet. To je svet, ki ga nekateri ne vidijo, ne slišijo, ne čutijo, se ga ne morejo dotakniti in zato menda ne obstaja. Sam s tem živim in po svojih močeh pomagam ljudem premagati strah. Ni lahko, je pa lepo.

Darja: Sinhronost dogodkov, ko sem bila prisotna ob sinovi izkušnji zaznavanja glasov in občutkov neznanega izvora, paničnih napadov,... in ko so do mene prišle prve informacije o gibanju »slišanja glasov«, so me povezale v novo skupnost, s pomočjo katere sem bolj kot kdaj prej odprla vrata prepletanju ustvarjalnosti, strokovnosti in iskrene človeške bližine. V osebnem življenju in socialnem poklicu se lahko pogosto naslonim na te izkušnje.

Helena Grbec je socialna pedagoginja, sicer tudi oseba z lastno izkušnjo, zdaj zaposlena na Društvu Kralji ulice pri programu nudenja nastanitvene podpore brezdomnim osebam. Ugotovitve njene raziskave temeljijo na pogovorih ter anketnih odgovorih 124 oseb iz Slovenije, ki so imeli izkušnje z opuščanjem zdravil.

Mark: Glasovi, včasih distrakcije, včasih frendi, včasih jih je manj, včasih jih je več, včasih pod nadzorom, včasih ne, na koncu ugotovim, da sem vse jaz.

Mojca: Prvi spomini na izkušnje slišanje glasov, videnja podob in drugih zaznav segajo v moje predšolsko obdobje. Nato so se vrstile skozi celo moje življenje.

Nika: Poleg rednega dela sem bila predsednica društva BOETIKA, društva za psihosocialno pomoč otrokom in mladostnikom. Ko je izbruhnila tako imenovana bolezen, ki jo zanikam, sem se predala delovanju na področju duševnega zdravlja. Bila sem predsednica društva Mostovi in podpredsednica društva SVIZCI. Sodelovala sem pri projektih Krepitev moči, Dvojne diagnoze, naredili smo več uporabniških raziskav: o zaposlovanju, socialnem položaju ljudi s težavami v duševnem zdravlju. Trenutno se ukvarjam z vrstniško podporo in zagovorništvo. Glasovi so mi mešali glavo leta 2010-2011.

Primož: Misli, obsesije, kompulzije, tesnoba, ponovitev psihoze pri takratni puncu, skrbi, izgorelost, izgube zavesti... Po hospitalizaciji sem ugotovil, da to, kar je na voljo v okviru uradnega zdravstva, meni ne zadošča. Pomoč sem tako iskal še pri alternativni (zasebniki, narava, več tisočletja stare tehnike, drugačnem pogledu).

O slišanju glasov in našem projektu/društvu

Glasove, ki jih nekdo sliši, drugi pa jih ne, v naši kulturi praviloma jemljemo kot znak duševne bolezni, medtem ko v mnogih današnjih kulturah ter v zgodovini ni bilo tako. Drugačen pogled na ta pojav razvija mednarodno gibanje »Hearing voices« (Slišanje glasov), ki ga zastopa mednarodna organizacija Intervoice. Izhajajoč iz tega gibanja in rezultatov raziskav verjamemo, da je slišanje glasov dosti univerzalna človeška izkušnja in pogosto odziv na doživete izkušnje in življenjske dileme ter težave. Zavzemamo se za svobodno izbiro, odločitev ter tudi pravico in odgovornost vsakega, da si po svoje izbere in se odloči za tako ali drugačno razumevanje svojih glasov, obravnavanje ali delovanje v zvezi s svojimi glasovi. S tem si prizadevamo za emancipacijo glasov oz. za spoštovanje resničnosti izkušnje posameznika. Verjamemo, da je potrebno glasove jemati resno in jih po možnosti sprejemati kot del bivanja. Posameznik pa se lahko odloči, kako se bo z njimi soočal oz. se spopadal z izzivom, ki ga pomenijo predvsem neprijetni in vsiljivi glasovi. Prizadevamo si za razširjanje vednosti o naravi slišanja glasov, za ustanavljanje podpornih skupin za ljudi, ki slišijo glasove ter v splošnem za destigmatizacijo tega pojava in širitev možnosti za ljudi, ki imajo to izkušnjo.

Projekt Slišanje glasov je član mednarodne mreže Intervoice ter mreže Zahodnega Balkana za slišanje glasov. V letu 2022 se začne tretji mednarodni ERASMUS+ projekt na temo slišanja glasov, v katerem sodelujemo. Vsako leto za javnost organiziramo kako večje srečanje ali seminar na temo slišanja glasov s tujimi in domačimi predavatelji/cami. Letos prvič organiziramo tako srečanje brez tujih predavateljev/ic.

Na letošnji cikel treh pogovorov vabimo osebe z lastno izkušnjo slišanja glasov in podobnih izkušenj, njihove podporne osebe, strokovnjake/inje, ki se ukvarjajo s tem področjem, študente/ke in druge, ki jih to področje zanima.

Dogodek bo potekal v okviru projekta »Community Mental Health practices in ex-Yugoslavia« (ERASMUS+).

Več informacij o slišanju glasov in podobnih izkušnjah najdete na domači strani www.slisanjegasov.si/.