

Slišanje glasov:

## SREČNA V NESREČI

Kajti vse mine,  
te drobne male stvari, ki osrečujejo moje nesrečno življenje, so  
mi dragocene in pri srcu ...  
Malokdo me vpraša, ali ti ni hudo?  
Je ... Vsak večer prosim za odrešitev ... Toda koktajl sreče v  
obliki tablet naredi svoje, da pozabim grozo večera ...  
Imam čudne navade, največkrat vstajam od pol treh do pol  
štirih ... Pa pišem in sedaj še slikam ...  
Srečna v svoji nesreči sem, ko spim do pol šestih ... Takrat ima  
življenje smisel.  
Samota me objema, prav tako me v pesti drži bolezen ... Zato  
so te male stvari zame tako pomembne. Želim si čim več takih  
dnevov, ko ne prosim za smrt.  
Tudi taki kot jaz moramo živeti, čeprav le Bog ve, zakaj.  
Srečna v nesreči, težko je iskati pozitivno v obupu in grozi ...  
Toda vseeno mi dan podari nekaj iskric veselja ...  
Navkljub boleznim ...

Barbich

## PODPORNA SKUPINA

Ali bom sprejeta? Ali spadam med te ljudi?  
Ti vprašanji sta me mučili, ko sem se vozila na prvo srečanje.  
Toda vse je bilo v redu, Mojca me je objela, kot da se pozna od  
prej, kar mi je dalo vedeti, da sem dobrodošla.  
Slišati zgodbe drugih s podobno izkušnjo ali celo enako je  
neprecenljivo. Z vsakim srečanjem sem dobila občutek, da  
spadam med te ljudi. Sem ožigosana kot psihični bolnik s  
shizofrenijo, sem že reden gost Polja. Kjer mi zamenjajo in  
zvišujejo tablete, pa sem spet dobra za kakih sedem let.  
Imela sem nešteto služb, kjer so me povsod vrgli ven. Sedaj  
je tega konec, nisem več sposobna te borbe, da bi še naprej  
dokazovala, da sem normalna.  
Zato je podpora skupina zame zlata vredna. Tu se počutim  
med »svojimi«.  
Zadovoljna sem, da sem zbrala pogum za ta korak in se vključila  
v društvo Slišanje glasov ... Srečna sem, ker mi pomaga, da sem  
končno razumljena od sočloveka in vidim, da nisem edina na  
svetu s temi težavami.  
Hvala vsem na skupini.

Barbich

022  
KRALJI  
ULICE

## TRJE GLASNI VEČERI NA TEMO SLIŠANJA GLASOV

Pri projektu Slišanje glasov bomo že drugo leto zapored  
pripravili seminar, na katerem bodo s svojo zgodbo nastopili  
strokovnjaki z lastno izkušnjo iz Slovenije. Trije glasni večeri  
bodo potekali v živo tri četrteke v aprilu 2023. Na srečanjih si  
bomo izmenjevali izkušnje, ki se dotikajo zaznav in življenjskih  
izkušenj, predvsem tudi opise dobrih praks, brez sodb in  
pričakovanj. Večeri bodo sestavljeni iz treh sklopov: Načrt o  
okrevanju, Pot mladostnika in Vloga pisanja v mojem življenju.

Na srečanje vabimo osebe z lastno izkušnjo slišanja glasov in s  
podobnimi izkušnjami, njihove podporne osebe, strokovnjake\_  
inje, ki se ukvarjajo s tem področjem, študente\_ke in druge,  
ki jih to področje zanima. Več o vsebini, kraju in času srečanj  
izveste na: [www.slisanjeglasov.si](http://www.slisanjeglasov.si).

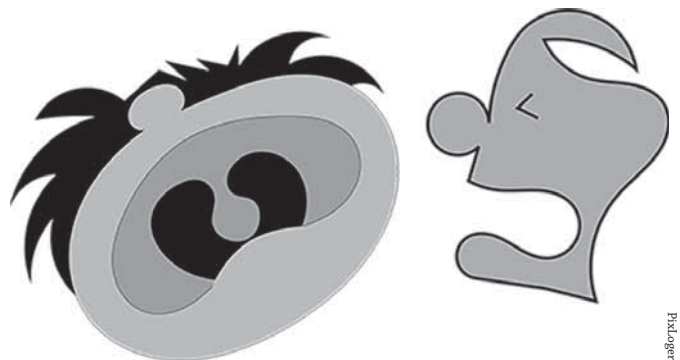
Mojca Nahtigal

## ŠOLA ZA FACILITATORJE (POVEZOVALCE) PODPORNIH SKUPIN

Za nami so štiri leta delovanja šole za facilitiranje ali  
povezovanje podpornih skupin v projektu Slišanje glasov. Na  
šoli se – na lastni izkušnji in z lastnim sodelovanjem – učimo,  
kako naj bi bile videti take podporne skupine ter kako naj bi  
facilitator\_ka ali »povezovalc\_lka«  
pripomogel\_a k temu,  
da bi se v podporni skupini vsakdo čutil dobrodošlega in  
sprejetega. Šola obsega celoletno srečevanje, običajno enkrat  
mesečno dve uri, morda pa še sodelovanje na enodnevem  
ali dvodnevem seminarju. K udeležbi na šoli posebej toplo  
vabimo osebe z lastno izkušnjo slišanja glasov ali s podobnimi  
nenavadnimi izkušnjami. Za te osebe bo udeležba na šoli  
brezplačna, prav tako za njihove svojce in podporne osebe,  
medtem ko bo za udeležbo zaposlenih oseb s strokovno  
izobrazbo na tem področju potrebno plačilo kotizacije. Srečanja  
se bodo začela v sredini aprila 2023.

Program šole bomo soustvarili ljudje z lastno izkušnjo glasov in  
videnj, strokovnjaki s področja duševnega zdravja ...

Za več informacij o začetku delovanja šole za facilitatorje\_ke  
se prijavite na: [slisanjeglasov@gmail.com](mailto:slisanjeglasov@gmail.com), spremljajte domačo



spletno stran: <https://www.slisanjeglasov.si/novice.html> ali nas  
pokličite na telefonsko številko: 068 154 659.

Mojca Nahtigal