

TRENING NA TEMO SVETOVANJE TISTIM, KI SO PREŽIVELE ZLORABE

Na začetku letošnje jeseni – natančneje od 1. do 4. oktobra 1997 – je v Kranjski Gori potekal Tečaj svetovanja tistim, ki so preživele zlorabe. Tečaj sta organizirala Društvo MODRA in Center za pomoč mladim iz Ljubljane. Vodila ga je Moira Walker, priznana psihoterapevtka in strokovnjakinja na področju dela z ljudmi, ki so preživeli zlorabo, sedaj pa tudi predavateljica na univerzi in avtorica številnih knjig. Tečaja se nas je udeležilo 20 žensk, ki nas zanima delo s preživeliimi. Med nami je bilo veliko takih, ki so tako ali podobno delo že opravljale, bilo pa nas je tudi nekaj, ki se s to problematiko v praksi še nismo srečale.

PRVI DAN

Po uvodnem predstavljanju in spoznavanju smo začele resno delo, čeprav je bilo to ta dan lahkotnejše. Pogledale smo, kaj je pomembno za svetovanje človeku s težavo in katere spretnosti mora imeti razvite svetovalka, da je svetovanje uspešno. V ta namen smo opravile nekaj vaj, npr. vajo poslušanja in govorjenja, ki je opozorila, kako pomembno je, da pozorno poslušamo in si zapomnimo vse, kar človek govori, da znamo to obnoviti, še zlasti pa, da se znamo na povedano ustrezno odzvati. Poleg te smo naredile še nekaj vaj, ki so bile vse usmerjene v razvijanje spretnosti za svetovanje. Vaje smo podkrepile tudi s teorijo in naštele boljše in slabše veščine ter navodila za poslušanje in odgovarjanje. Povedale smo, čemu se je dobro izogibati in na kakšen način se lahko izogneš – na primer direktna vprašanja, ki osebo s težavo odbijejo, lahko se zapre vase in je delo z njo oteženo, če ne onemogočeno. Vprašanjem, ki se po navadi začnejo z vprašalnico »zakaj«, se lahko

izognemo tako, da postavljamo odprta vprašanja, ki pustijo osebi prostor in tudi izbiro tistega, kar nam bo povedala. Dan se je končal s pregledom dela in diskusijo v skupini.

DRUGI DAN

Ta dan smo posvetile delu s tistimi, ki so preživele zlorabe v otroštvu. Najprej smo povedale, kaj zloraba sploh je in kakšne učinke ima na osebo, ki jo preživi. Pogledale smo tudi film, ki ga je naredila ženska, ki jo je v otroštvu spolno zlorabljal oče. Ta film nam je pokazal, kaj vse je morala kot žrtev pretrpeti, kakšen učinek je imela zloraba na njeno življenje in kakšne posledice ji je pustila. Zanimiv je bil konec filma, v katerem se ta ženska sooči s storilcem, ki je že mrtev, in to soočenje ji pomaga predelati travmo. Konec je bil večini vprašljiv, saj smo videle, da so se odprli novi vidiki problema in rešitev v resnici ni bila tako uspešna, kot nam je zatrjevala preživela v filmu. Video je sprožil pogovor o tem, kakšna je otrokova izkušnja zlorabe in kakšne posledice pusti otroku. Pri tem so se odprla mnoga vprašanja, še zlasti, zakaj otrok tako redko pove odraslim o zlorabi in prosi za pomoč, ter vzporedno s tem, zakaj odrasli pogosto ne opazijo, da se zloraba dogaja prav njihovim otrokom.

Potem smo razpravljale o učinkih, ki jih imajo zlorabe v otroštvu na odrasle preživele. Govorile smo o moči, ki jo še vedno ima nad preživeliimi storilec, o nenehnem strahu, v katerem preživele živijo, o izgubljenem zaupanju in še o dosti stvareh, ki jih potegne za seboj zloraba. Postavilo se je vprašanje, zakaj je preživelim tako težko poiskati svetovanje, četudi je to razvito.

Obdelale smo tudi vprašanje zaupanja – kako naj svetovalka zaupanje zgradi in kako naj v ta namen deluje. Ob koncu smo v skupini razpravljale o vprašanih, ki so se nam pojavila ta dan.

TRETJI DAN

Tudi ta dan smo posvetile delu s tistimi, ki so v otroštvu preživele zlorabo. Najprej smo pogledale video o ženski, ki je kot otrok doživela fizično zlorabo. Videle smo, kako boleči so spomini na otroštvo, ki ga je namesto igre prežemal strah, in kako težko je s takimi spomini živeti. Potem nam je Moira povedala, kako naj poteka proces svetovanja tistim, ki so preživele zlorabo, in kateri pojavi se lahko pojavijo med svetovanjem. V tem okviru smo govorile o prebliskih preteklosti (*flashbacks*), ki so zelo pogosti pri tistih preživelih, ki so potlačile spomin na zlorabo. Prebliske lahko vzbudi mehanski dražljaj ali kakšen drug občutek in pomenijo to, da se preživela naenkrat spomni zlorabe, včasih tako močno, da se ji zdi, da jo ponovno doživlja. S temi prebliski je težko delati, saj se pojavljajo kadarkoli in so lahko zelo globoki. Moira nam je povedala, kako delati z njimi in v ta namen smo opravile vajo.

Naprej smo v tem okviru govorile tudi o samopoškodovanju, ki je pogost odgovor žrtev na zlorabe. Samopoškodovanje je lahko aktivno (npr. rezanje ali zažiganje kože) ali pasivno (npr. motnje hranjenja). Samopoškodovanje se lahko pojavi že pri otrocih, lahko pa se nadaljuje tudi v odraslosti. Pogosto je to način, ki ga otrok uporabi, da bi se ubranil pred storilcem. Drugi ljudje velikokrat ne vidijo samopoškodovanja kot opozorilnega znaka, da se otroku dogaja zloraba, ampak vidijo otroka kot težavnega, zahtevnega... Zato na samopoškodovanje ne reagirajo ustrezno in zloraba še naprej ostaja skrita.

Pomembna tema je bila soočenje preživelih s storilcem. To preživele velikokrat želijo storiti in imajo za to različne razloge. Vsekakor pa je delo svetovalke na soočenju izredno težavno, saj vsebuje konfliktno situacijo, ki je ni mogoče predvideti in

načrtovati vseh korakov.

Ta dan nam je zaradi obilja tem pustil veliko odprtih vprašanj, o katerih smo se pogovarjale ob koncu dneva, veliko misli pa je ostalo tudi v premislek za naprej.

ČETRTI DAN

Zadnji dan smo posvetile delu z ženskami, žrtvami domačega nasilja. Najprej smo si ogledale video o ženskah, ki so preživljale dolgotrajno fizično nasilje svojih partnerjev, v neki določeni točki pa je prišlo do preobrata in so nasilnega partnerja ubile. Pogovarjale smo se, zakaj do tega pride in kaj je točka preobrata. Moira nam je pokazala model nasilja in model nenasilja, ki so ju razvili na univerzi v Minnesotti, ZDA. Modela sta pokazala, kakšni odnosi obstajajo v nasilnih in nenasilnih družinah ter na kakšen način se nasilje izvaja. Govorile smo o značilnostih nasilja v družini – ena od njih je, da je to pogosto prikrito in se ne ustavi, ko se začne. Pogovarjale smo se tudi, zakaj ženske tako težko povedo o nasilju. Tukaj smo upoštevale kot vplivni faktor kulturne vzorce dežele. Pogovarjale smo se o izkušnjah žensk z nasiljem v družini in o posledicah tega nasilja. Naučile smo se, kakšna naj bo pomoč ženski, da spregovori o nasilju, in kaj lahko svetovalka naredi, ko pride k njej po pomoč ženska s tem problemom. Za boljše razumevanje problematike smo opravile tudi vajo svetovanja žrtvi zlorabe.

Potem smo se pogovarjale o tem, kako nasilje v družini vpliva na otroke, ki v taki družini odraščajo. Odprle smo vprašanje, ali nasilje v družini vedno vključuje tudi zlorabe otrok. Ugotovile smo, da je vsako nasilje v družini hkrati tudi zloraba otroka, čeprav se nasilje ne izvaja direktno nad otrokom. Tudi psihično nasilje ob tem, ko otrok nasilje gleda, je dovolj, da pusti pri otroku trajne posledice. Pogosto pa je nasilen mož tudi nasilen oče. Pri tem ne smemo pozabiti, da so nasilne lahko tudi matere.

Ob koncu nam je Moira dala navodila za delo z nasiljem v družini, ki jih je sama izdelala v svoji dolgoletni praksi. Tudi nekaj nasvetov nam je zaupala. Pogovarjale smo

se tudi o učinkih dela z zlorabljanimi na svetovalce in kako te učinke predelati, da ne bomo prehitro izgorele. Naštela nam je probleme, s katerimi se lahko srečamo kot svetovalke, in načine, kako jih rešiti. Posebej pa je poudarila, da je pri svetovanju zelo pomembna redna in dobra supervizija.

S to temo smo končale tečaj. Poslovile smo se od Moire in od novih znank. Polne misli, vprašanj in tudi strahov, ki jih je odprla težavnost problema zlorab, smo se odpravile domov.

SKLEPNE MISLI

Tečaj je bil zelo poučen, še zlasti zame, ki nisem imela praktičnih izkušenj na področju dela z zlorabami. Izvedela sem veliko novih stvari, lahko bi rekla, da celo preveč, saj je bil naš urnik zelo nabit. Še posebej naporno je bilo sprejeti toliko informacij zato, ker je tema zlorab težka. Določene stvari so me zelo pretresle in potrebovala bi čas, da bi jih predelala. In ta čas sem pogrešala, saj je tečaj potekal samo štiri dni, predvidene teme pa smo morale predelati.

Vsebinska je bila zanimivo predstavljena, saj je Moira vključila veliko primerov in filmov s to tematiko. Zelo veliko pa sem odnesla z vaj, ki so bile res dobre. Še zlasti mi je bilo všeč igranje vlog, v katerem smo navadno sodelovale v trojicah — ena je bila oseba s težavo, druga svetovalka in tretja opazovalka. V teh vlogah smo se menjavale, tako da je vsaka dobila izkušnjo različnih oseb. Te igre so bile dobre zato, ker smo lahko poskusile reševati probleme v okolju, ki je bilo varno in smo lahko naredile tudi kakšno napako, ki je v praksi ne bi smele. Pri teh vajah sem si želela edino to, da bi nam Moira sama povedala, kako ravnati prav, ko smo storile napako. To pa direktno ni bilo mogoče zaradi jezika.

Omeniti moram še to, da je tečaj potekal v angleškem jeziku, vendar je bilo vse sproti prevajano. To prevajanje je stvari malo zavleklo in idealno bi bilo, če bi vse obvladale angleščino tako dobro, da prevod ne bi bil potreben.

Seveda pa moram omeniti še prijetno družbo, v kateri sem preživela te štiri dni. Spletla so se nova znanstva in zadnji dan sem bila kar malo žalostna, da je bilo že vsega konec. Čeprav je bilo naporno, je bilo tudi zelo prijetno in domov sem odšla s spomini, ki jih še dolgo ne bom pozabila. Pohvaliti moram tudi organizatorki tečaja, ki sta se potrudili in veliko materiala tudi prevedli. Želim si, da bi bilo podobnih tečajev več, pa tudi, da bi lahko tečaj na to temo ponovile in tako dobile priložnost, da nekatere stvari še poglobimo.

Ob koncu naj navedem še nekaj misli ostalih udeleženk tečaja:

Irena: »Tečaj je bil zelo koristen in zelo dober, vendar je bilo včasih težko slediti. Veliko je bilo podatkov, ki sem jih že vedela, zato bi bilo dobro, če bi bolj nadgradili stvari. Dobri so se mi zdeli filmi, igre vlog in to, da je bilo predavano jasno. Vendar se je zaradi prevoda vse zavleklo. Idealno bi bilo, če bi bilo lahko vse v angleščini. Drugače pa je bilo fajn, folk je bil v redu, organizacija je bila v redu — manjkal je edino bazen.«

Špela: »Tečaj je bil v redu. Sicer nisem zvedela dosti novega, saj sem veliko stvari že prej vedela. Te stvari pa je dobro večkrat ponoviti, saj si jih bolj zapomniš. Za marsikatero pa je bilo dosti novega. Vse je šlo bolj na hitro, saj je bil tečaj kratek. Drugače pa je bilo O. K.«

Katarina: »Bilo je zelo zanimivo. Naučila sem se veliko novega. Psihoterapevtka je resnično obvladala stvari, veliko zna. Fajn mi je bil video, igre vlog in to, da je bilo vse zelo strokovno.«

Danijela Kukovec