



V tej številki...

- » Projekt "Self-Harm" (str. 2)
- » NESTIGMATIZIRANJE LJUDI KOT POGOJ USPEŠNE PREVENTIVE (str. 9)
- » Delavnica za predstavnike NVO »STIGMATIZIRANJE LJUDI IN KAKO SE MU LAHKO IZOGNEMO« (str. 12)
- » Razpisi (str. 15)

Uvedba minimalne cene v Angliji in Walesu

Britanska vlada namerava uvesti minimalno ceno alkohola v Angliji in Walesu. Uvedba minimalne cene bi pomenila, da prodajalci ne bi smeli prodajati alkohola pod določeno ceno 40 penijev za enoto alkohola (ki je v Veliki Britaniji definirana 10 mililitrov alkohola). Najbolj bi se s tem spremenile cene sedaj zelo poceni cidrov, piv z višjo vsebnostjo alkohola ter poceni žganih pijač. Nameru med drugim pozdravlja tudi Eurocare, Evropska zveza za alkoholno politiko. Mariann Skar, njihova generalna sekretarka, je povedala:

“Anglija kaže pripravljenost za spoprijemanje s škodo, ki jo povzroča alkohol, kar je zgled za ostale države članice in pa tudi Evropsko komisijo. Cena je eden izmed najbolj učinkovitih mehanizmov za spreminjanje rabe alkohola. Vendar pa ceno lahko spreminjamo tudi z višanjem davkov na alkohol, kar bi v državno blagajno prineslo dodatne pomembne prihodke.”

Prav tako poudarja, da je za naslavljanje te problematike potrebna celovita politika in da mora biti uvedba minimalne cene podprta tudi z drugimi ukrepi. V Angliji in Evropi je poraba alkohola zelo velika; po podatkih SZO je v nekaterih evropskih državah poraba tudi 2,5-krat večja od globalnega povprečja. Rezultati raziskave ESPAD 2007 pa kažejo, da 43% 15-16 letnih dijakov iz Evrope poroča o prekomernem opijanju. Alkohol je največji posamezni vzrok za smrt med mladimi moškimi med 16 in 24 letom, njegova zloraba pa je eden on štirih dejavnikov tveganja za nastanek nenalezljivih bolezni, kot so rak in kardiovaskularna bolezen. ■

Dodatni vir: <http://www.bbc.co.uk/news/uk-17482035>



Inštitut za raziskave in razvoj "Utrip"
Trubarjeva cesta 13, Grosuplje



Zveza društev na področju drog
Slovenije, Tabor 9, Ljubljana



Rdeči križ Slovenije
Mirje 19, Ljubljana



Mladinsko združenje Brez izgovora
Celovška 185, 1000 Ljubljana

Projekt "Self-harm"

Projekt "Self-harm" je projekt, ki je usmerjen v raziskovanje in preprečevanje samopoškodbenega vedenja med slovensko mladino. V dveletnem projektu, ki ga sofinancira Evropska komisija v okviru programa Daphne III, sodelujejo Slovenija, Velika Britanija, Danska in Italija. V Sloveniji vodi projekt Inštitut za raziskave in razvoj Utrip v partnerstvu z Zavodom za zdravstveno varstvo Celje in njihovim mladinskim spletnim portalom www.tosemjaz.net. Cilj projekta je razvoj novih spletnih orodij za (samo)pomoč in svetovanje, namenjen pa je tudi prebujanju razumevanja problematike samopoškodbenega vedenja. V okviru projekta je izšla informativna brošura, s katero želijo nagovoriti pedagoške, mladinske, socialne in zdravstvene delavce.

Vsi zainteresirani lahko brošuro o samopoškodovanju naročite na info@institut-utrip.si.

Samopoškodbeno vedenje -Kako ga lahko razumemo in pomagamo?

Mladostniki, ki se samopoškodujejo, ob soočanju z najrazličnejšimi težavami in stiskami doživljajo življenje kot brezizhodno, polno problemov in izredno pesimistično. Pri reševanju različnih vsakodnevnih konfliktov, težav in stisk na svoji življenjski poti se pogosto počutijo nemočne in šibke. Kot zasilni izhod izberejo samopoškodbeno vedenje, ki ga razumejo kot strategijo preživetja, saj jim, kot pripovedujejo sami, pomaga ohraniti živost in življenje.

“ ... režem se ...

po notranji strani stegen ...

ker enostavno ne zdržim več občutka krivde

... ubija me da sem vedno vsega jaz kriva in da me

obtožujejo stvari ki jih nisem nikoli storila ...

ne razumem kako nihče ne vidi kako trpim in da me že

vse duši in da ne vem več kako dolgo bom še tako zdržala

... držala vso bolečino v sebi in jo prekrivala z nasmehom

... nočem se rezat, nočem se ubijati ... sam hočem da gre

bolečina ven iz mene ... in to dosežem samo tako da se

režem in režem in gledam kako počasi lije iz mene kri

in z njo moja bolečina ...

(Aisha, www.tosemjaz.net)



Kaj je samopoškodbeno vedenje?

Samopoškodbeno vedenje je namerno poškodovanje lastnega telesa in ni posledica nesreče. Posameznik se samopoškoduje z namenom, da bi zmanjšal psihološko stisko. Čeprav mladostnik nima namena umreti, se lahko zgodi, da se samopoškoduje po vitalnih predelih telesa (na primer po vratu) ali v stanju omame (na primer pod vplivom alkohola), ki poveča otopelost. S tem narašča tveganje smrti, do katere pa pride le v redkih primerih. Ker samopoškodovanje ni v skladu z družbenimi normami, je označeno kot nesprejemljivo, kar mladostnike posledično privede do tega, da svoje rane in brazgotine skrivajo. Ravnanje vključuje takšne oblike poškodovanja telesa, ki se jih po navadi da prekriti.

Med najpogostejše oblike samopoškodbenega vedenja sodijo:

- › rezanje,
- › povzročanje opeklin,
- › udarjanje z deli telesa (roko, glavo, nogami ipd.)
- › ob ostre in trde predmete,
- › zbadanje (z iglami, šestilom),
- › praskanje, preprečevanje celjenja ran,
- › puljenje las,
- › samougrizi,
- › namerni zlomi kosti.

Kaj je značilno za mladostnike, ki se samopoškodujejo?

Za mladostnike, ki se samopoškodujejo, je značilno, da svoje agresivne impulze zatirajo in jih usmerjajo vase. Mnogi, ki so v preteklosti doživeli boleče izkušnje in travme, lahko kasneje trpijo zaradi občutenj krivde, bolečih spominov, frustracij, neznosne napetosti, močnih občutenj jeze in besa ter neobvladljive potrebe po samokaznovanju. Prežemajo jih občutki otopelosti, odtujenosti in brezsmiselnosti življenja. Pri mnogih mladostnikih je mogoče zaslediti tudi izrazito nemoč glede učinkovitega reševanja problemov v stresnih

situacijah in pomanjkljivo zmožnost samonadzora ter uravnavanja čustev. V zanje stresnih situacijah jih zlahka preplavijo depresivna stanja, občutenje praznine, slabo, razdražljivo počutje in nezaupanje v svoje telesne, duševne in druge sposobnosti. Nekateri mladostniki se zaradi samopoškodbenega vedenja odtujijo od prijateljev, sošolcev, zunanjega okolja. Zapirajo se v svoje sobe in vase ter ostajajo sami s svojimi tiskami. Samopoškodovanje namreč ne ustreza visokim normam družbeno sprejemljivega oziroma družbeno zaželenega, kjer se poudarjata lepota in uspešnost. Tovrstno vedenje mladostnike močno stigmatizira in pogosto odrine na rob družbe ali v osamo. Manjša skupina mladostnikov si kot odgovor na nesprejetost in nerazumevanje poišče sprejemanje in oporo v subkulturnih vrstniških sredinah.

“ ... zbudim se in vse se začne znova. Zaničevanje, neuspehi, laganje družini, trenutki veselja in motivacije, potem spet jeza, bes, rezanje, razočaranje, osamljenost, norost, spraševanje same sebe, kako naprej ... In hodim naokrog, gledam ljudi, ki so na videz srečni. Čista, gladka koža, brez skrbi, nihče ne skriva rok, nihče se nalašč ne oblači v dolge majice in hlače sredi največje vročine, da bi prikrikl rane. Nikjer ne najdem nikogar, ki bi me razumel ... ”

(Jen, www.tosemjaz.net)

Kako pride do samopoškodbenega vedenja?

Samopoškodbeno vedenje je najpogosteje spodbujeno in prežeto z močnimi čustvi, kot so jeza, bes, razdraženost, razdvojenost, strah, nemoč, brezup, brezizhodnost in (samo)sovrastvo. Mladostnik lahko čuti, da je na meji eksplozije. Manjkajo mu čustva, kot so samospoštovanje, ljubezen do samega sebe. Kasneje lahko samopoškodovanje postane globoko usidran vzorec reševanja notranje napetosti, kar kaže na njegov zasvojljiv značaj. Pride do neustavljive potrebe po samopoškodovanju, ki nudi trenutno pomiritev. V trenutku samopoškodovanja mladostnik čuti olajšanje, zadovoljstvo in pomiritev. Bolečine pogosto ne občuti. Po samopoškodbenem dejanju sledi poplava neprijetnih čustvenih stanj, kot so sram, jeza in bes, ker v obremenjujoči situaciji ni zmožel ravnati drugače. Razlogi za samopoškodbeno vedenje so sicer raznoliki. Samopoškodovanje je lahko odraz življenjske krize kot posledice bolečih dogodkov in travm v preteklosti. Vedno pogosteje pa predstavlja reakcijo mladostnikov na vsakdanje stresne dogodke in težave, značilne za obdobje odrasčanja. Včasih se mladostniki samopoškodujejo zato, da bi se uveljavili v vrstniški skupini, vzpostavili stike ali utrdili prijateljske vezi. V redkih primerih se lahko razvije duh skupinskega samopoškodovanja, v katerem spodbujajo in učijo drug drugega novih metod samopoškodovanja ali tekmujejo v številu in resnosti samopoškodb.

Kako lahko prepoznamo samopoškodbeno vedenje?

Pogosti znaki samopoškodbenega vedenja:

- › nepojasnjene oziroma slabo pojasnjene poškodbe (ureznine, modrice, zlomi ipd.);
- › pogoste poškodbe (ureznine, modrice, zlomi ipd.);
- › posedovanje ostrih predmetov (pogosto nošenje ostrih predmetov v peresnicah, torbah, žepih hlač, jakni ipd.);
- › izogibanje druženju oziroma osamitev;
- › nošenje majic z dolgimi rokavi in dolgih hlač, četudi je vroče;
- › izogibanje aktivnostim, v katerih je vidno izpostavljena večja površina kože (kopanje);
- › situacije, ko je potrebno preobleči oblačila, npr. pri športni vzgoji ipd.);
- › prekrivanje ran na zapestju s »teniškimi trakovi«, rutami ipd.

Ali je samopoškodovanje klic na pomoč?

Mladostniki, ki se samopoškodujejo, se nahajajo v polju protislovij. Na nek način želijo sporočiti svojo stisko, po drugi strani pa jim primanjkuje ustreznih načinov, s katerimi bi lahko izrazili svoja čustva, reševali težave in se nekomu zaupali. Ker svoje stiske ne zmorejo ubesediti, jo sporočajo skozi svoje telo – s samopovzročenimi modricami, urezninami, vbodi, opeklinami, praskami ipd.

Kako lahko ravnamo, da bi mladostniku pomagali?

Samopoškodbeno vedenje je običajno zapleten proces, ki ga mladostnik ne more razrešiti sam, ampak potrebuje ustrezno strokovno pomoč. Samopoškodovanje pri posamezniku ne predstavlja ključnega problema, čeprav se pogosto izrazi na ta način. Je predvsem simptom in simbol globljega trpljenja. Če spregledamo logiko posameznikovega ravnanja, spregledamo človeka in zamudimo priložnost, da bi se povezali z njim in razumeli njegove bolečine.

Kako naj ne bi odreagirali

Pogoste reakcije ob razkritju samopoškodbenega vedenja so zgražanje, zasmehovanje, poniževanje, zmanjševanje ali zanikanje problema. Včasih skušamo odrasli, saj smo v šoku, mladostniku takšno vedenje nemudoma preprečiti s prepovedjo. A težave se s tem ne rešijo, nasprotno, mladostniku tako sporočamo, naj ne čuti oziroma da je tisto, kar čuti, nesprejemljivo, nevzdržno, nepomembno, sramotno ...

Tovrstni negativni odzivi na mladostnikovo samopoškodovanje zavirajo proces pomoči in predstavljajo močne zadržke v smeri iskanja dobrih rešitev. Predstavljajo pomembno oviro, ki mladostniku preprečuje, da bi ravnanje opustil, oziroma ga lahko le še spodbudijo, da znova poseže po samopoškodbi.

Kako lahko primerno odreagiramo

V pogovoru in stiku z mladostnikom se moramo odzvati sočutno in spoštljivo. Mladostniku moramo prisluhniti in se skušati vživeti v njegova čustva. Na tak način mu damo vedeti, da razumemo njegovo stisko, priznavamo njegova čustva in potrebo po čustveni razbremenitvi, ki mu pomaga pri zmanjšanju njegove psihične bolečine.

Smiselna vprašanja v pogovoru z mladostnikom

Ob razkritju samopoškodbenega vedenja mladostniku zastavimo vprašanja, ki nam pomagajo oceniti resnost njegovih težav, stiske oziroma življenjske situacije, v kateri se trenutno nahaja:

- ▶ »Vidim rano/povoj/ožganino ... Kaj se ti je zgodilo?«
- ▶ »Kako dolgo že to počneš?«
- ▶ »Kako pogosto se samopoškoduješ?«
- ▶ »Kako in kje se samopoškoduješ?«
- ▶ »Ali za to ve še kdo?«
- ▶ »Kaj se je dogajalo v tvojem življenju, ko si se prvič samopoškodoval?«
- ▶ »Kaj se je zgodilo, preden si se poškodoval
- ▶ (si dobil negativno oceno, si se s kom sprl)?«
- ▶ »O čem si premišljeval, preden si se samopoškodoval?«
- ▶ »Kako si se počutil po tem?«
- ▶ »Kaj si pričakoval, da se bo zgodilo po samopoškodbi?«

V nadaljnjih srečanjih mladostniku pomagamo ozaveščati njegova čustva in dosedanje načine soočanja s stresnimi situacijami. Pomagamo mu z vprašanji, kot so npr. »V kateri situaciji si se počutil žalostnega, jeznega, nemočnega ...?«, »Kaj ti je bilo v takšnih trenutkih v pomoč, da si prebrodil težave?«.

V pomoči mladostniku, ki se samopoškoduje, je ključnega pomena, da ga podpiramo pri njegovem učenju ustrežnejšega soočanja s težavami in stresnimi situacijami. Pomagamo mu tudi tako, da smo v odnosu z njim usmerjeni v njegove vire moči (dobre izkušnje iz preteklosti, talente, znanja, sposobnosti, vire opore).

Kako lahko ukrepamo

Prvi korak smo storili že s tem, ko smo mladostniku prisluhnili in ga razumeli. Na osnovi pogovora se bomo lažje odločili, kako naprej. Mladostniku smo dolžni pomagati pri iskanju pomoči, še posebej, če si sam to želi. Cilj pomoči ni samo ta, da mladostnik preneha s samopoškodovanjem, naučiti se mora tudi, kako primerno izražati in obvladovati čustva. Za spreminjanje vedenja bo potreboval daljše obdobje učenja. Včasih je potrebna dolgotrajna in poglobljena psihoterapevtska obravnava. Če se mladostnik ne želi vključiti v proces strokovne pomoči, ga v to ne smemo siliti. V tem primeru ga znova povabimo na pogovor. Za naš odnos z mladostnikom, ki se samopoškoduje, je najpomembnejše zaupanje, ki ga lahko pridobimo s spoštljivim in odkritim pogovorom, v katerem ga lahko povprašamo:

»Kako ti je, ko o tem govoriš z menoj?«

»Kaj misliš, da bi ti pomagalo?«

»Ali si to želiš spremeniti?«

»Kako ti lahko pomagam?«

Pomembno je, da ohranimo zavedanje, da je učinkovita pomoč lahko le tista, ki jo mladostnik razume, ker ima zanj smisel in jo lahko sprejme. Vsak korak, ki ga želimo narediti, naj bo zato dogovorjen skupaj z njim. Le na tak način bomo njegovo zaupanje tudi ohranili.

“ ... ubistvu se ne režem, sam me zanima kaj je toliko narobe če to delaš? sej se ne moreš ubiti, če se režeš? in zakaj pol ljudje tako paniko zganjajo? tudi sama si včasih (ampak res samo včasih) s šestilom malo zarežem (ne prou tisto, da mi kri teče, ampak saj veste kaj mislim) in ker je moj lajf res u minusu zdej, sem se mislila začet rezati. okej, vem... 11 let sem stara.. mal premajhna da bi se rezala pa to anee. in prou danes ker je bil res najbolj grozen dan v mojem lajfu sem čisto na malo si z nožem ob zapestjih urezala, nisem se velik, sploh se nič ne vidi. in zanima me zakaj je to tako narobe, če se režeš?

(Nekdo, www.tosemjaz.net)”

Miti in resnice o samopoškodbenem vedenju

MIT	RESNICA
Samopoškodba je spodleteli poskus samomora.	Samopoškodovanje je oblika samozaščite, ki posameznike odvrne od samomora in jih ohranja žive. Pri samopoškodbah lahko pride do smrti, pa vendar mladostniki, ki se samopoškodujejo, nimajo v mislih poskusa samomora.
Samopoškodba je sredstvo pridobivanja pozornosti in manipulacije z drugimi.	Samopoškodbeno vedenje lahko ima funkcijo pridobivanja pozornosti, vendar predvsem kot sporočilo mladostnika okolici, da si želi bližine, pozornosti, ljubezni in naklonjenosti.
Samopoškodovanja ni mogoče zdraviti.	Mladostniku, ki se samopoškoduje, je mogoče pomagati. Odrasli se moramo ob tem zavedati, da je samopoškodbeno vedenje lahko simptom globlje čustvene stiske in ga je kot takega potrebno tudi obravnavati. Lahko gre za globoko usidran vzorec reševanja stiske, ki ga ni mogoče zlahka opustiti. Prizadevanje odraslih, da mladostnik takoj preneha s takšnim ravnanjem, vodi v neuspeh in razočaranje ter zmotno prepričanje, da mu ni mogoče pomagati.
Resnost samopoškodbenega vedenja je merljiva z resnostjo poškodb.	Vsaka oblika samopoškodovanja je lahko pokazatelj hujše čustvene stiske in si zasluži pozornost. Resnost samopoškodb ne odraža vselej resnične stopnje čustvene stiske, ki je prisotna pri mladostniku. Mladostniki se poslužujejo različnih metod samopoškodovanja, zato so tudi vidne posledice raznolike. Mladostnikove težave in stisko je mogoče ustrezno oceniti le na podlagi zaupnega pogovora z njim.
Samopoškodbeno vedenje je značilno samo za dekleta v adolescentnem obdobju.	Miselnost, da je samopoškodbeno vedenje značilno samo za dekleta v adolescentnem obdobju, je napačna. Tudi mnogim fantom je težko govoriti o svojem doživljanju in se s stisko raje spopadejo sami, v tišini, kot pa da bi se nekomu zaupali. Zelo velika verjetnost je, da se samopoškoduje veliko več fantov, kot nam je znano. ■

Uporabljena in priporočena literatura za branje

Čačinovič Vogrinčič, Gabi (in drugi). 2005. Vzpostavljanje delovnega odnosa in osebnega stika. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

D'Onofrio, Amelio A. 2007. *Adolescent self-injury: a comprehensive guide for counselors and health care professionals*. New York: Springer Publishing Company.

Gaber, Mateja. 2011. *Samopoškodovanje kot oblika avtoagresivnega vedenja (študija lastnega primera samopoškodovanja)*. Diplomsko naloga. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Glonar Vodopivec, Maja. 2006. *Samopoškodbeno vedenje pri mladostnikih*. V: *Mozaik našega delovanja: zbornik prispevkov ob 50-letnici Svetovalnega centra za otroke, mladostnike in starše Ljubljana*. Ljubljana: Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše.

Kaliman, Manca. Knez, Tadeja. 2009. *Telo kot sredstvo sporočanja in premagovanja stisk mladostnikov*. Diplomsko naloga. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Levenkron, Steven. 2001. *Der Schmerz sitzt tiefer: Selbstverletzung verstehen und überwinden*. München: Kösel-Verlag.

McDougall, Tim. Armstrong, Marie. Trainor, Gemma. 2010. *Helping children and young people who self-harm: an introduction to self-harming and suicidal behaviours for health professionals*. London in New York: Routledge.

Teuber, Kristin. 1999. *»Ich blute, also bin ich«: Selbstverletzung der Haut von Mädchen und jungen Frauen*. Pfaffenweiler: Centaurus-Verlag.

Milivojević, Zoran. 2008. *Emocije. Razumevanje čustev v psihoterapiji*. Novi Sad: Psihopolis.

Muršič, Mitja (in drugi). 2010. *Znanje o čustvih za manj nasilja v šoli*. Ljubljana: Inštitut za kriminologijo pri Pravni fakulteti.

Projekt sofinancira Evropska komisija iz programa Daphne III.



NESTIGMATIZIRANJE LJUDI KOT POGOJ USPEŠNE PREVENTIVE

Obstajajo globoko uhojene poti misli, iz katerih človek ne sestopa kakor hitro je enkrat na njih; izoblikovane idejne zveze na katere smo navajeni se med seboj povezujejo kakor členi kakšne verige.

T. Mann

Ko ste pod vplivom glavne misli, ki se ji popolnoma podreja vaš um in vaše srce, ne vem kakšne so možnosti za kaj drugega izven te misli

F: Dostojevski

Doslej smo govorili o zasvojenosti in delu z mladimi kritično in v kontekstu. V kontekstu mitov o zdravju, v kontekstu šolskega sistema, systemskega in našega funkcioniranja po logiki kapitala, v kontekstu načela ugodja in načela realnosti in v kontekstu brezbriznosti današnjega duha časa. Naše vodilo pri tem je bilo, da mladi rabijo predvsem to, da jim prisluhnemo in jih sprejmemo takšne kot so. V vsej njihovi zvedavosti in norčavosti, v iskanju in upanju, v hotenju in hrepenenju, v njihovi realnosti in njihovih sanjah, v njihovi strasti in njihovi osebni rasti. Od nas to zahteva, da izstopimo iz sveta naših lastnih majhnih navajenosti (beri ugodij) na gibka tla vsakodnevnega življenja in da nenehno razločujemo mlade kot (enkratne in neponovljive) »ljudi« od mladih kot predpostavljeno prilagojenih »elementov družbene strukture«. To je – smo rekli - pogoj da z njimi vzpostavimo stik in komunikacijo brez tabujev in moraliziranja.

Takšen odnos do mladih pa zahteva nenehno samo-refleksijo našega lastnega početja. Z namenom, da bi spodbudili samo-refleksijo, samo-analizo, oziroma samo-ocenjevanje lastnega početja na individualni, skupinski in skupnostni ravni, bomo v nadaljevanju spregovorili še o stigmatiziranju ljudi. Ne-stigmatiziranje tako ali drugače zasvojenih je namreč eden temeljnih predpogojev uspešnega preventivnega dela za katerega se zavzemamo.

Kaj je stigma in kaj stigmatiziranje?

STIGMA ni lastnost »drugačnega« posameznika, ampak nekaj, kar označuje človeka, da je zaradi določene svoje lastnosti drugačen, slabši od drugih in zato vreden zaničevanja in izrinjanja iz centra družbenega dogajanja. Pomen besede izvira iz tiste daljne preteklosti, ko so oblastniki sužnjem in kriminalcem v kožo vžigali znamenja, s katerimi so jih napravili prepoznavne drugim ljudem. V srednjem veku je stigma pomenila tudi telesne posebnosti, ali znamenje čarovništva obsojenih žensk. Danes pa jo razumemo kot produkt družbenega označevanja in ne kot lastnost prizadetega posameznika. Kot taka predstavlja stigma eno največjih ovir, s katero se srečujejo družbeno izrinjeni, de-privilegirani, ne-integrirani narkomani.

STIGMATIZACIJA pa je strokovni sociološki izraz, ki označuje poseben odziv okolja na drugačnost/različnost, oziroma družbeno konstruirano označevalno prakso. Ameriški sociolog Goffman jo je opredelil kot »nezaželeno drugačnost«. Izhajal je iz domneve, da je vse človeške razlike mogoče stigmatizirati in ugotovil, da je v nekaterih okoljih drugačnost (npr. barva kože, etnična pripadnost, veroizpoved, politično prepričanje, starost, izobrazba, duševna bolezen, zasvojenost...) lahko nezaželena oz. stigmatizirana. V našem konkretnem primeru to pomeni, da »okolje« zasvojene ljudi stigmatizira in dojema kot manjvredne. Kot »nezaželeno drugačni« pa so tarča zaničevanja, opravljanja, posmeha, psihičnega in fizičnega nasilja, dostop do družbenih dobrin kot so npr. izobrazba, delovno mesto, politično odločanje, pa jim je otežen. Posledica stigmatizacije se nato izraža v socialni distanci do teh oseb in skupin. Le-ta pa jih utrjuje v lastni samopodobi, družbeno marginalni vlogi, izključenosti itd.

Vzroki za stigmatizacijo zasvojenih so kompleksni. Izvirajo pa predvsem iz kulturno pogojenih odnosov do drog, zasvojenosti in zasvojenih ter iz različnih

DE-STIGMATIZACIJO smo si kot programsko usmeritev in nalogo zastavili tudi v okviru Rdečega križa Slovenije. Razlogi za takšno našo odločitev so večstranski. Kot smo videli je ta tematika logična posledica razvoja naših programskih aktivnosti ob mesecih boja proti zasvojenostim v zadnjih letih. Nadalje nas nanjo napeljujejo temeljna načela, namen in poslanstvo naše humanitarne organizacije - pomagati pomoči potrebnim, oziroma ljudem v stiski.

Ob triletnem sodelovanju v okviru Inicijativne skupine za razvoj programov pomoči/zmanjševanja škode, ki je delovala pri Uradu za droge, pa sem izkustveno spoznal, da je med našo primarno (pretežno na škodljivost in nevarnosti opozarjajočo) in sekundarno preventivno dejavnostjo, vlada popolna konceptualna, metodološka in programska praznina. Posledica le-te pa je, da se neredko vključujemo v prevladujočo stigmatizacijo in marginalizacijo zasvojenih in da smo zaradi tega tudi manj pripravljeni na zaresno preventivno delo na tem področju zasvojenosti..

predpostavk o vzrokih njihove zasvojenosti. V veliki meri pa izvirajo tudi iz prevladujoče represivne politike do drog, ki sama po eni strani temelji na številnih predsodkih, stereotipih in mitih, po drugi strani pa jih sama vzdržuje, reproducira in generira.

Odnos so-ljudi, socialnega okolja, družbe in sistema do zasvojenih je bolj ali manj odklonilen. Sočasno pa stigmo spremljajo še občutki krivde in sramu, zanikanje težav, zaradi katerih ti ljudje težko iščejo pomoč, ali pa sploh težko sprejmejo razlago, da so njihovi problemi posledica zasvojenosti in družbene izključenosti. S tem pa je vzpostavljen začarani krog njihove lastne nemoči, ki smo jo omenili v prejšnjem prispevku.

V današnji družbi je stigmatizacija vseh drugačnih ljudi, ne le narkomanov, v vsakdanjem pogovoru čedalje bolj nesprejemljiva, vendar se hkrati seli na bolj prikriti ravni in verjetno celo narašča. V zadnjih desetletjih lahko v svetu opazimo porast števila gibanj in nevladnih organizacij ki se skušajo na različne načine bolj odločno upreti stigmatizaciji in poskrbeti za upoštevanje svojih pravic in sprejemanje njihovih posebnosti v družbi. Vzporedno s tem so vedno bolj pomembni različni programi de-stigmatizacije.

24. marca 2007 sem bil med kreatorji in podpisniki Rimskega sporazuma o humanitarni politiki drog. Z njim smo se podpisniki iz vseh koncev sveta zavezali takšni politiki do drog, ki naj temelji na razumu in sočutju in aktivnemu delovanju, ki ni povezano z ideologijo, silo, stigmatizacijo ali diskriminacijo. Pri tem smo posebej izpostavili, da naj bodo javno zdravstvo, celovit pristop k zdravljenju (kar vključuje zdravljenje z nadomestki) in humanitarnost ključni elementi politike do drog.

To se nam dogaja nehote in nevede ob vseh tistih situacijah, ko se v svojem neposrednem okolju – v družini, šoli, soseski, v skupnosti - tako ali drugače srečamo z zasvojenimi in njihovimi ravnanji. Srečanja z njimi so običajno polna predsodkov, stereotipov, mitov, nevednosti, zbeganosti in zadreg. To pa zato, ker smo sami prestrašeni, nepoučeni in vpeti/ujeti v prevladujoči normativno-represivni (kriminalizirajoč in obtožujoč) pogled ter moralizirajoč način percepcije/interpretacije drog, zasvojenosti in zasvojenec.

Zasvojenci so v teh koordinatah označeni kot kriminalci, zgube, odpadniki, slabiči, ki so si za tak položaj tudi sami krivi. S tem ko jih označujemo tako ne-reflektirano in izven konteksta vsakodnevnega življenja, jim dejansko obračamo hrbet, jih obsojamo in se od njih distanciramo. Da pa »do njih nismo brezbrizni« izkazujemo s tem, ko jih blagohotno prepuščamo za to »poklicanim« in »kompetentnim« drugim: policiji, tožilcem in sodnikom (strokovnjakom pregon in kaznovanje), zdravnikom (strokovnjakom za zdravje), ego-psihologom (strokovnjakom za pozitivno samopodobo), funkcionalističnim sociologom (strokovnjakom za dobro funkcioniranje sistema), pedagogom (strokovnjakom za vzgojo), dušebrižnikom v komunah (skrbnikom reda in morale), socialnim delavcem (strokovnjakom za neposredno pomoč in zagovorništvo) itd.

S tem, ko odgovornost za reševanje problemov prenašamo na omenjene strokovnjake, si manjšamo nelagodje, milimo strah in lajšamo vest. V zadnji instanci pa ostajamo brezbrizni do kakršnegakoli preventivnega delovanja.

Toda, ali vemo, da s tem podpiramo prevladujočo »socialno etiko«, ki sprejema »zaščito« in represijo s sklicevanjem na zdravje?

Ali se kdaj vprašamo, da je stigmatiziranje in socialno izključevanje sestavni del taiste socialne etike?

Ali se vprašamo, da družba, ki se vzdržuje s pomočjo takšne etike po sami svoji (kapitalski) logiki proizvaja nezaželeno drugačne kot izmečke?

Ali se zavedamo, da so le-ti grešni kozli, ob katerih se mi sami počutimo zdravi, normalni, moralni, (več) vredni in vključeni?

Ali se zavedamo da z njihovo stigmatizacijo relacijsko vzdržujemo lastno identiteto?

Če da – potem smo se s svojim ukrepanjem spustili iz abstraktnih moralnih principov na konkretno situacijsko ravnanje, ki izhaja iz enkratnosti vsakega posameznika in njegovih ter naših samo-reflektiranih odnosov z »okoljem«.

To je pogoj izstopa iz začaranega kroga stigmatizacije in brezbriznosti.

Ker pa nismo verniki in zgolj teoretiki, smo se - zavedajoč se resnosti problema stigmatiziranja –lotili destigmatizacije konkretno, praktično - v obliki posebnih destigmatizacijskih delavnic.

Več o tem glej v vabilu na delavnice. ■

Ciril Klajnsček

Delavnica za predstavnike NVO

»STIGMATIZIRANJE LJUDI IN KAKO SE MU LAHKO IZOGNEMO«

Ker je stigmatiziranje kot družbeno konstruiran fenomen v aktualni globalni krizi v porastu, ne-stigmatiziranje zasvojenih pa eden temeljnih pogojev preventivnega dela, smo za vse, ki se ukvarjate s preventivnim delom pripravili posebne destigmatizacijsko delavnico

KAJ JE DE-STIGMATIZACIJSKA DELAVNICA?

Delavnica je oblika in način dela udeležencev na sebi, z namenom samopreverjanja in (pre)oblikovanja našega odnosa do drugačnosti. V danem primeru do zasvojenih in do dela z njimi skozi odstiranje resnice udeležencev delavnice o samih sebi v razmerju do obravnavane tematike:

- › do drog,
- › do zasvojenosti,
- › do stigme,
- › do socialnega izključevanja zasvojenih in
- › do družbenega okolja/konteksta v katerem se vse to dogaja.

KOMU JE DELAVNICA NAMENJENA?

- › Vodjem, izvajalcem delavnic
- › Učencem in dijakom
- › Staršem učencev, dijakov ali zasvojenih
- › Vsem, ki se ukvarjajo s preventivo in zdravljenjem zasvojenosti
- › Vsem, ki v skupnosti delajo z zasvojenimi

KDO JO LAHKO IZVAJA?

Vodje teh delavnic morajo biti skrbno izbrani na osnovi poznavanja zasvojenosti, osebnih afinitet in osebnostnih lastnosti. Bistveni predpogoj za uspešno izvajanje delavnic pa je, da sami niso ujeti v moralizirajoči in kriminalizirajoči ter stigmatizirajoči pristop, pogled, oziroma diskurz o drogah in zasvojenih.

Delavnice potemtakem naj izvajajo tisti, ki sami ne proizvajajo in vzdržujejo predsodkov, stereotipov in mitov, ki jih rabi ta »ponoreli svet« za svoje funkcioniranje.

Zategadelj je naša delavnica najprej namenjene samim izvajalcem delavnic.

Izvajanja delavnice se udeleženci lahko naučite na osnovi tega, da se skozi ta isto delavnico delavnico najprej sami preizkusite, oziroma se sami »destigmatizirate«. Kar pomeni, da se soočite z morebitnimi lastnimi predsodki, stereotipi, odklonilnimi stališči, nestrpnostjo, brezbržnostjo itd. ter jih ozaveščene ustrezno predelate v orodje za vsakdanjo »rabo«.

KRATKA UTEMELJITEV:

Ob tem ko smo zmagali v borbi za osamosvojitve, smo klonili pod težo globalizacije in systemskega nasilja (neo)liberalnega kapitalizma. Le-ta je prinesel s seboj razkroj socialne države in civilne družbe, naraščajočo odtujenost med ljudmi, odsotnost moralne regulacije v medčloveških odnosih, na interese posameznikov skrčeni (utilitaristični) individualizem in naraščajočo brezbržnost. Aktualna recesija je prinesla naraščajočo brezposelnost in revščino, naraščajočo nestrpnost in nasilje. Nestrpnost in nasilje pa se v kriznih časih povečujejo v razmerju do vseh že sicer stigmatiziranih, oziroma nezaželeno drugačnih. Vzporedno s tem narašča armada ljudi, ki rabijo materialno in psiho-socialno pomoč, po katero se obračajo na nas kot nevladno, oziroma humanitarno organizacijo.

Psiho-socialna pomoč pa predpostavlja stik s človekom v stiski, vzpostavitev ustreznega jaz-ti odnosa in komunikacijo, ki je osvobodjena predsodkov, stereotipov, oziroma stigmatiziranja prosilca pomoči zaradi njegove »drugačnosti«

Med nezaželeno drugačne (stigmatizirane) sodijo tudi zasvojeni z drogami, oziroma narkomani. Njihova drugačnost se od drugih drugačnosti razlikuje po tem, da so:

- ▶ po eni strani drugačni zaradi prepovedanosti drog« in s tem povezanega kriminala
- ▶ po drugi strani pa zaradi ujetosti v začarani krog nezmožnosti in nemoči rešiti se lastne odvisnosti, v katero so nehote zabredli

Kot taki so priročni objekt za transfer nezadovoljstva in stigmatizacijo, ki vedno deluje na dveh ravneh::

- ▶ stigmatizirajočemu (nam) daje občutek večvrednosti (glede na stigmatizirane) in ga (nas) vzdržuje v lastni (iluzorni / idealizirani, boljši, večvredni) samopodobi
- ▶ stigmatiziranemu (npr. narkomanu) vzbuja občutek manjvrednosti in ga vzdržuje in utrjuje v lastni manjvredni samopodobi, marginalnosti in socialni izključenosti.

»Pustite ga, naj crkne!« so bile besede enega izmed znancev, ki so me spodbudile, da sem se leta 2007 pridružil skupini strokovnjakov iz celega sveta pri oblikovanju in podpisu »Rimskega sporazuma o humanitarni politiki do drog«. Avtorji in podpisniki sporazuma smo se zavzeli za to

- ▶ da naj bodo zdravje, celovit pristop k zdravljenju in humanitarnost naj bodo ključni elementi politike do drog
- ▶ ter se zavezali takšni politiki do drog, ki naj temelji na razumu in sočutju ter aktivnemu delovanju, ki ni poveza-no z ideologijo, silo, stigmatizacijo ali diskriminacijo

Na osnovi teh izhodišč, našega poslanstva (pomoč ljudem v stiski) ter dejstva, da je preventivo delo in psiho-socialna pomoč zasvojenim premo-sorazmerna nestigmatizaciji in nediskriminaciji, smo v okviru RKS izdelali didaktično gradivo in metodologijo za izvajanje destigmatizacijskih delavnic. Njihovega izvajanje po osnovnih šolah smo se lotili v obliki edukacije edukatorjev, to je učiteljev.

Sedaj jih širimo naprej v obliki ponudbe namenjene vsem, ki se ukvarjajo s preventivnim delom na področju zasvojenosti od drog.

PRIJAVNICA

na delavnico

»STIGMATIZIRANJE LJUDI IN KAKO SE MU LAHKO IZOGNEMO«

Ime in priimek udeleženca: _____

Naziv NVO: _____

Naslov organizacije: _____

Starost: _____ Izobrazba: _____

Poklic/delovno mesto _____

Telefon: _____ GSM _____

E-mail: _____

Prijave in informacije sprejemamo na e-mail: info@institut-utrip.si

Datum in kraj delavnic bomo sporočali sproti na podlagi prispelih prijavnic oziroma izkazanega interesa.

Dodatne informacije o delavnici dobite pri avtorju Cirilu Klajnščku, telefon: 041 658 500.

RAZPISI

Učenje

Razpisovalec:	Evropska komisija
Naslov razpisa:	Program Vseživljenjsko učenje (LLP) - Razpis za zbiranje predlogov 2011 – EAC/49/10
Opis:	<p>Splošne prednostne naloge tokratnega razpisa so:</p> <ul style="list-style-type: none"> › Razvoj strategij za vseživljenjsko učenje in mobilnost › Spodbujanje sodelovanja med okolji izobraževanja, usposabljanja in dela › Podpiranje začetnega in nadaljevalnega usposabljanja učiteljev, vodij usposabljanj ter vodij zavodov za izobraževanje in usposabljanje › Spodbujanje pridobivanja ključnih kompetenc s sistemom izobraževanja in usposabljanja › Spodbujanje socialne vključenosti in enakosti spolov v izobraževanju in usposabljanju, vključno z vključevanjem migrantov
Rok prijave:	različno
Povezave :	http://www.razpisi.info/index?action=noticeinfo&id=2630 http://ec.europa.eu/education/llp/official-documents-on-the-llp_en.htm http://www.cmepius.si/razpisi/llp12.aspx

Kultura

Razpisovalec:	U.S. Embassy Slovenia
Naslov razpisa:	U.S. Embassy Slovenia Cultural Grants Program
Opis:	Ameriško veleposlaništvo je objavilo razpis, namenjen podpori projektom, ki podpirajo kulturne izmenjave ter spodbujajo kulturne vezi med ZDA in Slovenijo. Veleposlaništvo podpira naslednje aktivnosti: izmenjave, kulturne in umetniške prireditve, razstave, delavnice, predavanja ter kulturne projekte, ki spodbujajo in poglobljajo razumevanje ameriške kulture v Sloveniji.
Rok prijave:	15.08.2012 (projekti, ki se bodo izvajali med oktobrom 2012 in aprilom 2013)
Povezave :	http://www.razpisi.info/index?action=noticeinfo&id=3730 http://slovenia.usembassy.gov/cultural_grants.html

Mladi

Razpisovalec:	EACEA
Naslov razpisa:	Razpis za zbiranje predlogov EAC/01/12 – Program Mladi v akciji 2007–2013
Opis:	<p>Akcija 1 – Mladi za Evropo</p> <p>1.1 – Mladinske izmenjave</p> <p>1.2 – Mladinske pobude</p> <p>1.3 – Projekti demokracije mladih)</p> <p>Akcija 2 – Evropska prostovoljna služba</p> <p>Akcija 3 – Mladi v svetu</p> <p>3.1 – Sodelovanje s sosednjimi državami Evropske unije</p> <p>Akcija 4 – Sistemi pomoči za mlade</p> <p>4.1 – Usposabljanje in mrežno povezovanje tistih, ki delujejo na področju mladinskega dela in mladinskih organizacij</p> <p>Akcija 5 – Podpora evropskemu sodelovanju na mladinskem področju</p> <p>5.1 – Srečanja med mladimi in pristojnimi za mladinsko politiko</p> <p>Poleg stalnih prednostnih nalog so letne prednostne naloge za leto 2012 naslednje:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ projekti za spodbujanje zavzetosti mladih za bolj vključujočo rast ▶ projekti, ki spodbujajo iniciativnost, ustvarjalnost in podjetništvo ter zaposljivost mladih ▶ projekti, ki spodbujajo zdrave navade ▶ projekti za večjo ozaveščenost in sodelovanje mladih pri reševanju vprašanj svetovnih okoljskih izzivov in podnebnih sprememb.
Rok prijave:	01.10.2012
Povezave :	<p>http://www.razpisi.info/index?action=noticeinfo&id=3660</p> <p>http://eacea.ec.europa.eu/youth/funding/2012/index_en.php</p>

Mladi

Razpisovalec:	EACEA
Naslov razpisa:	Program Mladi v akciji - Akcija 3.2 - Mladi v svetu: Sodelovanje z državami, ki niso sosednje države Evropske unije
Opis:	<p>Namen tega razpisa je podpreti projekte, ki pospešujejo sodelovanje na področju mladine med državami programa Mladi v akciji in partnerskimi državami, ki niso sosednje države Evropske unije. Ta razpis zagotavlja dotacije za projekte.</p> <p>Namenjen je organizacijam, ki delujejo v sektorju mladih in jih zanima vodenje projektov, ki spodbujajo sodelovanje na tem področju, vključujejo pa mladinske delavce, mladinske voditelje, same mlade in druge akterje, ki so vključeni v mladinske organizacije in strukture.</p> <p>Letne prednostne naloge programa: brezposelnost, revščina in marginalizacija mladih; duh samoiniciativnosti, ustvarjalnost in podjetništvo, zaposljivost; množičen šport in dejavnosti na prostem; svetovni okoljski izzivi in podnebne spremembe. Po letu 2011, ki je bilo Evropsko-kitajsko leto mladih, in v letu 2012, ki je Evropsko-kitajsko leto medkulturnega dialoga, bo pozornost posvečena projektom, usmerjenim v spodbujanje dialoga, izmenjave in sodelovanja na področju mladine med EU in Kitajsko.</p>
Rok prijave:	15.05.2012
Povezave :	<p>http://www.razpisi.info/index?action=noticeinfo&id=3880</p> <p>http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:C:2012:075:0006:0009:SL:PDF</p>

Mladi

Razpisovalec:	Evropska mladinska fundacija (EYF)
Naslov razpisa:	EYF Finančna podpora mladinskim projektom
Opis:	<p>EYF omogoča finančno podporo naslednjim tipom projektov, vodenih s strani mladinskih nevladnih organizacij ali mrež ter drugih nevladnih organizacij, ki delajo na področju mladinskega dela, povezanega z mladinsko politiko in delom Sveta Evrope:</p> <ul style="list-style-type: none"> » Kategorija A - mednarodna mladinska srečanja (seminarji, konference, delavnice, tabori, festivali); » Kategorija B - druge mladinske aktivnosti, ki niso srečanja (študije, raziskovalni projekti, izdelava informacij in dokumentacije na področju mladine); » Kategorija C - administracija mednarodnih nevladnih mladinskih organizacij ali mrež; » Kategorija D - Pilotni projekti oz. mladinska srečanja ali aktivnosti, ki bodo prispevale k ciljem mladinske politike Sveta Evrope (vključno s kategorijo D-HRE: Human Rights Education).
Rok prijave:	01.10.2012
Povezave :	<p>http://www.razpisi.info/index?action=noticeinfo&id=3570 http://www.eyf.coe.int/fej/portal/media-type/html/user/anon/page/FEJ_presentation;jsessionid=68E9528E573FB557FBC8FFF9BD205F27</p>

Droge

Razpisovalec:	Evropska komisija, Generalni direktorat za pravosodje, svobodo in varnost
Naslov razpisa:	Preprečevanje uporabe drog in obveščanje 2011-2012 – Sofinanciranje transnacionalnih projektov
Opis:	Splošni cilji tega programa so: <ul style="list-style-type: none">▶ preprečevati in zmanjševati uporabo drog, odvisnost in škodo zaradi uporabe drog;▶ prispevati k izboljšanju obveščanja o uporabi drog;▶ podpirati izvajanje Strategije EU na področju drog.
Rok prijave:	17.04.2012
Povezave :	http://www.razpisi.info/index?action=noticeinfo&id=3747 http://ec.europa.eu/justice/newsroom/grants/dpip_ag_2011_2012_en.htm

Mladi

Razpisovalec:	Občina Vipava
Naslov razpisa:	Javni razpis za sofinanciranje socialnih, zdravstvenih in humanitarnih dejavnosti ter letovanja otrok v Občini Vipava v letu 2012
Opis:	Sofinanciranje letnih programov in projektov na področju socialnih, zdravstvenih in humanitarnih dejavnosti ter sofinanciranje stroškov letovanj otrok in mladine. Predmet tega razpisa niso sredstva za vzdrževanje in investicije v prostore in opremo za izvajanje teh dejavnosti.
Rok prijave:	25.04.2012
Povezave :	http://www.razpisi.info/index?action=noticeinfo&id=3914 http://www.vipava.si/?vie=gdsLst&act=rzp http://www.uradni-list.si/pdf/2012/Ra/r2012022.pdf

Kriminal

Razpisovalec:	Evropska komisija, Generalni direktorat za pravosodje, svobodo in varnost
Naslov razpisa:	Targeted call on cross-border law-enforcement cooperation in the field of drug supply reduction
Opis:	V okviru posebnega programa „Preprečevanje kriminala in boj proti njemu“ kot dela Splošnega programa „Varnost in varstvo svoboščin“ za obdobje 2007–2013 je objavljen javni razpis, namenjen sofinanciranju transnacionalnih in nacionalnih projektov, ki prispevajo k izboljšanju sposobnosti organov kazenskega pregona glede hitre in učinkovite izmenjave obstoječih informacij in obveščevalnih podatkov za namen vodenja preiskav kaznivih dejanj ali kriminalnih dejavnosti.
Rok prijave:	25.04.2012
Povezave :	http://www.razpisi.info/index?action=noticeinfo&id=3886 http://ec.europa.eu/justice/newsroom/grants/just_2011_isec_drugs_ag_en.htm



preventivna platforma

Bilten številka 15