



obštudijski
raziskovalno-umetniški
avtorski projekt
AGRFT in TEOF
v sodelovanju
s ŠRCD in RTVSLO

VIRI STRAHU

Obštudijski raziskovalno-umetniški
avtorski projekt AGRFT in TEOF
v sodelovanju s ŠRCD in RTVSLO

VIRI STRAHU

Premierna izvedba:
6. januarja 2023 ob 18. uri
na AGRFT (Študijski oder 2)

Obštudijski raziskovalno-umetniški projekt *Viri strahu* je študentski projekt za trajnostni razvoj, financiran s strani Univerze v Ljubljani, pri projektu pa so sodelovale Akademija za gledališče, radio, film in televizijo, Teološka fakulteta, Študijsko-raziskovalni center za družino in Javni zavod RTV Slovenija, Radio Slovenija.

Teme se več ne bojim,
ker vem, da bom zjutraj brez težav spet videla svetlobo.

UVODNIK

V skupnem projektu, naslovljenem *Viri strahu*, smo se združile študentke in študenta Akademije za gledališče, radio, film in televizijo ter študentke Teološke fakultete (smer: Zakonski in družinski študiji) in skupaj s profesoricama in delovnimi mentorji raziskovali trenutno zelo aktualno ter medijsko odmevno temo spolnega nasilja. Sprva smo se želeli osredotočiti predvsem na vprašanje, od kod izvirajo strahovi, da osebe, ki so doživele spolno zlorabo, ta dogodek zadržijo zase oz. ga ne prijavijo. Skozi proces in pogovore, ki smo jih v namene raziskovanja opravljali, pa se je naša tema širila, kljub temu da smo jo želeli vedno pripeljati nazaj v naše začetno izhodišče.

Zaključni dogodek smo zasnovali kot raziskovalno-umetniški informans: skozi analizo vseh pogovorov ter prebranega in pregledanega materiala smo teoretično predstavili naše ugotovitve, ki pa smo jih osvetlili tudi z umetniškega vidika. Naš namen je bil predvsem prispevati k cilju »mir, pravičnost in močne institucije«, iz Agende za trajnostni razvoj do leta 2030 – (OZN 2015), saj bodo rezultati predstavljeni tudi ljudem in institucijam, ki imajo večjo (pravno) moč pri zaščiti žrtev.

Skozi proces smo skupaj prišli do ugotovitve, da se nam bolj kot zgolj predstavitev izvorov strahu, zdi pomembno, da o izbrani temi javno govorimo, še bolj pomembno pa to, da osebe, ki so zlorabo doživele, opolnomočimo in pokažemo, da obstaja življenje po zlorabi. Prav to je v pogovoru omenila tudi oseba, ki je doživela zlorabo: »Če se ljudem desetkrat zlažeš, ti bodo enajstič verjeli; v vašem projektu ne boste lagali, ampak je treba o tem čim večkrat javno govoriti, da bodo potem tudi ljudje, ki so doživeli zlorabo, videli, da obstaja pot ven.«

Odločili smo se, da strokovna ter umetniška besedila, ki smo jih študentje napisali za zaključni dogodek, zberemo v brošuri in tako omogočimo branje tudi vsem tistim, ki se našega dogodka niso udeležili; seveda v upanju, da tudi to postane delček mozaika, ki bo pripomogel k ničelni toleranci do (spolnega) nasilja in opolnomočenju oseb, ki so zlorabo doživele.

AVTORICE IN AVTORJI

Študentke in študenta

Anamarija Brozovič

Mina Gregorčič

Nina Konatar

Alja Krhin

Kaja Petrovič

Nika Podgrajšek

Jure Rajšp

Marko Rengeo

Helena Šukljan

Mentorice in mentorji

prof. mag. Žanina Mirčevska (UL AGRFT)

izr. prof. dr. Lia Katarina Kompan Erzar (UL TEOF)

Anja Grilc (ŠRCD)

Saška Rakef (RTVSLO)

Alen Jelen (RTVSLO)

Koordinatorica

mag. Barbara Kranjc

Oblikovanje brošure

Helena Šukljan

Tisk

DEMAT, D. O. O.

Ljubljana, februar 2023

50 izvodov

Pogovore smo opravili:

s terapevtkami in terapevtom:

Polona Greif, Vesna Mirt, Boštjan Čampa,
Urška Pevec, Kornelija Ferčak Folnovič in
Tanja Repič Slavič,

z osebama, ki sta doživeli spolno zlorabo,

*z osebama, katerih življenje je bilo
zaznamovano s spolno zlorabo/nasiljem,*

s tožilko,

z odvetnico, Matejo Čuk Orel,

s kriminalistom, Robertom Tekavcem,

*z nekdanjo varuhinjo človekovih pravic,
Vlasto Nussdorfer.*



Marko Rengeo

SOBA

1

Anamarija Brozovič

OD KOD VSA TA OBČUTJA?

7

Alja Krhin

OD KOD IZVIRA

POTREBA PO ZLORABI?

9

Nina Konatar

KO SE VKLJUČI SISTEM

12

Nika Podgrajšek
OTROŠTVO IN SRAM **15**

Mina Gregorčič
POT POSTTRAVMATSKE RASTI **17**

Helena Šukljan
TEME SE VEČ NE BOJIM **19**

IZBOR IZJAV IZ INTERVJUJEV **23**

FOTOGRAFIJE
Z ZAKLJUČNEGA DOGODKA **28**

Marko Rengeo

S O B A

Dogodek se je začel z instalacijo.

Obiskovalci so vstopili v prostor oz. v sobo (fiktivne) osebe, ki je doživela spolno zlorabo ter spoznali njeno zgodbo.

MIZA

Vsak dan sem prišla iz šole okoli 14. ure, razen ob četrkih – takrat sem bila doma šele ob 15.30, ker sem imela osmo uro. Moj popoldan je bil vedno enak: najprej sem v jedilnici pojedla kosilo, ki ga je večer prej pripravil oče – po navadi je bila na meniju kakšna enolončnica, ki jih obožujem. Po kosilu sem šla v svojo sobo in na tole mizo razporedila svoje zvezke in učbenike v vrstnem redu nalog, ki sem je morala tisti dan opraviti. Nato sem vzela telefon in vsaj pol ure brskala po Instagramu ali pa samo gledala v zrak in se vrtela na svojem stolu.

Zelo rada sem tudi gledala skozi svoje okno. Videla sem betonsko parkirišče, polno avtov; navadno sta bili dve parkirni mesti prazni. Če sem pogledala desno, sem videla drevesa manjšega parka in ostanke starega rimskega zidu. Levo pa sem videla glavno cesto, ki je bila večinoma polna prometa. Med opravljanjem domačih nalog so me velikokrat zmotili kriki in vriski otrok, ki so se igrali na travnatem dvorišču vrtca nasproti moje sobe. Ne nadležno zmotili, ampak zmotili tako, da sem vstala, jih opazovala in si mislila, kako lepo bi bilo biti oni. Rada sem gledala ven in opazovala ljudi in si o njih izmišljevala razne zgodbe. Vedno novi ljudje – vedno nove zgodbe.

Dva pa sta bila vedno ista – mama in oče. Že po zvoku avta sem ju prepoznala. Ko sem slišala, da prihajata, sem pustila karkoli sem delala, hitro stekla po stopnicah in ju objela.

KOŠ ZA SMETI

Moj koš za smeti ni bil nikoli zabasan. Vse smeti sem takoj nesla v kuhinjo, tukaj je bil kakšen papirček pa ostanki šiljenja svinčnikov in podobno. V nekem obdobju pa sem začela jesti, ogromno jesti. Basala sem se s prigrizki, z nezdravo hrano. Večinoma sem žrla sladko. 300 gramske čokolade, piškoti vseh vrst, rogljički, praline, napolitanke, celi kozarci Nutelle ... to je šlo v potokih. Vsak dan sem po pouku kupila sladkarije in jih takoj skrila v svojo sobo. Skrila – mogoče je to močna beseda. Moji starši niso nikoli težili glede prehrane, niso mi pa dovolili, da jem ogromno sladkega. Bilo me je sram, da toliko jem, seveda. In nisem želela, da onadva ali kdorkoli drugi ve. Verjetno nisem želela, da tudi jaz to vem. Se je pa ta koš, nabasan z ovitki nezdrave hrane, moral nekje poznati. V petnajstih dodatnih kilogramih. Lažem, 17. Okej, naj bo – 18. Prav, prav: v dvajsetih dodatnih kilogramih v enem letu. 20! Še vedno se spravljam, da bi se vrnila na težo sedemnajstletnice in enkrat bo, zagotovo bo.

KLAVIR

Oče si je želel, da bi igrala klavir. Tako zelo si je želel, da mi ga je celo kupil. Na njegovo žalost pa je bolj kot igranju služil kot dodatna polica za odlaganje umazanih oblačil. Saj sem se nekaj trudila, za njegov užitek, ampak ne dosti. Hitro sem obupala. Klavir se mi ni nikoli zdel praktičen. Ne moreš ga vzeti s sabo na plažo ali na dopust. Mogoče pa bo za vnuke, ko bom imela otroke. Zdaj, ko pomislim, je imel prav. Mogoče bi res morala igrati klavir. Definitivno bi imela drugačno življenje. Ne bi bila cela važna ob ognju s kitaro, bi se je pa gotovo naučila igrati sama, vsaj osnove. In bi jo danes še lahko igrala.

KITARA

Moja starejša sestrična je igrala kitaro. To se mi je zdelo tako carsko in seveda sem jo želela v vsem posnemati, zato sem kitaro hotela že kot otrok. Mojo prvo kitaro mi je dala prav sestrična. No, ni bila

kitara, ampak ukulele. In ljubezen do kitare je samo rastla in rastla. Sama sem se učila, iskala akorde na internetu, celo pisala svoje pesmi.

Ko sta starša videla, da bi se s kitaro res želela resneje ukvarjati, sta mi – ob koncu osnovne šole – kupila pravo kitaro. Rekla sta: »Kitaro sva ti kupila, za inštrukcije urediš ti.« Celo oče je požrl svojo željo po tem, da bi igrala klavir, ker je videl, kako srečna sem bila.

Najprej sem se učila sama, po dveh letih pa sem želela svoje znanje nadgraditi in začela obiskovati inštrukcije kitare ...

... nisem vedela, kako se poučuje. Kako se kaže, kako se igra. Koliko blizu mora biti učitelj. Nisem vedela, ali je preponsko dihanje za kitaro res tako zelo pomembno. Ničesar nisem vedela.

Boljše bi bilo, če bi poslušala očeta in igrala klavir ...

SLIKARSKO PLATNO

Slikanje je ena izmed mojih največjih strasti. Ne vem, kaj bi brez slikanja – umrla najbrž. Ne, saj ne; moja duša pa bi gotovo vsak dan pela pesmi žalosti.

Stojiš pred mojim »kotičkom vélike slikarke«, tako sem ga poimenovala, ironično seveda. Picasso, Matisse in Magritte – moji najljubši. Verjetno zato, ker jih nisem razumela in iskreno, še zdaj jih ne razumem. Ta neka izkrivljena podoba realnosti me je vedno privlačila.

Ob prostem času sem tu rada slikala, dosti slikala in tudi lepo slikala. Kaj misliš, kaj je bilo najbolj pogosto darilo, ki sem ga podarila? Slike, seveda. Vsi so imeli polne stene teh mojih kvazi umetnin pa se ni nihče zares pritoževal nad tem.

V tretjem letniku sem nehala slikati, po tistem ... nisem mogla. Platno je samevalo. Mama mi je kupovala vedno nova in nova platna. Vsa so ostala prazna. Spraševala me je, zakaj nič več ne slikam. Vsi so me to spraševali. Jaz pa nisem vedela, kaj odgovoriti. Preprosto nisem čutila, da bi bilo prav. Sedela sem pred belim platnom in buljila vanj. Nič. Samo gledala v belo, prazno platno. Tudi v moji glavi je bilo vse belo.

Zdaj sem spet začela in vem, da brez slikanja ne bi prišla tako daleč, kot sem. Ne bi bila tukaj, kjer sem zdaj. A je patetično, če rečem, da mi je slikanje rešilo življenje?

BLAZINA ZA JOGO

Vsako jutro, še preden sem se umila, sem se preoblekla v svoja športna oblačila: dolge sive hlače in Scooby-doo kratko majico. Preko majhnega zvočnika sem na ves glas predvajala »Song for working out playlist« in s tem po navadi zbudila vse sosede. Na svoji roza joga blazini, ki sem jo dobila v 8. razredu, ampak ni bila nič zdelana – vemo, kaj to pomeni – sem vsaj pol ure telovadila. Mislila sem, da ... da bo šlo proč. Ta občutek utesnjenosti, zaprtosti, gnusa. Mislila sem, da bom osvobodila svoje telo, pa ga nisem.

KNJIŽNA POLICA

Velikokrat sem se usedla pod knjižno polico, vzela v roke kar eno knjigo in brala. Res sem se trudila.

Kaj sem prebrala? Nisem vedela. Samo črko za črko, besedo za besedo. Nič se ni povežalo. Izgubljala sem se v svojih mislih. Zakaj še nikomur nisem povedala? Ampak komu bi – prijateljem? Kaj bi oni sploh lahko naredili? Očetu sigurno ne, ker bi me verjetno samo gledal in se delal, da ni razumel. Mamo bi to dokončno pokončalo. Profesorjev in gimnazije nisem želela mešati, pa še vsi na šoli bi izvedeli, tega pa nisem želela.

Ampak a je sploh kaj takega, kar bi morala povedati? Kaj pa, če pretiravam? Kaj če ne bi smela obleči raztrganih kavbojk, kjer se vidi moje koleno? Mesece sem premlevala. Neprestano sem se borila »povedat-ne povedat-povedat-ne povedat«. Grozno je bilo.

Trojanska vojna v moji glavi.

Vseeno sem dosti brala oz. natančneje: sedela pod knjižno polico in gledala v črke.

STIKALO ZA LUČ

Nikoli se nisem bala teme. Niti kot otrok. Ure kitare sem imela ob 18.30, pozimi to pomeni tema. Učilnica je bila tudi temna, taka plitka in neprijazna svetloba. Tista majhna lučka je gorela, da sem lahko brala note in gorela je neka napol delujoča lanterna. Odkar sem začela hoditi na inštrukcije, nisem mogla zaspati v temi. Luč je gorela vso noč. Včasih je mama prišla ponoči v sobo in jo ugasnila – takoj sem se zbudila. Ja, pri sedemnajstih sem se začela bati teme.

TO YOUR HEALTH

V tretjem letniku, ko sem se vračala z ur kitare, sem takoj stekla v svojo sobo in se zaklenila vanjo. Mama je trkala na vrata, naj odprem; oče pa ji je rekel, naj me pusti, da so to verjetno neke najstniške fore. In čez čas je ostalo pri tem – »najstniške fore«. Vsaj eno uro sem sedela na sredini svoje sobe in poslušala eno in isto pesem. Lahko jo poiščeš na Youtubu: Keaton Henson: *To Your Health*. Tisti video, kjer sedi v šotoru – točno tistega in samo tistega sem poslušala. Prvih nekaj tednov sem zraven ves čas jokala, potem pa nič več. Takrat mi je res ogromno pomenila ta pesem, danes je nočem več slišati. Na srečo ni taka, da bi se dosti vrtela po radiu in jo je težko kje naključno slišati.

POSTELJA

Dva tedna pred esejem od slovenščine na maturi sem točno tukaj sedela s svojo mamo. Na tej postelji. April je bil, zelo lep april in skozi okno so butali sončni žarki. Nisem se mogla več učiti. Predolgo sem goltala. Predolgo premlevala. Skoraj eno leto. Že prej sem ji želela povedati in bi ji morala, ampak enostavno nisem zmogla. Zakaj sem ji pred maturo? Še sama ne vem. Sedeli sva na moji postelji in povedala sem ji skoraj vse; v detajle nisem šla, ker sem vedela, da bo že to dovolj velik šok. In je bil, bil je večji kot sem pričakovala. Najprej me je nemo gledala, potem me je vprašala, če

je vse, kar sem ji povedala res in ko sem ji zatrdila, da je, se je zgodil orkan – zbudila se je pošast. Najprej me je nadrla, zakaj sem tako dolgo skrivala, da če sem normalna, ker nisem nič rekla, da če se mi je zmešalo in podobno, si lahko predstavljate. Potem je odvihrala iz sobe, dol po stopnicah in kričala očetovo ime. Želela sem ji še nekaj povedati, ampak ... ni bil pravi trenutek. Tam sem obsedela in nisem vedela, kaj naj ... Samo objem, samo to bi bilo dovolj.

Anamarija Brozovič

OD KOD VSA TA OBČUTJA?

Rada bi na povsem preprost način razložila, kaj se zgodi z nami, z našim telesom, ko se znajde v nevarnosti. To ni nič novega. Tekom evolucije je naše telo oblikovalo tri ključne avtomatične odzive na nevarnost. Katere tri? Beg, boj in zamrznitev, ki je tudi najpogostejši odziv pri zlorabah. Ste se kdaj vprašali, zakaj žrtev enostavno ni zbežala, ko jo je začel otipavati? Zakaj ga preprosto ni odrinila od sebe ali poklicala na pomoč? Da bi to razumeli, moramo pogledati, kaj se dogaja v naših možganih.

AMIGDALA IN HIPOKAMPUS

V možganih sta dva pomembna organa, povezana s spominom. To sta amigdala in hipokampus. Amigdala se razvije že zelo zgodaj, nekje v tretjem mesecu gestacijske starosti in je povezana z najzgodnejšimi afekti in spomini, z najintenzivnejšimi čutenji. Kadar v določeni situaciji zaznamo nevarnost, amigdala sproži signal in aktivira avtonomni živčni sistem, da nas pripravi na beg ali boj. V nekaterih primerih pride tudi do zamrznitve. To se zgodi neodvisno od naše volje. Z amigdalo je povezan implicitni spomin. Gre za telesni spomin, ki obstaja, ko še ne govorimo in ko nimamo slik. Če ste že kdaj slišali, da telo nikoli ne laže ali da telo vse pomni, potem to spada sem.

Hipokampus se razvije nekoliko kasneje, nekje med drugim in tretjim letom starosti, hkrati z razvojem govora. Njegova naloga je, da shranjeni informaciji pripiše pomen in jo umesti v čas in prostor. Hipokampus naj bi torej prepoznal, kdaj se nekaj resnično dogaja tu in zdaj, kdaj pa se prebuja zgolj spomin na nek dogodek. Z razvojem hipokampusa se začne razvijati eksplicitni spomin, to je zavestni spomin, kjer so shranjene vse slike, ki jih lahko prikličemo v zavest.

DELOVANJE MOŽGANOV OB TRAVMI

Kaj se dogaja ob travmi? Kadar je na vidiku nevarnost, smo že povedali, se naše telo odzove tako, da zbeži ali pa se pripravi na boj.

Pri travmi je nekoliko drugače, saj vse dotedanje strategije soočanja z nevarnostjo navadno odpovejo. Hipokampus je takrat preplavljen s stresnimi hormoni in zato dobesedno zablokira, amigdala, ki ostane aktivna, pa vsa čutenja shrani v telesu. Travmatičnega dogodka zato ne moremo umestiti v določen kontekst, ker naše telo izgubi občutek za čas in prostor. Žrtev običajno nima občutka, koliko časa je trajala zloraba, zaradi sproščanja hormonov, ki delujejo kot anestetik, lahko ne čuti bolečine. Vse se ustavi z namenom, da preživimo. Pomembno je, da se zavedamo, da je to povsem naraven odziv našega telesa, na katerega nimamo vpliva, tako kot nimamo vpliva na to, kako hitro bije naše srce. Od zlorabe tako ostanejo le še fragmentirani delci, ki spominjajo na travmo in močan telesni odziv, ki se prebudi vsakokrat, ko nas nek vonj, zvok ali dotik spomni na ta isti dogodek.

Kaj to pomeni? Oseba, ki je v času dogajanja zlorabe dobesedno zamrznila, ostala brez besed (spet povezava s hipokampusom - je preplavljen, ne deluje), lahko vsako še tako nedolžno stvar vidi kot sprožilec. Npr. vonj, ki jo spomni na parfum, ki ga je tisti dan nosil storilec, ali pa tresk z vrati, škrtanje ključa v ključavnici? Karkoli. Karkoli jo spomni na zlorabo, bo v njej prebudilo približno enaka občutja kot takrat, ko se je zloraba res dogajala.

PRENOS OBČUTIJ S STORILCA NA ŽRTEV

Zakaj žrtev pogosto s sabo nosi krivdo, čeprav v nobenem primeru ni kriva, da se je zloraba zgodila? Zakaj velikokrat čuti sram? Ali pa gnus? Zakaj se počuti nemočna, ko pa je vendar vsaka žrtev močnejša od storilca? Zakaj se žrtev boji? Kaj so njeni viri strahu? Odgovor je na drugi strani pola, ki ga je zloraba ustvarila. Storilec namreč vsa ta občutja nosi v sebi, vendar pa ni v stiku z nobenim od njih. Če bi bil, seveda sploh ne bi mogel zlorabljeni, ker bi v pravem trenutku občutil sram, ker bi začutil gnus in strah še preden bi prestopil mejo. Če bi storilec bil sposoben vzpostaviti stik, potem ne bi bil storilec. V trenutku, ko je meja prekoračena, ko se zloraba zgodi, vsa nakopičena občutja sramu, gnusa, krivde, strahu in nemoči zdrsnejo z enega pola na drugega – s storilca na žrtev. In zdaj vse nosi žrtev, misleč, da je nahrbtnik teh občutij njen.

OD KOD IZVIRA POTREBA PO ZLOBABI?

UVOD

Skozi naš proces se mi je vedno znova zastavljalo eno in isto vprašanje: od kod sploh izvira potreba, da nekdo stori neko nasilno dejanje, med drugim spolno zlorabi šibkejšo osebo od sebe? To vprašanje me je nenehno zasledovalo, zato sem se mu želela bolj posvetiti. Iz vseh pogovorov, ki smo jih opravili in materialov, ki sem jih prebrala, sem skušala razbrati intence osebe, ki je ali bi hipotetično lahko zlorabila drugega. In tako sem ustvarila zgodbo nekoga, ki ga je življenje vodilo do tega, da zlorabi drugo osebo. Preden začnem pa moram nujno izpostaviti, da absolutno ne gre za opravičevanje takih dejanj, ker za to ni opravičila; ampak zgolj za iskanje odgovora na vprašanje: od kod potreba po zlorabi.

To vprašanje je odprlo več novih podvprašanj. Prvo je:

1. Kdo so ti ljudje (ki čutijo potrebo po »zlorabiti«)?

Predstavljajmo si 5 ali 6 let starega dečka (lahko bi bila tudi deklica, v našem primeru je pač deček). Pa da nam bo lažje, mu dajmo ime – Miha. Miha živi z mamo, ki je čustveno labilna, v svojih razpoloženjih neprestano niha in Miha nikoli ne ve, kakšne volje bo: bo eksplodirala, če jo bo kaj vprašal ali ne bo eksplodirala? Prav tako ga ne zna zares potolažiti, ko mu je hudo. Objemi so mu praktično tuji. Mihov oče je veliko odsoten, pa ne službeno, ampak zato, ker rad popiva po gostilnah. Vzgajati zna samo »z eno vzgojno«. In to je zato tudi edini način, ki je Mihi poznan. Kaj se dogaja? Miha razvija nezdrave vzorce na praktično vseh področjih, ki vključujejo odnose (tudi odnos sam s sabo), ujet je, prepuščen samemu sebi. Miha zraste, začne obiskovat srednjo šolo, in nezavedno nese svoje vzorce dalje. Seveda želi biti v družbi sprejet, želi dobiti nove prijatelje, ampak se zdravega načina, kako ustvariti stik, ni nikoli naučil in namesto tega je (iz)našel način izsiljevanja. Prav to pa povzroča, da od sovrstnikov nima zares podpore, da ga po nekem času vsi prijatelji zapustijo in je vedno znova, tako kot v otroštvu,

prepuščen samemu sebi. Odmakne se k edini stvari, ki ga rahlo pomiri – k igranju kitare. Vanjo preslika vso ljubezen in malo upa, da bo mogoče zaradi igranja na kitaro izpadel kul tudi pred kakšno punco, ampak so ga še vse do zdaj zavrnila. Tudi s kitaro. Vseeno pa: zakaj bi Miha zaradi take ranjenosti storil nekaj tako groznega?

Moje drugo vprašanje je torej:

2. Zakaj nekdo zlorabi?

Miho zaradi tega nemira, ki ga nosi v sebi, postane sram. Sram ga je svojih občutkov. Ampak o tem, seveda, drugim ne govori, ker se o tem sploh ne razpravlja. Ve pa, da se v njem dogaja nekaj, česar ne zna razložiti. Ne razume, da so njegove »potrebe« posledice travm iz otroštva; koliko besa, jeze in prezira se mu zbuja ob ženskah, ker ga njegova mama ni znala – oz. v njegovih očeh ni hotela – zaščititi pred očetom in ker so ga v najstništvu vse punce zavračale ... Samorefleksija pri njemu odpade. Vse, kar si želi, je to, da ustavi nemir. In to stori tako, da izsili nekaj, česar nekoč, ko bi to najbolj potreboval, ni bil deležen. Sploh ne gre za potrebo po spolnosti to ni njegova motivacija; ampak gre za moč, za dominanco in kontrolo. Z dejanjem dobi potrditev, da je vse pod kontrolo; dobi moč; dobi oz. izsili, kar želi. In v njemu (za)vlada mir ... za nekaj časa.

Tako vedenje lahko hitro vodi v ponavljajoče se vedenje in posledično v odvisnost. Na primeru pogledjmo potek odvisnosti.

3. Potek odvisnosti.

12.00 Recimo, da se ob 12.00 zgodi dogodek – Miha spolno zlorabi svojo učenko. Po tem dogodku se v njemu zbudi občutek krivde in ta občutek raste in raste.

3.00 Okoli 3.00 se občutek krivde prevesi v stres in stisko, kar spodbudi samo še večjo rast neprijetnih občutkov, kar vodi do – **6.00** – želje po ponovitvi. Ob 6.00. Tukaj se začne v Mihi notranja borba, saj želi nemir v sebi potešiti, ampak, ne ve, kako in ne ve, kaj bo storil.

9.00 Ob 9.00 se nemir samo še večja, pridruži se še prejšnji nemir, ki se mu je vzbujal že pred prvim dogodkom, in je zdaj še večji kot prej. Ta nemir raste in raste, dokler ni ura **11.55**, ko nemir hipotetično prevlada in Miha dejanje ponovi. Krog odvisnosti je sklenjen.

ZAKLJUČEK

Torej, od kod izvira potreba po zlorabi? Kako se spopadati z zlorabo? Kako ustaviti agresijo med ljudmi? Če je odgovor na ta vprašanja ozaveščanje, kako ozavestiti?

Kdaj si se ti nazadnje počutil nemočno, da te je sram?

Nina Konatar

KO SE VKLJUČI SISTEM

Ko pride do zlorabe, ni več poti nazaj. Notranji mehanizmi so odpovedali in vstopiti mora zunanji sistem pomoči. Na tej točki je zelo pomembno, da se kot družba ustavimo, stopimo korak nazaj ter širše pogledamo globljo dinamiko sistema. Pravni sistem – kljub temu da zajema dolgotrajne postopke – že ob prvi prijavi žrtve, v tistem trenutku aktivno ustavi zlorabo in pripomore k temu, da žrtev postavi mejo, da razmeji ter ima možnost bolj kvalitetnega življenja – in to zavedanje bistveno spremeni teoretično razmišljanje, katerega smo bili vajeni do sedaj. Kaj to pomeni v primeru spolne zlorabe?

Kaznivih dejanj kot so spolne zlorabe, posebej zlorabe otrok in najstnikov ter zlorabe v domačem okolju, okolica pravzaprav zelo redko zazna; sprašujemo se, zakaj žrtve ne spregovorijo, kaj so razlogi, da ne prijavijo? Spolne zlorabe se zelo pogosto dogajajo doma, za zaprtimi vrati, s strani ožjega sorodnika – in v teh primerih je najtežje spregovoriti o tem, ko je otrok v odnosu do recimo staršev, podrejen, odvisen, nemočen – praktično se v tej rani mladosti, ko se spolna zloraba dogaja, niti ne zaveda, da je to nekaj, kar je hudo narobe, nekaj, kar se ne bi smelo dogajati. Taka podrejenost se lahko pojavi tudi pri odrasli žrtvi v družini. Pri njej je močan strah. Prisoten je sram, občutek, da je pravzaprav žrtev tista, ki je kriva, da se ji je to zgodilo. Razmišlja o tem, da je ona tista, ki je kriva in če bo spremenila svoje vedenje, bo spremenila tudi vedenje storilca.

Veliko več primerov, zakaj žrtev ne prijavi izhaja tudi iz strahu pred tem »ali mi bodo sploh verjeli in ali me bodo podprli?!« in seveda tudi strah pred samim postopkom, kako se bo odvil, kaj se bo dogajalo. Postopki vsekakor niso lahki, so izjemno boleči, naporni, dolgotrajni – ko gre žrtev na policijo, ve, da bo morala govoriti o najhujših dogodkih svojega življenja popolnemu neznancu – kriminalistu ali kriminalistki ter v nadaljevanju kazenskega postopka

isto zgodbo ponoviti vsaj še nekajkrat. Sprejeti to dejstvo in odločitev, ki od žrtve terja ogromno poguma in dodatne moči, da bo to pot sploh zdržala.

Kako pravni sistem zagotovi, da se bo žrtev v samem postopku počutila dovolj varno, zaščiteno, da bo zanjo poskrbljeno v najvišje dobro? Pri spolni zlorabi otrok in mladostnikov, je izjemno pomembno dejstvo, da bo poskrbljeno za posameznikovo varnost že ob sami prijavi. Policisti so prvi stik z vsebino zlorabe, ki jim ga podajo žrtve ob prijavi, njihova edina pozicija pa je v tistem trenutku ta, da so dovolj odprti do zgodbe ter da na koncu ugotovijo, kaj se je pravzaprav zares zgodilo. Na tej točki je izjemno pomembno, da žrtvi pokažemo, da ji verjamemo – da ji popolnoma prisluhnemo, jo zaščitimo, ponudimo občutek varnosti. V nasprotnem primeru bi se žrtev lahko v naslednjem trenutku nemudoma zaprla. Poskrbljeno je, da se ne obsoja, temveč se žrtvi že pred samim kazenskim postopkom jasno pove, da je krivda za spolno zlorabo absolutno na strani storilca, da je izključno on odgovoren, da se je zloraba zgodila, ne glede na to, koliko je žrtev pri tem zavedno ali nezavedno sodelovala.

In ravno ne-obsojanje sproži pri žrtvi občutek, da lahko spregovori, kljub temu da je o spolni zlorabi zelo težko govoriti. Varnost žrtve je prioriteta – ne samo v smislu, da se prepreči ponovitev kaznivega dejanja oziroma da ne bo več ogrožena, temveč tudi da se ji zagotovi, da bo v samem kazenskem postopku in prisotnosti vseh pravnih organov slišana, da bo lahko spregovorila in da se ji bo verjelo.

Če je v trenutku, ko se je zloraba zgodila, storilec prekoračil mejo ter vsa nakopičena čustva sramu, gnusa, krivde, strahu in nemoči odložil na ramena žrtve misleč, da je breme le teh njeno, ji sistem omogoči ponovno razmejitev zlorabljaljočega odnosa, znotraj katerega žrtev prevzame odgovornost za svoj del oropane preteklosti, storilca pa se sooči s čustvi, ki jih je v času zlorabe prelil na žrtev – sram, groza, gnus, prezir, zavrženost, izoliranost se preko ukrepov za preprečitev nasilja, kazni, sprejemanja odgovornosti za dejanja, ki so kazniva ter za katera se odredi temu primerna kazen.

Na ta način storilca ustavi in vzpostavi zunanjo regulacijo tam, kjer ni notranje, zunanje spoštovanje meje tam, kjer ni notranje zmožnosti za zaznavanje in spoštovanje meja.

Žrtvi pa se s tem pomaga poiskati varnost ter razviti globlji dostop do njene notranjosti, jo razbremeniti sramu in ji pomagati, da začuti pogum, da postavi mejo in začne graditi svoje življenje na bolj varnih temeljih. V tem primeru nastopi terapevtski sistem, ki ji omogoči proces zdravljenja.

Izjemno pomemben vidik, ki ga daje terapevtski pristop, je zavedanje, spolna zloraba ni njena identiteta, ampak postane spolna zloraba samo ena izkušnja, ki jo je žrtev imela. Da je njeno življenje vse drugo, da ni samo to! Še vedno je vredna ljubezni, lepega ljubečega partnerskega odnosa in je ta dogodek ni umazal; pustil ji je čustva gnusa, umazanosti, sramu ... ni pa umazal njene identitete, »kdo in kaj sem jaz v resnici« – in po regulaciji teh čutenj lahko žrtev ponovno vzpostavi stik s seboj, s svojo resnično bitjo. Zelo pomembno je, da se kot družba zavemo, da je zloraba zadnje zrcalo propada človeških odnosov in pokazatelj, kako globoko in nepovratno nas lahko zaznamuje odsotnost ljubezni in stika. Ob zlorabi se moramo zato ustaviti in ne iskati nekih bližnjic in hitrih rešitev.

Nika Podgrajšek

OTROŠTVO IN SRAM

Pričeti moramo na samem začetku, saj zloraba prihaja iz popačenega razvoja že v otroštvu. Zato si pogledjmo kje so temelji. Otrok namreč potrebuje stik, da preživi; kaj se dogaja ko je ta stik že v najrosnejših letih izkrivljen, popačen, nefunkcionalen?

Ljudje smo bitja odnosa; brez njega ne preživimo, ne glede na to, koliko so zadovoljene naše fiziološke potrebe po spanju, hranjenju, bivanju. Odnos je tisti, ki otroku omogoča rast in pridobivanje materiala za nadaljnji razvoj in kasnejše odnose.

Otrok s svojo krhkostjo, smehljanjem, jokom, pogledi, v odraslih vzbudi impulz da se nanj odzovejo; da je bitje, ki zahteva zaščito in varnost. In vsakič, ko se starši odzovejo, mu dajo ta občutek varnosti, pomirjenosti, olajšanja in zaupanje, da so oni tam, da je varen in ljubljen. Gre za naraven stik starša z otrokom; mama ali oče si mora dovoliti, da otroka začuti, odgovori na njegove signale, da doseže uglasenost - te vezi so globoko vpisane; so stabilne, trajne in četudi nefunkcionalne, boleče ter nevarne, jih je težko prekiniti. Kar hitro lahko prepoznamo, da je otrok v svojih začetkih izjemno odvisen od svojih skrbnikov; tudi kar se tiče regulacije svojih čutenj. Temeljna naloga je oblikovanje vezi, preko katere se prepoznavajo otrokove potrebe in želje. Otrok v to vez prinese brezpogojno odvisnost, na strani skrbnika pa je, koliko bo ta čustveno odziven, dostopen in fleksibilen. Na začetku so starši otrokovi glavni regulatorji, preko njihovih odzivov se otrok nauči za svoje okolje sprejemljivih načinov čustvenega izražanja; pri otrocih lahko preko telesnih odzivov prepoznavamo naslednja čustva: gnus, veselje, jeza, stiska, strah, žalost in čustva samozavedanja (sram, krivda, ponos).

Sram je čustvo ki sovpada z vznikom in razvojem otrokove samoiniciativnosti. Otrok v najzgodnejših letih sram kaže s prekinitvijo očesnega stika; kadar občuti, da ga nekdo ne sprejema,

da je v odnosu podrejen, manjvreden. Na samem začetku ga otrok doživlja kot prekinitev stika s samim sabo. Tukaj je otrok najbolj občutljiv in izrednega pomena je, da začuti sprejetost; preko učinkovite regulacije sramu se daje možnost ponovnega vzpostavljanja odnosa. Kadar pa ta regulacija s strani staršev ni funkcionalna, govorimo o čustveni disregulaciji; neprilagojene, nefleksibilne strategije uravnavanja čustev - neregulirani čustveni odzivi - se razvijejo v dolgotrajne neprilagojene vzorce čustvovanja in vedenja.

Če podrobneje pogledamo nereguliran sram; otrok, ki nima izkušnje reguliranega sramu bo ob zavrnitvi čutil bes in frustracijo - da je z njim nekaj hudo narobe. Otrok razvije "lažni jaz", se na zunaj povsem prilagodi potrebam odraslih okoli sebe, saj je to edini način, da ohrani stik z odraslimi ob sebi. Kasneje v odraslosti se ta nereguliran sram najlažje prepozna preko razvoja odvisnosti, ponavljanja enih in istih travmatičnih izkušenj, obilo krivde in jeze. Lahko se najde v vlogah storilca, žrtve ali grešnega kozla. Samo na te načine lahko osebe z nereguliranim sramom vstopajo v odnose in se obvarujejo pred občutji sramu, bolečine in osamljenosti. Z drugimi besedami; oseba, katere otroštvo je bilo zaznamovano z neučinkovito čustveno regulacijo, še kasneje v odraslosti nima stika s sramom, gnusom, varnostjo, saj tam kjer je bil čas za soočanje s temi občutji, ni bilo prostora za ranljivost. Kadar je v družini polno travm, nasilja, zanemarjenja, pomanjkanja razmejitvev, pomanjkanja odnosa, zapuščenosti, prekinjenega stika, neprepoznavanja otroških potreb in nereguliranega sramu, govorimo o nefunkcionalni družini in prav tu se ustvari prostor, ki daje temelj zlorabi.

Mina Gregorčič

POT POSTTRAVMATSKE RASTI

Zadnji strokovni prispevek na dogodku je neposredno nagovarjal obiskovalce dogodka, med katerimi so bili/e tudi intervjuvanci/ke.

Delili ste z nami svojo izkušnjo in iz srca, hvala vam. Biti ranljiv v svetu, v katerem so zlorabe mogoče in prisotne, je zelo pogumno. Zaupati svojo izkušnjo brez olepševanja in zanikanja prav tako. Najbolj pogumno pa je tvegati dosednji način življenja in odnosov ter poiskati nove temelje za svoje življenje. Rekli ste: *»Hrepenim, da bi me kdo naučil, kako imeti odnos, da bi me kdo opremil za življenje, da bi me kdo razumel ... Hrepenim po nekom, ki bi me res imel rad, me opogumil pred napačnimi odločitvami ...«*

Izguba stika s seboj je zelo boleča in zastrašujoča, zaupanje v sistem, ki je tako zelo odvisen od čustvene dinamike in osebne drže vpletenih, je zahtevna in dolgotrajna naloga. Dostikrat sistem tudi ne uspe opraviti svoje naloge v celoti. Zastrašujoče je čutiti tudi žalost in samoto in hkrati hrepeneti po tem, da bi imelo življenje okus in smisel.

V obdobju, ko človek izgubi varen stik, dostojanstvo, zaupanje vase in v druge, dostikrat podvomi tudi vase, v svojo intuicijo in doživljanje. Ta dvom se pojavi, ker se ne počuti več varnega. Čustvenim krizam sledijo razočaranje, praznina, osamljenost, pogrešanje. Psihične krize lahko vodijo v dve smeri: v vedno globljo nefunkcionalnost ali pa v posttravmatsko rast. Izbira je na strani vsakega posameznika. Še sedaj se spomnim, ko ste povedali: *»Enkrat sem dobesečno jokal od bolečine, tulil. In takrat sem si rekel: okej, zdaj se pa odloči, a boš živel ali boš crknil ...«*

Konec koncev je prelomni trenutek poti v posttravmatsko rast prav najti odgovor na vprašanje: kaj je tisto, kar nas prav zdaj, v tem trenutku, po taki izkušnji, dela ljudi? Posttravmatska rast pomeni

pozitivno psihološko spremembo, ki sledi boju z izgubo, trpljenjem ali travmo. Je sprememba v življenju, ki presega vse prejšnje ravni prilagajanja, psihološkega delovanja ali življenjske zavesti. In ta rast se ne pojavi kot nujna posledica travme, ampak je individualen boj posameznika pri soočanju z novo realnostjo. Kot ste sami rekli: *»Telo pove, slišal/videl ga nisem ... Vidim dobro v ljudeh, to je nekaj na kar lahko vplivam sama ...«*

Pot posttravmatske rasti je dolga in mora biti varna. Takrat, ko ponovno pride do občutka varnosti, tako po telesni kot materialni, čustveni in duhovni plati, odpuščanje izhaja iz občutka enakovrednosti in sočutja, ne iz dolžnosti in podrejenosti. Človek se odpre za dobro. Odpuščanje sebi lahko izhaja le iz izkušenj prejetega odpuščanja in povrnjenega dostojanstva, odpuščanje drugim pa je hkrati tudi spomin na lastno ranjenost in povzročene krivice.

S spodbudo in ozaveščanjem moči in izbire, ki jo ima človek, da tvega in se ponovno poda na pot k sebi danes zaključujemo to srečanje. V zavedanju, da na tej poti niste sami. Edina zanesljiva nagrada za vztrajnost in delo na sebi je občutek napredka. Ponovno pridobljeno zadovoljstvo ob vsakem novem storjenem koraku. Ko pritisk, ki je človeka leta hromil, nenadoma popusti. Zadovoljstvo se prebudi tudi ob občutku nove samozavesti, s katero lahko povsem drugače vstopamo v prostor. Zadovoljstvom, ko oseba zmore svojim otrokom dati tisto, po čemer je dolga leta sama hrepenela. Tudi tu se spomnim vaših besed: *»Vloga mame me izpopolni, sem v vlogi zaščitnika, z otroki strahov ni več ...«*

Posttravmatska rast je pot iz zamrznjenosti, skozi ranljivost, do na novo pridobljenega ... zaupanja, odpuščanja, varnega stika, in prebujanja vere v dobroto ... pot, kjer se na eni strani zavestno in brezkompromisno ustavimo in NE PRESTOPAMO/KRŠIMO VEČ MEJA ter na drugi strani MEJO dokončno POSTAVIMO.



Helena Šukljan
TEME SE VEČ NE BOJIM

*Dogodek se je zaključil z zvočnim prizorom,
ki so ga obiskovalci poslušali na svojih telefonih.
Na koncu besedila je priložena QR koda,
na kateri lahko poslušate prizor.*

Živijo!

Poznava se. Ja, poznava se; se pa verjetno sprašuješ, od kod. Verjetno se ti bo svitalo, če povem, da se mi zdi gledanje skozi okno je nekaj zelo osvobajajočega. Vedno sem rada gledala ven. Gledala je otroke, ki se brezskrbno igrajo in si želela biti kot oni. Pa če ti povem, da sem rada slikala, še vedno rada slikam! In da je moja roza joga blazina že nekaj let v smeteh – čisto sem jo zdelala. Zdaj pa ti je postalo najbrž jasno, da sva se že srečala, ane? Naj se še uradno predstavim: Julija sem. Lahko pa bi bila tudi Maja ali Kristina ali Denis ali Samanta ali kdorkoli drug.

O meni in o ... no, o mojem dogodku ne veš veliko. Verjetno se sprašuješ, kako sem in če sem sploh še živa. Seveda sem živa. Ne oglašam se ti iz onostranstva. Najbrž te zdaj zanima, kaj se je dogajalo za tistimi zaprtimi vrati. Ampak, če ne zameriš, še vedno ne želim v podrobnosti.

Oglašam se zato, ker želim povedat, da sem dobro. Po toliko letih ... sem dobro. Ne morem reči odlično ali vrhunsko. Ampak mnogo mnogo boljše kot kdaj prej.

Kako?

Ven sem šla. Verjetno se to sliši smešno, ampak dejansko je to to – šla sem ven. Ven iz te moje sobe, v kateri se nahajaš. In moj dogodek je šel ven z mano.

Predlagam, da ti storiš isto. Izvoli, odprem ti vrata svoje sobe. Zapusti jo. Tako kot sem jo jaz že nekaj časa nazaj. Nisem več zdržala notri. Dušila me je. Čutila sem odpor, gnus, nemoč. Gabila se mi je cela soba.

Ti si zdaj že kar nekaj časa v njej; zrak je že slab, nič novega ni za videti, to je to. Upam, da tudi tebe ni preveč dušila.

Izvoli ven, ven iz sobe in ven iz bloka. Pa kar po stopnicah, saj smo v prvem nadstropju. Zunaj je tako lepo. Zunaj je svoboda.

Mislila sem, da bojo vrata vedno ostala zaprta ... ampak niso.

Samo ven sem morala.

Ven – na zrak.

Ven – hodit.

Ven – teči.

Ven – se družiti.

Predvsem pa sem ven iz sebe spustila svoj dogodek.

Zdaj mi je žal, da nisem tega naredila že prej, ampak očitno ni bil pravi čas. Pred letom in pol sem končno našla terapeutko, ki mi je pomagala. Brez nje bi bila še danes sama zaprta v svoji sobi.

In ne bi nikoli v roke vzela kitare. Vsaj za trenutek. Vsaj za eno pesem.

In danes ne bi spet slikala.

In ne bi naredila mature

In se letos ne bi vpisala na zgodovino!

Hvala meni!

Hvala, da sem si dovolila najti pot ven.

Hvala, da si dovolim iskati pot ven; nisem še na cilju.

Pot je dolga, zavita, vijugasta, lepljiva, strma, bodičeva.

Tako da grem lepo počasi.

Korakec za korakcem.

Dan za dnem.

Teden za tednom.

Leto za letom.

Vedno sem rada gledala skozi okno. Sedela sem ob oknu in gledala ven. Zdaj grem pa rada ven in gledam gor, v svoje okno. Kako veliko naredi sprememba perspektive. Gledam gor v svojo sobo in si mislim, kako lepo je gledat gor. V sobo nekoga, ki je prišel tako daleč. Lahko se sliši pretenciozno ali samovšečno: ampak ponosna sem nase. Res ponosna.

Vsak večer, ko grem spat, ugasnem luč. Teme se več ne bojim, ker vem, da bom zjutraj brez težav spet videla svetlobo.



OTROŠTVO

- "Hrepenim, da bi me kdo naučil, kako imeti odnos, da bi me kdo opremil za življenje, da bi me kdo razumel."
- "Hrepenim po nekom, ki bi me res imel rad, me opogumil pred napačnimi odločitvami."
- "Naša družina je precej taka, da se ne znamo pogovarjati o nobenih globokih stvareh."
- "Nisem si upal povedati, da me je zares strah."
- "Prezir ... doma, kjer ga je mama s svojimi stiskami dušila, in ni znala postaviti očetu meje, karkoli, je bil ta fantek tam ujet v to in je globoko v sebi preziral mamo, ker ni znala zavarovat, zaščititi in zdaj zaradi maščevanja nezavedno do te mame in prezira, ki ga je čutil, prezira vse ženske, ki niso vredne zaupanja in se jim na ta način maščuje."
- "Da, in kaj če je v družini to tabu tema, spolnost? Kar se večinoma ne govori. Kar večina je, da tudi tam nihče ne more tega povedati. Noro."
- "Ampak da ti zaupaš mami, ali pa tudi očetu, in da ti ne verjamejo, kam lahko greš?"
- "Sam si. In kaj če je ta oseba rabelj? In mu ne moreš zaupati, in doma ni potem varno. Potem pa je lahko še stokrat hujše."

STOPNJEVANJE STISKE

- "Strah me je, da bi me zapustili."
- "Kaj se dogaja z mano?"
- "Vidim slabo v ljudeh; to je nekaj kar ne določam sama."
- "Nisem vedela, da imam moč in možnost reci NE, STOP!"
- "Kaj bo z mano, kaj z mojim življenjem?"
- "Odpor, gnus ... predvsem gnus."
- "Spomnim se, da se mi je zdelo, da ni prav, kar se dogaja."
- "Sem kar napisal na papir, sploh nisem mogel povedati."
- "Teža na ramenih ... v želodcu začutim ... teža, teža, teža."
- "Ko nimaš kaj pokazati, boli pa tako, za crkniti."
- "Sem človek dotika in mi to veliko pomeni in hkrati se zavedam, da je ravno tukaj lahko tudi tista točka, ko moram biti zelo pazljiv, da ne bi kdo drug narobe razumel. Evo, to je ta strah."

SISTEMI

- "Vsaj štirikrat more obdelati isto zgodbo in vzdržati ... vse to mislim, da za povprečno osebo ni tako enostavno."
- "Kaj bodo pa sosedi rekli?"
- "Vsi bodo vedeli, kaj se je zgodilo."
- "Ko vidiš, ko bereš pa delaš zadevo pa vidiš, da imaš hčerko, ki je stara isto kot oškodovanka pa kaj vse so z njo počeli, ja mogoče gledaš na drugačen način. Mogoče z nekim večjim strahom, mogoče pa res večji strah, ja."
- "Rekla bi sram; vsi ti občutki ... da so same krive, da so same krive, in da jih je sram, da ne bi ljudje vedeli."
- "Najprej pomislim na svojega sina, da bi se njemu kaj zgodilo."
- "Najbolj strah me je bilo, da bom obtožen za nekaj, kar nisem naredil."
- "Sem dala tudi sama prvič v življenju prijave in videla potem, kako sistem zataji, kako si tam sam."
- "Ko slišiš, kako sistem zataji ..."
- "Ostajajo mi močni občutki v telesu, razmišljanja, sočutje in včasih nemoč."

- "Nemoč je največkrat prisotna pri otrocih in mladini. Le ti so odvisni od skrbnikov in jih ščitijo."
- "To je naravni odziv (zamrznitev), ker se sproščajo hormoni, ki pomagajo blažiti bolečino in šok, da lažje nekdo preživi."
- "Naša naloga je, da v predkazenskem postopku izberemo vsa obvestila in dokaze ... in tukaj se naše delo zaključi. Potem so še lahko določeni ukrepi za zaščito žrtve, če so za to potrebni, ampak tu se naše delo načeloma zaključi."
- "Včasih tudi, če žrtev pove komu, je odziv na primer tak, da ji vsi govorijo, da on pa res ni takšen, da je on v redu."
- "Jaz sam bi spolno zlorabo primerjal z umorom, ker lahko ima žrtev spolne zlorabe popolnoma uničeno življenje."
- "Rešuje nas pa predvsem to, da smo zelo dobri prijatelji. Zelo osebni prijatelji. Smo povezani, si povemo vse, si potožimo, pojamramo."
- "Varnost žrtve je za nas prioriteta ... kako se počuti v naši družbi in prisotnosti; da bo slišana, da bo lahko spregovorila in da ji bomo verjeli."

HREPENENJE/OKREVANJE/RANLJIVOST

- "Enkrat sem dobesedno jokal od bolečine, tulil. In takrat sem si rekel: 'okej, zdaj se pa odloči, a boš živel ali boš crknil.'"
- "Jaz sem srečko. To, da imam toliko ljudi, ki jim zaupam, ki mi zaupajo in toliko ljudi se ni umaknilo, ampak so mi dali vedet, da mi zaupajo. Zaradi tega sem šel toliko lažje skozi te stvari."
- "Jaz si danes upam veliko več kot sem si prej."
- "Telo pove, le slišal/videl ga nisem."
- "Hrepenim po življenju brez trpljenja."
- "Vidim dobro v ljudeh; to je nekaj, na kar lahko vplivam sama."
- "Vloga mame me izpopolni ... sem v vlogi zaščitnika ... z otroki strahov ni več."

FOTOGRAFIJE Z ZAKLJUČNEGA DOGODKA







RADIO
TELEVIZIJA
SLOVENIJA

Univerza v Ljubljani
Teološka fakulteta



Univerza v Ljubljani



šrčd

Študijsko–raziskovalni
center za družino



Univerza v Ljubljani
Akademija za gledališče, radio, film in televizijo