

SEDEM PALIC ALI BUTARA
POGLEDI NA USTANOVITEV DRUŠTVA ZA RAZVEZANE V SLOVENSKEM
CERKVENEM PROSTORU

Ob razmišljanju o možnih oblikah pomoči v duhovni rasti ločenim in razvezanim, mi je prišla na misel zgodba o očetu sedmih sinov, ki je svojim otrokom želel dati pred smrtjo še zadnji nauk. Prinesel jim je v butaro povezanih sedem palic in rekel, naj jo prelomijo na pol. Poskušali so eden za drugim, začevši z najstarejšim, a je nihče ni zmogel prelomiti. Potem je oče butaro vzel v roke in jim rekel: »Nič lažjega, kot to.« Razvezal je butaro in začel z lahkoto lomiti palice eno za drugo, rekoč: »Tako bo tudi z vami. Dokler boste povezani med seboj, boste močni, težave in nasprotovanja vas ne bodo zlomila. Čim se boste ločili eden od drugega in želeli delati vsak po svoje, vas bodo z lahkoto zlomili.«

Papež Janez Pavel II. Je vso Cerkev povabil:

»Cerkev naj bo hiša usmiljenja, ki bo v svoj dom sprejela vse, ki potrebujejo pomoč.«

(Janez Pavel II.)

Cerkev sliši mojo stisko, me sprejema in ne obsoja.

V zaključnem dokumentu Plenarnega zbora Cerkve na Slovenskem je zapisano: **»Poseben izziv za krščansko skupnost so danes... matere samohranilke, ločeni, ločeni in vnovič poročeni, ovdoveli, zakonci v stiski** (PZ 45, prim. 290, 301, 303, 429)

Ločitev boli. Tega dejstva nič ne spremeni podatek, da se pri nas razveže že vsak tretji zakon in da otrok ločenih staršev ni več tako stigmatiziran kot nekoč.

Hrepenenje po »sveti družini« je zapisano globoko v človeku, družbena realnost teh sanj ne more uničiti. Faza ločitve in razveze je za vse udeležene boleč in krizni čas, toda vsaka kriza skriva v sebi tudi možnost, da se česa naučimo, da rastemo in zorimo. Lahko se učimo od kitajcev, ki uporabljajo isto pisno znamenje za krizo in šanso (priložnost).

Razpad zakona je za vsakogar hud pretres, takoj za smrtjo najhujša duševna obremenitev za odraslega. Ločitveni proces prinaša številne vzroke stresa, ki jih moremo v grobem razdeliti v tri skupine:

1. **Prestrukturiranje družinskega življenja:** za večino parov z otroki ločitev ne pomeni konca družine, nasprotno, pomeni na novo organizirati način, kako se sooča s
 - hišnimi opravili,

- družinskimi financami,
 - odnosi z razširjeno družino in prijatelji,
 - starševsko vlogo in odgovornostmi.
2. **Izgube pomembnih odnosov:** vsakdo potrebuje ljubezen, varnost, bližino in pripadnost, ki prihaja iz odnosov z drugimi. Vsak posameznik doživlja izgube na svoj način, različno intenzivno, ob različnem času.
- partnerja,
 - varnosti,
 - družinskega življenja,
 - spolne zveze.
3. **Spremembe:** razveza je kriza, ki vpliva na osebno identiteto. Posameznik ni več v vlogi moža ali žene, istočasno mora na novo premisliti spremembe vlog staršev, delavcev, skrbnikov....
- biti ponovno samski,
 - vprašanja: Kdo sem? Kaj želim narediti s svojim življenjem?

Čeprav so posamezniki različni, večina odraslih potrebuje dve do tri leta, da se prilagodijo spremembam, ki jih prineseta ločitev in razveza. Ljudje, ki se med tem časom dodatno soočajo z izgubo službe ali boleznijo, potrebujejo še dodaten čas za prilagajanje.

To soočanje vsebuje tri osnovne naloge:

1. **Sprijazniti se z razvezo**

Posameznik se mora sprijazniti, da je zakona konec in oblikovati novo identiteto, ki ni vezana na bivšega partnerja. Da do tega pride, mora biti prepričan, da nima smisla vlagati v ta odnos.

Bivša partnerja se morata spraviti drug z drugim. Potrebno je uvideti, da nadaljevanje obtoževanj in sovražnosti ustvarja samo še več obtoževanj. Pogosto ta uvid ustvari uravnotežen pogled na odnos. Posameznik, ki je sposoben odpustiti končanje zakona bivšemu partnerju, je sposoben ceniti, kar je na tej osebi dobrega.

Posameznik mora uvideti svoj delež pri zlomu: prenehati mora kriviti bivšega partnerja in iskreno preveriti svojo vlogo v odnosu. Tako samopreverjanje vključuje:

- spomniti se razlogov za prvotno izbiro para in narediti potreben pregled pričakovanj za primer iskanja novega partnerja;
- sprejeti svoj prispevek k destruktivnim vzorcem obnašanja v zakonu, zato da se ti vzorci ne ponovijo v prihodnjih odnosih;

- raziskati, kako morejo osebne izkušnje rasti igrati pomembno vlogo v prizadevanjih v zakonu.

2. Najti ravnotežje med biti samski in biti starš (samohranilec)

Posameznik mora poiskati vire podpore za vsako od teh vlog. Potrebno je, da se začne čutiti kompetentnega/sposobnega biti samski in biti starš – samohranilec.

3. Oblikovati cilje, usmerjene v prihodnost namesto v preteklost

Ljudje, ki se dobro prilagajajo, so pripravljeni napredovati. Začno se ukvarjati z novimi hobiji ali prostočasnimi aktivnostmi ali stopijo v nov odnos. Nasprotno pa tisti, ki niso pripravljeni iti naprej, bodo potrebovali več časa za žalovanje za izgubo partnerja. Ti posamezniki morda niso izčrpali svojih prizadevanj za ponovno oživitev odnosa. Morda niso uvideli, da je odnos končan.

Kako naj se spopadem z bolečino preteklosti in gradim prihodnost?

Ko ostanem sam, sem kot palica, ki jo nerazumevanje, pripombe na račun moje razveze, finančne težave, občutki lastne krivde in jeza lahko hitro zlomijo.

Možne oblike pomoči

1. Skupine za samopomoč

Ob spopadanju s težavami in stiskami ob razvezi bi bila zelo dobrodošla skupina ljudi, ki imajo podobne probleme in bi me razumela.

V skupini za samopomoč z izmenjavo lastnih izkušenj, informacij in znanja pomagajo člani sebi in drugim iti naprej Gre za zdravljenje ljudi z ljudmi.

- Skupina deluje pod laičnim vodenjem, njen glavni namen je redno sestajanje zaradi medsebojne **PODPORE**.
- Za začetek potrebni vsaj trije s podobnimi problemi, opredeliti je potrebno **ČAS**, **KRAJ** in **NAMEN** sestankov.
- Nujno si je potrebno zagotoviti dogovor o zaupnosti, kar pomeni, da člani skupine ne bodo izven skupine z nikomer razpravljali o zaupnih vsebinah, o katerih se pogovarjajo.

Skupine so lahko odprtega, zaprtega ali polodprtega tipa in obsegajo različno število članov: male (do 8), srednje (9 – 18) ali velike (19 – 32).

Vsak posameznik je znotraj skupine soodgovoren in enakovreden. V skupini ob pomoči mentorja člani rešujejo probleme brez strokovne pomoči. Seveda pa morejo vedno povabiti strokovnjake.

Skupine za samopomoč ne morejo nadomestiti medicinske ali terapevtske obravnave, temveč jo smiselno dopolnjujejo in podpirajo.

Prednosti, ki jih nudi skupina za samopomoč:

- **varen prostor (dogovor o zaupnosti!),**
- **izmenjava izkušenj in informacij,**
- **medsebojna podpora,**
- **v skupini človek ni izjema.**

Skupino za samopomoč vodi mentor. Njegova naloga je, da organizira, usmerja in vodi skupino tako, da doseže zastavljene cilje. Redno se mentorji skupin dobivajo na supervizijah, da postaja njihovo delo vedno bolj kvalitetno.

Predstavljam si vrsto skupin za samopomoč za ločene in razvezane po večjih središčih pod vodstvom mentorjev oz. mentoric, ki se za vodenje skupine prej tudi strokovno usposobijo.

2. Terapevtske skupine

Jasno je treba ločevati med terapevtsko skupino in skupino za samopomoč. Pod strokovnim vodstvom terapevta bi bila tovrstna pomoč v akutnem stanju zelo dobrodošla. Taka skupina za razporočene se srečuje v okviru Frančiškanskega družinskega centra/inštituta, usposabljanje terapevtov pa poteka preko specialističnega in magistrskega/doktorskega študija »družinska in zakonska terapija« na Teološki fakulteti v Ljubljani.

3. Vzporedne skupine za otroke

Ob stiskah, ki jih doživljajo odrasli ob ločitvi in razvezi, pogosto ostanejo stiske otrok neopažene, prezrte in morda celo podcenjevane. Delavnice, druženje in pogovor o izkušnji bi lahko potekalo vzporedno s skupino za samopomoč.

Butare med seboj povezanih palic se ne da zlomiti, posamezne lahko.

Vidim potrebo po organizaciji, ki bi spodbujala ustanavljanje skupin, skrbela za usposabljanje voditeljev oz. mentorjev, za redne supervizije in za kontinuiteto nastalih skupin - sicer se lahko zgodi, da skupina – osamljena palica - zaživi zaradi zavzetosti posameznika, ko ta odmanjka, skupina propade.

Morda se bo iz mreže skupin v prihodnosti pokazala potreba po ustanovitvi lastnega društva za ločene in razvezane v Cerкви.

So določene **prednosti, ki jih prinaša formalna organizacija, kot je društvo:**

- **enotno usposabljanje mentorjev skupin;**
- **zdravo jedro ljudi, ki so svojo krizo uspešno prebrodili in so pripravljeni s svojimi izkušnjami pomagati drugim;**
- **možnost zbiranja sredstev;**
- **strokovnjaki.**

Za društvo za se zahteva stalno članstvo, plačevanje članarin, urejanje organizacijskih zadev... Poleg tega je slovenski prostor majhen, isti ljudje so pogosto aktivni in morda tudi na »vodilnih« mestih v različnih društvih in lahko se zgodi, da v vsakem opravijo le najnujnejše

Poleg tega lahko formalna organizacija zbuja strah in postane cokla za občutljivo problematiko, ko človek v stiski potrebuje moralno oporo in zavest, da je dobrodošel kadarkoli, ne glede na članstvo.

V slovenskem cerkvenem prostoru je nekaj ustanov, ki se zavzemajo za dobro človeka – ne samo materialno.

Tu je Betanija, svetovalnica Kana v Kopru (– sploh veste, da obstaja?). Morda se motim, a včasih se mi zdijo – ene bolj, druge manj – kot osamljene, razmetane palice, ki z vso iskrenostjo želijo nuditi oporo, a so same prešibke.

Kot uspešno vidim možnost, da organizacija, ki se že ukvarja z ljudmi v stiski (morda Karitas?) razširi svoje področje delovanja in v obliki skupin za samopomoč odgovori na stiske ločenih in razporočenih in njihovih otrok. Predpostavljam, da bodo skupine gradile na veri kot temeljni vrednoti, a ostanejo odprte.