



*Solija
Korice*

Cenzura

ki ni cenzurirana

GLASILO DIJAŠKEGA DOMA BEŽIGRAD

#9

MAREC 2020

CENZURA #9
GLASILO DIJAŠKEGA DOMA BEŽIGRAD
LJUBLJANA

Ljubljana, marec 2020

Naslovnica: Govoriti neizrečeno/ Speak the
unspoken

Avtorica: Mia Škoberne

Mentorica: Renata Veberič Delak

Novinarji: Lana Baltič, Eva Batagelj Pinterič,
Julija Cergolj, Eva Dabelič, Vesna Devetak,
Irena Gnezda, Nia Gregel, Ana Hrvatini, Rok
Krivokapič, Tjaša Pegan, Andreja Podgornik
Pevac, Vanesa Rupnik, Kristina Savič, Lea
Stamatović, Kaja Urbanc, Laura Volmajer.

Gostujoči sodelavci DDBL: Urška Čubej,
Samo Lesar, Sara Lozej, Burja Podlesnik,
Evelina Pristovšek, Larissa Stepanova, Jasna
Vahčić Lazarevič, Renata Veberič Delak,
Petra Zanjkovič.

Risarji/likovni snovalci: Lana Baltič, Primož
Gramc, Živa Hrovatin, Mia Škoberne.

Statisti: Rok Krivokapič, Leon Rudolf, Manca
Stres.

FOTOGRAFIJE: Arhiv DDBL

OBLIKOVAL: Amel Hodžić

TRŽENJE: neprofitno – dostava v sobo

NAKLADA: 250 izvodov

PRELOM in TISK: Srednja medijska in

grafična šola Ljubljana

NASLOV UREDNIŠTVA: Dijaški dom
Bežigrad Ljubljana, Kardeljeva ploščad 28,
1000 Ljubljana.

KAZALO

04 DOMSKI TABUJI

18 KAJ SO TABUJI

21 KOLUMNA
SVETOVALNEGA
DELAVCA

22 DRUŽBENI TABUJI

28 SVET IZVEN DOMA

30 MITI IN STEREOTIPI
O ŽIVALIH

34 TEST STRPNOSTI

36 DOMSKA ANKETA

38 CENZURISTKI SE
PREDSTAVITA

44 KOLUMNA GOSTUJOČE
VZGOJITELJICE

48 INTERVJU Z
VZGOJITELJEM

50 POGOVOR Z
ZAKLJUČNIMI LETNIKI

58 ODBOJKARSKI TURNIR

62 SKRITI ZAKLAD

66 DDB MEMES

Avtor: Primož Gramc





V pogovoru z dijakinjami je padla ideja, da bi bila tema Cenzure lahko povezana s tabuji. Uredništvo Cenzure je idejo potrdilo in tako smo se začeli intenzivno potapljati v teme, o katerih težko govorimo. Mislim, da je to tema, ki nas je do sedaj najbolj prevzela in rodila tudi nova spoznanja in ideje pri dijakih in dijakinjah.

V mesecu januarju sta Rok in Ana izvedla anketo na temo tabujev. Razdelila sta 30 anonimnih vprašalnikov, saj so lahko tako anketiranci svoje misli lažje prenesli na papir. Postavila sta 7 vprašanj in odgovori so bili sledeči.

Večina dijakov svojemu cimru/cimri zaupa popolnoma, le nekateri imajo s tem težave. Pri drugem vprašanju smo postavili konkreten primer, in sicer nas je zanimalo, na koga se obrnejo, ko prestopijo prag dijaškega doma z neko težavo. Večina to težavo zaupa cimru/cimri, nekateri pa tudi vzgojitelju/vzgojiteljici. Nekateri pravijo, da tovrstnih težav sploh nimajo. Pod točko tri nas je zanimalo, kje imajo dijaki mejo zaupanja do vzgojitelja. Dijaki vzgojitelja ne vpletajo v vse svoje težave, sicer pa jim zaupajo in vedo, da se lahko zanesejo nanje. Nekdo je celo napisal: »Povem kot je, in ne zmeri.« Ker je sobni tabu tudi higiena in uporaba kopalnice, smo nekaj vprašanj postavili tudi v zvezi s tem. Dijaki težav s higieno nimajo, in verjamejo, da jim cimri povedo, ko jih nekaj moti. Nek dijak oz. dijakinja meni, da se moramo med seboj prilagajati, da nam je potem vsem lažje. Spet drugi/druga pa meni, da se vsak odloča sam in da je te odločitve potrebno sprejemati. Dijaki pravijo, da se tudi zunaj svoje sobe (v dijaškem domu) ne srečujejo s tabu temami.

Ugotovili smo, da se dijaki s tabu temami v svojem življenju ne srečujejo oz. jih kot take ne prepoznavajo, če pa nanje naletijo, se jih ne ustrašijo, ampak se z njimi spopadejo. :)

Tabuji mladostniških težav



Šteje se leto 2020 in svet se (tako kot zmeraj) spreminja ter razvija. Z vsemi spremembami v tehnologiji ter življenjskem slogu ljudi se spreminja tudi družba. Težave, s katerimi se soočajo današnji mladostniki, so del družbe ter vsakdana. Najpogostejši (in v mnogih primerih tudi zelo resni) primeri takih težav ter tegob za današnje mladostnike so:

Tesnoba ali anksioznost

Tesnoba je psihična motnja, ki lahko resno moti in ogroža zdravje ter kvaliteto življenja posameznika. Med mladostniki je pogosta, saj so vsak dan izpostavljenim stresu ter določenim pričakovanjem s strani šole, staršev in družbe. V mnogih primerih si sami ne znajo pomagati, zato si na vrhu vseh drugih težav tudi sami povzročajo strahove ter skrbi.

Pogosti simptomi pri tesnobi so: motnje spanja, kronična izčrpanost, glavobol, bolečine v prsih, trebušna nervoza, napetost mišic vratu in hrbta, otrple okončine, občutek cmoka v grlu in drugi simptomi.

Kako lahko pomagamo? V resnejših primerih se je najbolje obrniti na strokovno pomoč, psihiatre ali v dnevno rutino vključiti dejavnosti kot so: gibanje, pogovor, meditacija, dihanje in sproščanje.



Samopodoba

Slaba samopodoba je ena glavnih in najbolj pogostih težav današnjih mladostnikov. Negotovost in nesprejemanje naše podobe sta značilna občutka za čas odraščanja, a lahko postaneta kritična, ko negativno vplivata na naše vsakdanje življenje.

Kako lahko pomagamo? Pri težavah s samopodobo ni recepta, ki bi učinkovito pomagal vsakemu posamezniku, a stvari, kot so prijaznost, spodbujanje in sočustvovanje s prijatelji in znanci, imajo vedno dober učinek.

Samopoškodovanje

Samopoškodovanje pomeni, da posameznik namerno poškoduje samega sebe. Pogosto je to posledica drugih mentalnih stisk, na primer tesnobe, slabe samopodobe, paničnih napadov itd.

Najpogostejša oblika samopoškodovanja je rezanje, navadno po rokah, včasih pa tudi po stegnih, ramenih ali hrbtu. Ne glede na to, na kakšen način oseba rani samo sebe, pa je skupni imenovalec vseh metod ta, da s samopoškodovanjem izraža hudo stisko, prežeto z obupanostjo in hrepenenjem po begu pred bolečimi občutki ter hudim stresom.

Kako lahko pomagamo? Samopoškodovanje je močno povezano z občutkom samote in krivde do samega sebe, zato je potrebno k mladostniku pristopiti previdno. Osebo, za katero sumimo, da se samopoškoduje, lahko povprašamo o tem, kako se počuti in kaj doživlja, pokažemo zanimanje in skrb ter pripravljenost za pomoč.

Zelo koristno je tudi, če najstnika napotimo na psihoterapijo ali družinsko terapijo k nekemu, kjer se bo počutil dovolj varno, da bo lahko spregovoril o svoji bolečini. V vsakem primeru pa moramo mladostniku zagotoviti, da to ni njegova krivda, da mu želimo pomagati, ne pa ga obsojati.



Depresija

Depresija je motnja duševnega zdravja, za katero pa ne trpijo samo odrasli. Vse bolj pogosta je tudi pri najstnikih in lahko ima, če ne ukrepamo pravočasno, tudi zelo resne in tragične posledice.

Značilni simptomi depresije so: žalost, izguba zanimanja za vsakdanje aktivnosti, razdražljivost, negativno mišljenje (občutki nevrednosti), pomanjkanje energije, slaba koncentracija, neodločnost, motnje spanja in apetita in pretirani občutki krivde.

Kako lahko pomagamo? Mladostnik z depresijo praviloma ne bo iskal pogovora, temveč se bo umikal, zavračal bo komunikacijo in se le s težavo odprl staršem, saj meni, da ga nihče ne razume. Pogovor pogosto lažje vzpostavijo s tretjo osebo, ki pridobi njihovo zaupanje, a obenem ni neposredno vpletena v njihovo življenje. Pogovor z neznancem (terapevtom) lahko pomaga tudi zato, ker najstniku omogoči, da svoja občutja razloži na način, kot jih razume sam, in ki se pogosto razlikuje od tega, kako njegovo vedenje razume okolica. Terapevt mu ponudi priložnost, da tudi sam bolje spozna razlog, zakaj se tako počuti in skupaj z njim poišče pot iz depresije.

Stres

Obdobje otroštva in odraščanja je zaradi telesnih, duševnih in drugih sprememb že samo po sebi zahtevno in stresno. Mladostnik se poleg tega konstantno sooča z novimi zahtevami, obveznostmi, ki mu jih nalaga šola, in s pričakovanji staršev. Vsi ti faktorji so največkrat vzrok, da so današnji mladostniki pod stresom, s katerim se ne znajo vedno dobro soočiti.

Kako lahko pomagamo? Če pride stres izven zdrave mere in ovira naše vsakdanje življenje, je najbolje obiskati neke vrste strokovno pomoč. Običajnemu stresu pa se lahko poskušamo izogniti z relaksacijo, hobiji, sprehodi, meditacijo in s pogovorom.



Motnje hranjenja

O motnjah hranjenja govorimo, kadar hrana postane sredstvo za reševanje čustvenih stisk. Ker so vzroki za njihov nastanek čustvene stiske, jih uvrščamo med duševne motnje, čeprav se navzven lahko kažejo s telesnimi znaki.

Najpogostejše prehranske motnje so:

Anoreksija - v ozadju anoreksije se skriva želja oziroma potreba po nadzoru nad svojim življenjem.

Bulimija - je bolezen, za katero so značilna obdobja izrazitega prenajedanja, ki mu najpogosteje sledi zavestno izzvano bruhanje.

Kompulzivno prenajedanje - je značilen občutek izgube nadzora nad vnosom določenih (največkrat nezdravih) živil.

Kako lahko pomagamo? Osebi s prehransko motnjo lahko najbolje pomagamo tako, da jo poslušamo, poskušamo razumeti in ji ponudimo praktično pomoč, kot na primer: informacije o knjigah, spletnih straneh, spremljanje k svetovalcu in podobno.

Panični napadi

Panični napadi se pojavijo nenadoma, pogosto brez očitnih vzrokov. Preplavijo nas močni občutki tesnobe in strahu. Panične napade spremljajo telesni občutki omotičnosti, vrtoglavice, dušenja, tresenja, pospešenega bitja srca, bolečine v prsih, mravljinca v rokah in nogah, potenje in slabost.

Pojav paničnih napadov je pogosto povezan z nekim dogodkom, ki nas močno pretrese. Pojavljajo se ob večjih spremembah v našem življenju, ob zaključku enega življenjskega obdobja in začetku drugega, dogodkih, ki nas močno pretresejo, pogosto je to izguba bližnjega, izguba službe ali kopica stresnih življenjskih dogodkov v kratkem obdobju.

Kako lahko pomagamo? Panični napadi navadno minejo s spoznavanjem in razrešitvijo notranjih konfliktov, s pomočjo psihoterapije in s pomočjo tehnik sproščanja ter po potrebi tudi spremljajočim strokovnim zdravljenjem. Pogovor s terapevtom lahko koristi, saj vsak sam pri sebi spozna razlog, zakaj se tako počuti in skupaj z njim poišče pot iz depresije.



Zakaj tabuji?

Vse zgoraj opisane stiske mladostnikov so v družbi (na žalost) še vedno obravnavane kot tabuji, kljub temu da so to pogosti primeri resnih težav. Največkrat se izogibamo tovrstnim pogovorom s starejšimi ljudmi, saj gledamo ter razumemo svet skozi drugačne oči. Med mladostniki večkrat opazimo, da se tabuji premagujejo, vedno več je govora o čustvih, počutju, četudi ta niso vedno najbolj pozitivna. Verjamem, da lahko s skupnimi močmi in čim več pogovora premagamo tabuje, ki se tičejo našega počutja, do takrat pa si zapomnimo, da so pogovor, razgledanost in odprtost mali, a pomembni koraki do sprememb v naši družbi.



DOBRO JE GOVORITI, AMPAK MANJ BESED JE VČASIH VEČ

Kaj sploh so tabuji v 21. stoletju?

Jaz jih vidim kot teme, ki se jim prepogosto izogibamo. Glavni vzrok je strah pred neznanim, kar pa je ironično, glede na to, da imamo o teh temah pri sebi pogosto toliko vprašanj in primanjkovalja informacij, ravno zaradi tega, ker o tem ne govorimo. To seveda ni dobro, saj si lahko posameznik hitro zgradi napačno prepričanje o zadevah in ga lahko to tako ali drugače ovira. Pomembno je, da se o stvareh pogovarjamo, saj lahko tako vidimo tudi perspektivo nekoga drugega.

Mislím, da je glavni razlog, da tabuji obstajajo, strah pred obsodbami drugega. Ta tema lahko največkrat povzroči nestrinjanja. Ampak mislim, da to ni slabo, saj ti lahko vseeno razširi obzorja, čeprav se ne moreš strinjati. O mnogih temah težko spregovorijo tudi odrasli, in ne le mladi. Morda je tako zaradi slabih izkušenj. Mogoče so že kdaj s kom delili kaj, o čemer so morali dvakrat premisliti, in odziv ni bil takšen, kot so si ga želeli. Mogoče tudi zato, ker se nekatere stvari nabirajo že tako dolgo in že toliko časa ne najdejo pravega trenutka in poguma, da se preprosto zdi nesmiselno odpirati debato.

Tabuji so pogosto težave, bolezni, o katerih težje govorimo, saj se nam lahko zdi, da je tema zelo

občutljiva in da lahko prehitro rečemo kaj narobe. To je verjetno res, ampak verjamem, da je bolj narobe, če nič ne rečemo. Človek, ki trpi oz. ga nekaj muči, si lahko veliko stvari razjasni in dobi nov vpogled že samo s tem, ko se o tem z nekom pogovarja. Celo ne toliko zaradi odgovorov ali nasvetov sogovornika, kot zaradi odgovorov, ki jih lahko dobi sam pri sebi, ko nekatere stvari izreče naglas.

Sama sem rada glasna in pogosto veliko govorim. Mislim, da zato, ker sem enostavno tak karakter. Uživam v pozornosti in rada slišim razmišljanja in ideje drugih. Pri meni se to spreminja vzporedno z odnosom do sebe, saj, če sam zares sprejemaš sebe in imaš stvari, za katere se lahko postaviš, ti ne bo težava spregovoriti. V primeru, da ti ni udobno s samim seboj, pa postane marsikatera tema zate hitro tabu.

Pri tabujih (in tudi na splošno) pa dejansko ni pomembno koliko govoriš, ampak bolj kaj poveš in kaj sporočaš. Nekaterim enostavno ni udobno govoriti o določenih zadevah in mislim, da velikokrat ni potrebno iti v podrobnosti. Prav pa je, da svoje stiske omeniš in skušaš najti podporo. Večino odgovorov v življenju pa moraš najti sam. Mogoče tabuji niso nujno za vsakega slaba stvar, saj nam omogočajo, da enostavno ne delimo vsega, in tako postavimo meje, ki jih potrebujemo. Včasih se mi zdi, da tabujev več ni. Pri tem imata velik

vpliv splet in družabna omrežja, saj je o nekaterih temah veliko lažje začeti debato iz udobja svoje postelje preko ekrana. Torej z manj osebnim načinom komunikacije. To se mi ne zdi slabo, saj s tem vseeno pridejo do ljudi, še posebej do mladih, mnoge informacije, ki so lahko koristne in pomagajo pri odraščanju in najstnikom omogočajo širši pogled na svet. Zdi se mi, da na spletu lahko vedno najdeš ljudi, ki so odprti o določeni temi in res izgleda kot da tabujev ni več.

Kljub temu, da na internetu najdemo debate na marsikatero temo in nam v tem namišljenem svetu ni težko podati svojega mnenja, tabuji vseeno obstajajo in verjetno vedno bodo. S časom se le spreminjajo. Nekatero stvari s težavo spravimo iz sebe, ko z nekom govorimo na štiri oči. Za nekatere pogovore ali dejanja, ki niso vsakdanja, je potrebno veliko poguma. Sama spoštujem vsakega, ki se odloči, da malce izstopi iz svoje cone udobja.

Težje je odkrito spregovoriti o temah kot so psihične težave in osebne stiske, droge, motnje hranjenja, spolnost, pornografija, slabi odnosi v družini in včasih tudi o čisto preprostih, banalnih stvareh.

O nekaterih stvareh nam je najtežje govoriti s starši, o nekaterih s profesorji in o nekaterih s prijatelji.

Mislím, da se je s starši težko pogovarjati o svojih stiskah zato, ker lahko imamo občutek, da jih bomo razočarali, če nam ne gre vedno najboljše. Ali, da naše stiske vzamejo za svoje, ali ko vidimo prizadetost v njihovih očeh. Verjetno tudi zaradi starostne razlike vidimo svet drugače in se bojimo, da ne bomo razumljeni.

V resnici nam lahko starši po večini zelo dobro svetujejo in nam njihova podpora lahko zelo pomaga. Vseeno pa mislim, da je o nekaterih stvareh boljše govoriti s prijatelji kot s starši. Tukaj ne mislim na resne težave, ampak predvsem na najstniške dogodivščine, ki se nam lahko zdijo izredno zabavne in so nujne za preizkušanje meja in pridobivanja takšnih in drugačnih življenjskih izkušenj. Staršem (na drugi strani) pa bi kvečjemu povzročile samo skrbi in verjetno kanček moraliziranja.

Mislím, da med dijaki in profesorji tabujev niti ni. Večinoma naši odnosi niso tako osebni, da bi lahko prišlo do njih. Bolj kot tabuji bi rekla, da v šoli med profesorji in dijaki pride velikokrat do nesporazumov, ker smo tako različni in ker se ne poznamo najboljše.

Med cimri je tabu mogoče to, da se izogibamo direktnim kritikam, če nas kaj moti.

Kako se odločiš, torej če sploh, da kdaj in na kakšen način drugemu poveš, kaj te moti. Če ni preveč moteče

sploh nič ne rečeš. Pomembno je, da zgradiš varen in udoben odnos, da se lahko pogovarjaš in tako skupaj najdeš način, da rešiš težavo.

Včasih se zgodi, da v isti sobi pristaneta dve čisto različni osebi z nasprotnima karakterjema. Eden je zelo glasen in direkten, drug pa bolj zadržan. V takih primerih se mi zdi, da je zelo pomembna strpnost. Veliko lažje se bo pogovarjati o težavi, če pristopiš na prijazen, razumevajoč način. Če je nekdo zelo tih, ti pa nisi tak, lahko dobiš občutek, da mu je vseeno in se ne trudi za vajin odnos. Če te to moti, se moraš samo zavedati, da smo ljudje različni.

Vzgojitelji lahko pomagajo pri konfliktih, ki jih ne moremo urediti sami, ker podajo mnenje tretje osebe in ker jih ne mučijo več najstniške muhe. Lahko pomagajo z nasvetom, ampak vseeno je vse na osebah, ki so vpletene v spor. Sami morajo ugotoviti, kaj je najboljše za njih, in če bodo hoteli najti skupen jezik, jim bo to uspelo.

Verjamem, da do sporov velikokrat pride zaradi pomanjkanja časa zase. Tukaj smo dejansko večino časa obkroženi z ljudmi in velikokrat je to zelo lepo. Mislim pa, da ne glede na to, kako dobro družbo imaš, je pomembno, da se imaš dobro tudi sam v svoji družbi. Izredno pomembno za mentalno zdravje je po mojem mnenju, da si kdaj tudi sam. Ni prav, da zgubiš stik s sabo in ti na koncu postane problem iti sam v trgovino ali v jedilnico na večerjo.

Mislím, da je tudi samota tabu, o katerem se premalo govori. Verjamem, da moraš biti včasih na nek način malo sebičen in ne smeš stalno ugajati vsem drugim. Tudi če jih imaš rad, saj te lahko stalno sledenje drugim začne dušiti. Zdi se mi je, da je to zelo zakomplicirano, saj se včasih sploh ne zavedaš, da bi namesto kave s prijateljico bolj potreboval nekaj minut sam s sabo. Ko pa se začneš zavedati, da nujno potrebuješ svoj prostor, lahko to uniči marsikateri odnos. Nekateri te morda ne bodo razumeli, zato je pomembna komunikacija. Pomembno je vedeti, da moraš biti sam sebi prioriteta. Ni odnosa, ki bi bil vreden žrtvovanja tvojega mentalnega zdravja. Včasih si lahko veliko bolj osamljen v družbi kot pa, ko si dejansko sam. Mislim, da to ne pomeni nujno, da je kriva družba, ampak enostavno moraš sam pri sebi urediti neke zadeve, da lahko še naprej uživaš v sobi polni ljudi.

DANES GREM SAMA V KINO

Kamorkoli se obrnem
vidim znance,
z veseljem jih
objamem v pozdrav.

Čudovito je vedno
imeti nekoga, s komer lahko
spiješ kavo in se pritožuješ nad zgodovino,
skupaj sanjariš o prihodnosti,
skupaj živiš in ustvarjaš spomine.

Našla sem mesta, kjer
kamorkoli se obrnem,
vidim srečo, ki izvira
iz prijateljske toplote.

Včasih pa kamorkoli se obrnem,
vidim živčne nasmehke,
sledi mi občutek, da mi nekdo
stalno diha za vrat,
tuje ideje, tuje misli, tuje sanje.

Najbolj čudovito
je imeti sebe,
včasih nujno potrebuješ
samoto, da znova razumeš,
kaj želiš si sanjati,
kakšen film želiš gledati.

Včasih bolj potrebuješ
objem svojih misli
kot nasvet prijateljice.

Nujno potrebuješ
svojo ljubezen
preden si lahko
zadovoljen z ljubeznijo drugih.

Eva Dabelič

Kako se "spopadati" s prijateljevo/cimrino depresijo?

OPOZORILO: Članek govori o depresiji, samopoškodovanju in samomoru. Če vas branje o tem spravlja v nelagodje oziroma vas razburja, vas prosim, da ga raje ne berete naprej.

Če želimo pomagati nekemu, ki ima depresijo, moramo biti najprej seznanjeni s tem, kaj sploh depresija je in kako vpliva na njene »ujetnike«.

Zato bomo najprej razčlenili nekaj bistvenih znakov depresije in jo dodatno opredelili.

Depresija je mentalna bolezen, za katero lahko zbolijo vsakdo, ne glede na spol ali starost. Lahko se pojavi kadarkoli, ni potreben travmatičen dogodek ali sprožilec, čeprav je res, da se pogosteje to zgodi osebam, ki so šle skozi težko obdobje, ni pa to pogoj, da se te »oklene« ta pošastna bolezen.

Nekaj znakov depresije: izolacija, slaba higiena (na primer: ne bodo se tuširali, ne bodo se preoblekli/oblekli v čista oblačila, ne bo se jim dalo »ubadati« s pranjem las ipd.), pojavijo se nenavadni spalni vzorci (lahko bodo spali po cele dneve ali pa sploh ne - nespečnost), motnje hranjenja (prenajedanje ali izguba apetita), pomanjkanje motivacije, občutek krivde ipd. Zdaj, ko veš nekaj več o depresiji in njenih znakih, je tukaj nekaj uporabnih nasvetov, ki bi ti lahko pomagali v spopadu s tvojo depresijo ali depresijo bližnjih.

Kot smo že prej omenili, depresija ne potrebuje posebnega vzroka in lahko izbruhne kadarkoli. Oseba bo morda ta trenutek v dobrem stanju, a v čisto nasprotnem občutju že naslednji trenutek, zato bodite pripravljeni na nihanja občutkov (mood swings). Depresija je presenetljivo utrujajoča, zato ne pričakujte od svojega prijatelj-a/-ice, da bo poln/-a energije. Če jim ni do tega, da bi šli ven, jih ne silite v to. Spoštujte njegove/njene želje. Če vas želijo blizu, bodite tam za njih, že objem zna narediti čudeže, če pa želijo obratno, jih pustite na miru za nekaj časa, ker v tistem trenutku je mir in tišina tisto, kar potrebujejo. Njihovih reakcij si ne jemljite k srcu, saj vas ne želijo prizadeti. Včasih depresija pripomore, da izustijo stvari, ki jih pravzaprav ne mislijo. Kljub temu, da tega ne pokažejo najbolje, so hvaležni, da jim stojite ob strani in da ostanete z njimi v najtežjih trenutkih, saj vas res potrebujejo (tudi če si tega včasih ne priznajo).

Depresija gre največkrat z roko v roki s samopoškodovanjem, saj je to neke vrste spopadanje. Na ta način oseba duševno bolečino spremeni v fizično oziroma usmeri misli na fizično bolečino in tako beži pred svojimi mislimi - ali jih vsaj utiša za nekaj časa. Včasih jim »notranji glas« pove, da se morajo fizično poškodovati, saj naj si ne bi zaslužili veselja. Po navadi je vse skupaj povezano z občutkom krivde, na primer kot nekakšno kaznovanje za slabo oceno, ali pa ker so prizadeli svojega prijatelja/prijateljico. Milijon in en razlog obstaja, zakaj se osebe samopoškodujejo, saj ima vsaka oseba drugačen razlog. Prav tako je tudi sto in en način kako se oseba lahko samopoškoduje, kot so na primer: rezanje, namerno povzročanje opeklin (ugašanje cigarete, polivanje z vrelo vodo ali z vročimi predmeti ipd.), stradanje ... in mnogo drugih manj poznanih samopoškodb (na primer: ščipanje, puljenje las, namerno udarjanje v predmete, pretepanje samega sebe ipd.).

V primeru, da opazite ali sumite, da se vaš prijatelj/prijateljica zateka k samopoškodbam, so tukaj nasveti, kaj storiti in česa ne storiti (do's and don'ts).

Ne izpostavljate njihovih brazgotin, ran, opeklin ipd., saj so lahko zelo občutljivi glede njih. Spodbujajte jih, naj povedo nekemu (vzgojitelju, učitelju, staršu ali kateri drugi odrasli osebi, ki ji zaupajo) ali naj poiščejo profesionalno pomoč oziroma zdravljenje. Bodite previdni, ko pride do takšnih pogovorov, saj so zelo ranljivi. Ne jim pametovati in govorit nesmisle kot so: »če hočeš biti moj prijatelj, boš nehal« ali »ignoriral te bom, dokler ne boš nehal«. To jih lahko zelo prizadene in prej poslabša stanje kot pa izboljša, saj so to stanja, misli, ki se ne izklopijo kot televizija ali telefon, ampak potrebujejo čas in potrpljenje, da se izboljšajo.

Lahko bodo sledila obdobja, ko si mesec ali več ne bodo nič naredili, vendar bodo na žalost tudi obdobja, ko si bodo samopoškodbe sledile večkrat na dan. Ne glede na to, kako močno si želite, jim NE vzemite pripomočkov s katerimi si škodujejo. Saj jih v trenutku samopoškodovanja ne bo zanimalo s čim si bodo to storili. V tistem trenutku si lahko rano povzročijo z okuženim predmetom in si tako posledično še okužijo rano. Prav tako vam ne bodo več toliko zaupali in začeli bodo prikrivati, kaj se dogaja z njimi.

Za konec še nekaj o samomoru in samomorilnih mislih. Nekaj znakov je podobnih depresiji, kot na primer: nenavadni spalni vzorci, samopoškodbe, pomanjkanje spanca (kar pripomore k utrujenosti in pomanjkanju energije), izguba interesov, izolacija, odiranje najbližjih, čustveni izpadi, ki se lahko zgodijo z različnimi sprožilci ipd.

Nekaj rdečih zastav, ki nam lahko potrdijo sume, da se oseba spopada s samomorilnimi mislimi:

- Govor o samomoru. To je na primer, ko začne oseba v pogovorih bolj pogosto omenjati samomor ali pa sprašuje razna vprašanja, kot so: kakšno je tvoje mnenje glede samomora, kako bi se ti ubil/-a, kako se najhitreje ubiješ ...
- Znali bi začeti podarjati dragocene stvari (telefon, ura ...), brezbrizno bi delali z denarjem in kakšnimi osebnimi/pomembnimi predmeti, saj jih potem, ko jih ne bo, ne bodo

več potrebovali.

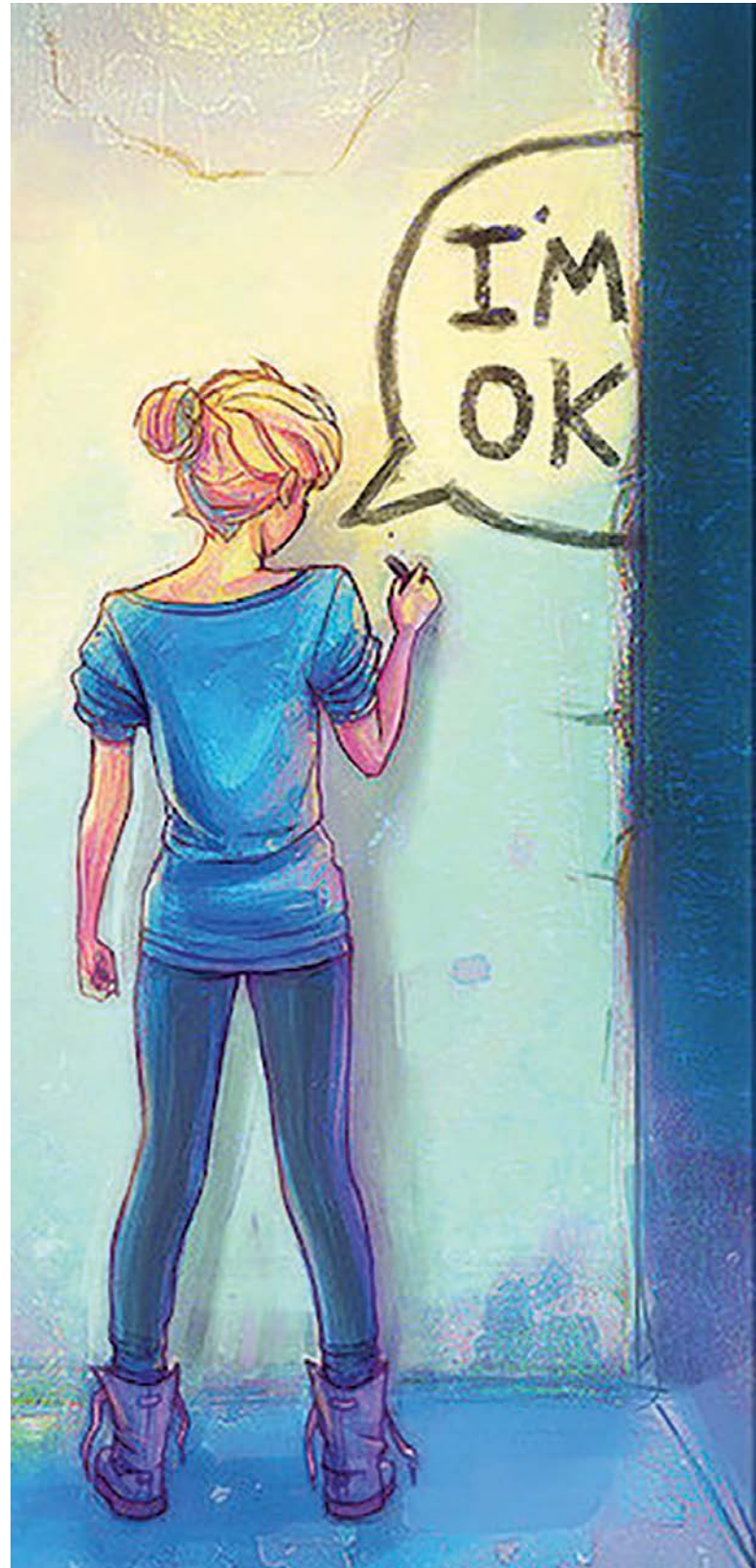
- Morda bodo začeli uživati droge in alkohol, morda boste opazili tvegana vedenja (na primer nevarna vožnja z avtomobilom ipd).
- Lahko se bodo kar naenkrat umirili ali celo postali veseli, se obnašali, kot da je vse v najlepšem redu. Naj vas to ne zavede, saj se to največkrat zgodi tik preden padejo čisto na dno, saj imajo v tem stanju ravno dovolj energije, da si lahko vzamejo življenje. Prav tako se bodo vedli vedro, saj vedo, da bodo kmalu zbežali stran od svojih misli in zapustili svet, ki jim povzroča le same bolečine.
- Govorica telesa je lahko tudi namig, na primer konstanten pogled v tla, »slaba« drža, ne zmorejo ohraniti očesnega stika ipd.
- Seveda morate biti posebno previdni, če je ta oseba že imela neuspele poizkuse samomora. Samomor je zelo občutljiva tema za pogovor, zato morate biti zelo previdni, kako pristopite do osebe s samomorilnimi mislimi. Ne sprašujte preveč vprašanj, saj lahko na njih negativno vplivajo. Ne jim dajati lažnega upanja in praznih obljub, ne glede na to, kako močno jim želite zagotoviti, da bo vse v redu, ne obljublajte jim nekaj, kar se morda ne bo zgodilo (saj največkrat nimate nadzora in ne vpliva na situacijo, v kateri se oseba znajde). Ne se primerjati, ponavljam, pod nobenim pogojem se ne primerjati z njimi, tudi če ste imeli ali še imate izkušnje s samomorom ali samomorilnimi mislimi. Ne primerjati svojih izkušenj z njihovimi, saj gre vsaka oseba skozi to na drugačen, svoj način, ki se enostavno ne more primerjati z nobenim. Jemljite jih resno in poskusite ne izgledati »fake« (na primer: ne se z njimi pogovarjati kot s petletnikom, saj če bodo mislili, da jih ne jemljete resno ali da jim ne verjamete, lahko to le spodbudi željo po tem, da vam dokažejo nasprotno in si tako vzamejo življenje). Poizkusite uporabiti njihovo vero proti njim. V primeru, da ne verjamejo v nič, jih lahko poskusite prepričati z naslednjimi stavki.

- Živiš le enkrat.
 - Če imajo mlajše bratce/sestrice, jim lahko rečete, naj si predstavljajo, kako bi se oni počutili, če bi vas našli mrtve in kakšne travme bi jim to lahko povzročilo.
 - Če oseba verjame v reinkarnacijo, jim lahko rečete, da če se bodo ubili, bodo morali v naslednjem življenju iti skozi vse to še enkrat. Podoživeli bodo vse muke in trpljenje ponovno in ponovno, dokler ne bodo na svetu izpolnili svojega namena in umrli naravne smrti.
- Najpomembneje je, da jih spodbujate naj poiščejo pomoč, vendar pazite na ton, ki ga boste uporabili, saj ne želite zveneti nesramno ali kot da vam gre oseba na živce.

Če se počutite v stiski je 24 ur na voljo TOM telefon: 116-111.

Upam, da vam je ta članek bil vsaj malo v pomoč.

Če vas zanima kaj več o tem, bi priporočil/-a YouTube kanal »Psych2go«, saj vsebuje veliko videov na to in podobne teme.



How to deal with your depressed friend/ roommate?

DISCLAIMER: THIS ARTICLE MENTIONS DEPRESSION, SELF-HARM AND SUICIDE, IF THIS TYPE OF THINGS TRIGGER YOU, PLEASE DON'T READ THIS

To know how to deal with someone who is depressed or suicidal you first need to understand what depression is and how it affects them.

Firstly, let's break down some common signs of depression. Depression is a mental illness that can affect any person, no matter the gender or age. It can happen at any time and it doesn't necessarily need triggers or traumatic events. It's true that it's more common to happen to people that have experienced them, but it doesn't mean it can't happen to people without those experiences. Some of the signs someone might be dealing with depression are: isolation, poor hygiene (for example they won't shower, put on clean clothes, bother with their hair,...), unusual sleeping patterns (they might sleep too much or be dealing with insomnia), eating extremes (either they eat too much or they have lack of appetite), lack of motivation and the feeling of guilt, etc. So now that you know a bit more about the depression and its' signs, here are some hopefully useful tips on how to support someone close to you who might be dealing with it. As mentioned before, depression doesn't need a reason. It can strike at any time. The person might be in a good place one second and then their mood can change in a blink of an eye, so be prepared for mood swings. Depression is surprisingly exhausting, so don't expect the person dealing with depression to be full of energy all the time. If they don't feel like going out, don't force them. Respect their wishes. If they want you close, be there, a simple hug can do miracles. If they want some space, leave them alone for a while, they need it. Don't take their reactions personally, they don't want to hurt your feelings. Most of the time depression makes them say things they don't mean. Even though they might not show it, they need you more than ever, and they appreciate it that you are there for them.

Depression is often accompanied with different forms of self-harming behaviour. Self-harm is one of the coping mechanisms to take away the mental pain (painful thoughts) and replace it with a physical one. It's a way that helps the person to focus their thoughts on the pain that's happening and that's how they can escape their minds, even if just for a short period of time. Sometimes the inner voice in their head tells them to do it, for example, if they are having a good time, the voice might tell them they don't deserve it so they should harm themselves. This relates to guilt. Sometimes it's a way they punish themselves, for example for getting a bad grade, or they hurt a person close to them. There're a million reasons why they do it and for each person it can be a different one. There are also a million ways to self-harm. The most common ones are: cutting themselves, burning themselves or starvation (not eating).

In case you notice or have a suspicion your friend might be self-harming, here are some do's and mostly don'ts; Do not point out their scars, wounds, bruises, burns, etc. They can be very sensitive about them. Encourage them to tell someone, to seek treatment. Be very gentle when it comes to this type of talk, remember they are very vulnerable. Don't tell them to just get over it or bullshit like "If you are my friend, you need to stop self-harming" or "I'll ignore you until you stop self-harming". Those are some of the worst things you can say to them. Self-harming and depression aren't states and behaviours that can be just turned off like a switch, it takes time for people to get better. There will be times when the person won't self-harm for a month, but sadly there will be times when they'll do it multiple times a day. As much as you want, do not take away their tools with which they self-harm. At times when they feel the need to self-harm, they won't hesitate to find another tool to do it with, and that's worse because the new tool they will use can be infected and they might infect their wounds. They will also become more secretive about their behaviour towards you.

Lastly, I'll be writing about suicide. I'll write about some of the signs that might help you recognize if your friend is suicidal; Some of them are the same as with depression, for example: weird sleeping patterns, self-harming as previously mentioned, lack of sleep which leads to low to no energy, losing interest in what they usually loved doing, isolation, pushing their closest friends away, emotional outbursts that can happen due to triggers, etc.

Some red flags that can strongly confirm your' suspicion that the person is dealing with suicidal thoughts are:

- Talking about suicide. That's when they talk about suicide and ask you all sorts of questions, like: what's your opinion on suicide, how'd you take your life or what's the easiest way to do it?
- They might start giving away their expansive belongings, since they won't need them after they take their own life. They may start abusing all sorts of drugs and alcohol or show some risky behaviours like driving recklessly.

- They might appear happy and calm, all of a sudden, looking like everything's okay. That usually happens right before their lowest point, since they still have the energy to do it. They are happy because they'll finally escape their thoughts, escape this cruel world.

- Body language can also be a hint, staring at the floor, not being able to make eye contact. You especially must be careful if this person had tried to commit suicide in the past. Suicide is a very sensitive topic so you need to be especially careful in how you approach people who might be having suicidal thoughts. Don't ask too many questions, because it can cause a negative reaction. Don't give them false hope or fake promises. As much as you'd like to say that it's going to be alright, don't promise them something that might not happen. Do not, and I repeat, do not try to relate, even if you had your own experience with suicide or suicidal thoughts in the past or still do.

Do not try to compare your own experiences to what they are going through. Every person goes through this differently and as much as you think you can relate, you just simply can't. Take them seriously and try not to be fake, meaning, don't use a fake baby voice when talking to them. If they think you don't believe them or that you don't take them seriously. That can just add wood to the fire and encourage them, to take their own life, just so they prove it to you that they were serious. Try to use their belief system to convince them against suicide. Even if they don't believe in anything you can say any of these things:

- "You only live once",

- If they have younger siblings you can use them, in statements like: "Imagine your little brother/ sister coming into your room trying to wake you up finding you not responding to them."

- If they believe in reincarnation, for example, I often tell them, that they'll have to go through everything again in their next life (basically you must go through all the suffering again just because you killed yourself).

The most important thing you must do is encourage them to seek help, to see a professional, but be careful how you say it. You don't want to sound mean or irritated or not interested in them.

I hope this helped at least a little. If you are interested to know more about these things, I would recommend a YouTube channel "Psych2go". It has a lot of helpful videos dealing with mental disorders and relationships.





DAN, KO SEM UGOTOVILA, DA JE ZDRAVJE NAJPOMEMBNEJŠE

Sreča. Veselje. Ljubezen. Zdravje. Pogum. Zaupanje. Moč. Vse to in še več predstavlja zdravo osebo. Poznamo več oblik zdravja (fizično in psihično/mentalno). Lahko si zdrav, nimaš vročine, se počutiš dobro, imaš pa slabo mentalno zdravje. Slabše mentalno zdravje je še posebej pogosto pri najstnikih, česar se ljudje ne zavedajo. Vsi menijo, da si mladi to izmišljujemo, saj naj bi potrebovali pozornost ali ker si želimo biti »in«. V nekaterih primerih to sicer drži, v drugih pa je čisto nasprotje. Najstniki imamo slabše mentalno zdravje v primerih, ko nimamo pravih prijateljev, nismo dovolj samozavestni in tudi zaradi šole. Starši in vplivi iz okolice nam dajejo občutek, da je šola najpomembnejša, zato nekateri postavljajo šolo pred svoje potrebe in si tako poslabšajo zdravje. Nato se pretirano učijo in jih skrbi za ocene, skrbi jih da bodo razočarali starše ... kar jim lahko pogosto povzroča stres.

Temu danes rečemo kar »depresija«, za kar poznamo mnogo razlogov. Mladi danes rečejo, da so »v njej«, če so slabe volje, žalostni, se doma ne razumejo s starši, imajo probleme s prijatelji, potrebujejo pozornost, imajo občutek, da jih nihče ne razume ali nikomur ni mar za njih. Vendar je depresija prava bolezen, s katero se sooča veliko ljudi. Gre za duševno motnjo, pri kateri izgubiš energijo in zanimanje za sicer zanimive in zabavne dogodke. Vsi se lahko občasno srečamo z nekaterimi njenimi simptomi. Na primer, ko smo utrujeni in nimamo energije, ali so nam dogodki, v katerih sicer uživamo, kar naenkrat nezanimivi. To se nam zgodi zgolj za dan, dva, kar pa še ne pomeni, da smo zboleli za depresijo. Pomembno je, da svoje zdravje postavimo na prvo mesto in ga nikoli ne zapostavljamo, saj je od njega odvisno vse naše življenje. Včasih se zgodi, da smo v odnosih z ljudmi, ki naše psihično zdravje znižujejo iz dneva v dan, nas žalijo in zaradi njih izgubimo samozavest in interes do določenih stvari. Takih ljudi se moramo izogibati in jih čim prej zapustiti. Nikoli nas ne sme nihče žaliti ali poniževati. Nikomur ne smemo tega dovoliti.

Nekoč sem bila tudi sama v takšni situaciji, a sem to hitro ugotovila in se nato nehala družiti z »mojimi prijatelji«. Takrat sem se zavedala, da mi nima nihče pravice jemati veselja, energije in volje. Zavedala sem se tudi, da je moje zdravje vedno na prvem mestu.

Danes se najstniki veliko ukvarjamo s samopodobo. Množica aplikacij in spletna omrežja kot so Instagram, Facebook, TikTok ipd., predstavljajo življenja znanih ljudi, ki se nam zdijo popolna. Mislimo, da v kolikor sami nimamo takšnega življenja, bomo v očeh družbe manj vredni. Naši možgani torej delujejo tako, da če nimamo najnovejših avtov ali modernih oblačil pomembnih znamk, dovolj velike hiše ali celo

TEA

♥ KOPRIVIN ČAJ

- dober za jetra
- pij po noči ku pijes ;)

♥ METIN ČAJ

- mg, Cu, vitamin C
- če preveč prdiš } <3
- težave s sinusi
- MUSKLFIBR !
- kašelj
- vročina

♥ ZELENI ČAJ

- D vitamin
- pomirja, sprosti
- poveča budnost
- zmanjšuje holesterol
- vspeodbuja prebavo

♥ ČRNI ČAJ

- več kofeina ku zelen
- zaščiti zobc in kosti

♥ BELI ČAJ

- blag sladek okus
- ista ku zeleni

♥ INGVER ČAJ

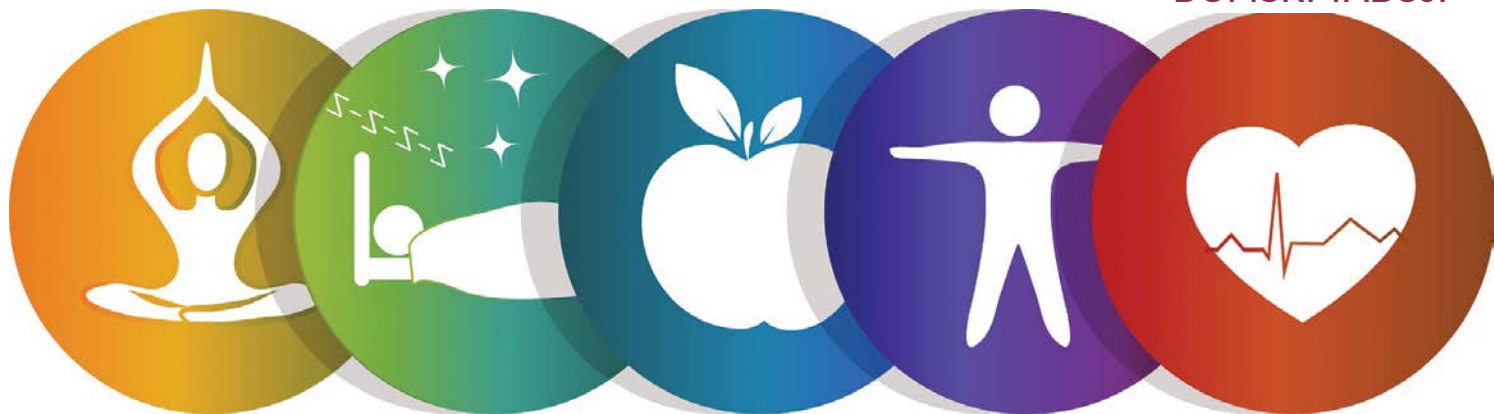
- oster pekoč okus
- gripa, prehlad, kašelj

♥ XMAS ČAJ

- warms you up ;)

♥ SADNI ČAJ

- good mood
- sladki



TIME



♥ DODATKI

- cukr 🍬
- med 🍯
- mleko 🥛
- limon 🍋

♥ PRIPRAVA

- 100°C 8 min
- 80°C 3 min
- 100°C 5 min



najnovjšega telefona, nismo pomembni, nismo dovolj »kul«. Smo eni izmed mnogih in nič posebnega. Vendar, zakaj razmišljamo najstniki na tak način? Zakaj si drugačen, če nimaš najnovjših stvari? Zakaj nisi dovolj pomemben? Priznati moram, da sem tudi sama nekaj časa tako mislila, vendar sem se sčasoma zavedala, da imam vse, kar potrebujem, in še več ter, da moram biti hvaležna za vse kar imam, saj nekateri nimajo niti pol tega, kar imam jaz. Na dosegu roke imamo vse; vodo, hrano, oblačila, obutev, internet ... Vse kar nas loči od slavnih ljudi je to, da za stvari ne zapravljamo toliko denarja. Nekateri najstniki so tudi ljubosumni na svoje vrstnike, ker imajo več ali dražje stvari kot oni.

Zavedati se morajo, da se njihovi starši trudijo, saj želijo svojim otrokom le najboljše. Ker vsi ne zmorejo zaslužiti enake vsote denarja, so starši primorani postaviti prioritete.

Skratka - bodimo zadovoljni s tem, kar imamo in ne primerjajmo se z drugimi. Vsi smo drugačni, to pa nas bogati. Drugačnost je nekaj dobrega, nekaj, kar nas dela edinstvene.

In če na koncu povzamem bistvo mojega razmišljanja, lahko trdim, da v kolikor želimo biti zdravi, moramo biti ponosni nase, biti samozavestni in verjeti vase. Ne smemo se primerjati z drugimi in z njihovimi materialnimi dobrinami, ker je to samo del njihovega življenja, ki ga lahko vidimo. Pomembno je, da smo, kar smo in nas tega ni sram. To so dejavniki, ki gradijo zdravega človeka, nekoga, ki bi ga morala družba sprejeti takšnega, kakršen je in nič drugačnega.



Kaj so tabuji?

tabú -ja m (û)

1. *pri nekaterih primitivnih ljudstvih* zapoved, prepoved, nanašajoča se na kako dejanje, stik s čim, katere kršitev kaznujejo nadnaravne sile: *prekršiti tabu; veljavnost tabujev za toteme / tabu spolnih odnosov med najbližjima sorodnikoma*

2. *knjiž. stvar, ki se ne sme kritično obravnavati: sprememba stališč, ki so bila v preteklosti tabu; razglasiti kaj za tabu; kaste so indijski tabu; pedagoški, politični tabuji*

// *skrivana, prikrivana stvar: spregovoriti o tabujih; spolnost je bila velik tabu; ti podatki so za javnost tabu / učencem je nova snov tabu neznana stvar; neskl. pril.: tabu tema*

Zgoraj je zadetek iskanja besede tabu v SSKJ, na spletu pa zasledim definicijo, da je to pa zgolj stroga prepoved. Definicija, ki se mi je vtisnila v spomin (pri pouku sociologije), in nam vsem verjetno še najbolj poznana, je iz Wikipedije in pravi, da je tabu stvar, ki je prikrita, skrivana in se ne sme kritično obravnavati. Obstaja veliko različnih definicij in razlag - kaj tabu je, vprašanje pa je, zakaj je tako malo govora o tem med ljudmi, zakaj je prisotna tolikšna mera prikrivanja, ki je podkrepljena z neprijetnimi občutki. Kljub temu da sem šele dijakinja in nisem strokovnjakinja na tem področju, lahko vseeno opazim dogajanje okoli sebe ter vidim, katere so tiste teme v družbi, o katerih se ne govori ali pa je o njih slišati premalo. Ne nazadnje smo lahko vsi deležni najrazličnejših tabujev vsak dan, na vsakem koraku našega življenja.

Tabuji obstajajo od nekdaj in vedno bodo, tudi dandanašnji svet s hitro rastočim življenjskim standardom se jim bo težko izognil. Svet želi dajati občutek, da tabuji izginjajo, a temu ni tako; stari izginjajo, a se vedno znova pojavijo novi. Lažni občutek, da nekateri tabuji izginjajo, je lahko le posledica spleta, kjer ni več teme, ki ne bi bila javno obravnavana. A to je le neka virtualnost, kjer ljudje za ekrani, po možnosti pod uporabniškim imenom, debatirajo o vseh možnih temah in so prav zaradi te anonimnosti pogumnejši in »izrečejo« določene trditve in odpirajo najrazličnejše občutljive teme, ki jih v resničnem življenju (v neposredni družbi) ne bi nikoli načeli.

Malokrat se govori in piše o temah, ki so družbeno prepovedane in veljajo za tabuje, a razsežnost le-teh je velika in bi lahko o njih debatirali cele ure. Čeprav bi marsikdo želel odprto govoriti o določenih temah, jih strah pred izstopanjem iz družbe in zavračanjem le-te ohromi. Tabuji so zakoreninjeni v naši kulturi in moralnih načelih. Gre za nekaj prepovedanega, a nezapisanega. Tabuji se razlikujejo med kulturami, verami, generacijami in spoli, vendar pa poznamo tudi nekaj splošnih. Tabuji, ki se nas tičejo najbolj, so seveda tabuji v današnji družbi, znotraj naše države, pa tudi izven. To je namreč čas, v katerem živimo, in na nek način smo del vsega, kar se dogaja po svetu.

UMIRANJE/STAROST

Kot prvi splošni tabu bi izpostavila umiranje in hkrati starost. Ljudje začnemo razmišljati o smrti, ko smo sami tik pred tem ali pa naši bližnji okoli nas. Staranje in nazadnje smrt sta popolnoma naravna procesa v naših življenjih, a se kljub temu umikamo od umirajočih ljudi, ne pogovarjamo se o tem, ljudje umirajo v bolnišnicah ali pa domovih za ostarele sami. Staranje in smrt najverjetneje predstavljata temo, ki odpira nek strah, in o tem najraje ljudje ne bi govorili, saj so te teme težke in ljudje se izogibajo pogovorom o smrti.

Čeprav je smrt naravni proces življenja, je tabu. Videti je, kot da so bili včasih ljudje bolj odprti za sprejemanje smrti, saj so ljudje umirali v domačem okolju in med bližnjimi ljudmi. Dandanes je omenjanje smrti med bližjimi zelo redko. Zelo podobno je tudi z zdravstvenimi problemi. Čeprav je govoriti o zdravem življenju, kondiciji in dieti povsem v redu, se situacija, ko govorimo o zdravstvenih težavah, drastično spremeni.



REVŠČINA

Zelo pogosto nas lahko življenje zaradi najrazličnejših vzrokov pripelje do revščine. Nešteto krat se sprehajamo po mestu in srečujemo osebe, ki na različne načine poskušajo dobiti tisti evro ali dva za dnevni obrok. Le redkokdaj pa razmišljamo o vzrokih za njihovo revščino ter jih pogosto mečemo vse v »isti koš«. Skoraj nihče se pri beraču ne ustavi ter ga povpraša, zakaj ga je življenje pripeljalo na ulico ali pa v revščino. In tega ne storimo le iz razloga, ker je revščina spet eden izmed tabujev.

Se ti je že kdaj zgodilo, da bi na polnem avtobusu slišal nekoga govoriti o tem, kako težko se bo prebil skozi mesec s svojo nizko plačo in lačnimi otroki doma? Mislim, da je to skoraj nemogoče, saj ljudje ne želijo dajati vtisa, da potrebujejo pomoč, in nihče ne želi, da bi ga ljudje obravnavali kot nekoga, ki ima »pod palcem« manj kot drugi.



SPOLNOST

Spolnost je eden izmed tabujev, ki se po mojem mnenju bistveno ne spreminja skozi zgodovino. Poznamo veliko primerov tabuizirane spolnosti, kot je na primer incestna spolnost oziroma spolna razmerja znotraj sorodstva. Tabuizirana tema je tudi samozadovoljevanje, za katero se je v potrebno pretvarjati, kot da ne obstaja in zaradi tega dobijo ljudje občutek, kot da počnejo nekaj prepovedanega. Istospolna usmerjenost je še danes nesprejeta v določenih družbah/ skupinah ljudi. Opažam, da se predvsem starejši generaciji ljudi še vedno zdi nesprejemljiva. Težko je reči, da to velja za družbe po vsem svetu, saj se predsodki ter sprejemanje le teh razlikuje po državah. Vsak posameznik ima prosto pot, da se odloči, kaj si želi, nihče ne bi smel obsojati, saj se ga življenje ostalih ne tiče in ne vpliva nanj.

BESEDE / HRANA

V nekaterih družbah še vedno obstajajo besede, ki veljajo za neprimerne in ne spadajo v tovrstno okolje in lahko pomenijo celo žalitev (kot je na primer beseda »sranje«, »niger« ...). Že od malih nog pogosto poslušamo od starejših oseb, da kletvice niso primerne in so nam na nek način prepovedane, da bi z njimi komunicirali.

Prepoved uživanja določene hrane ima prav tako svojo funkcijo v družbi, kot je na primer neuživanje svinjine, vegetarijanstvo, veganstvo, uživanje alkohola in določene hrane v nosečnosti ... Mogoče za tem stojijo le odločitve posameznikov, ali pa se vzorec prehranjevalnih navad neguje le zato, da se spoštujejo navade prednikov. Izločanje določene hrane iz jedilnika pa je lahko tudi le posledica zdravstvenih težav.

Zagotovo ima vsaka glava neke svoje tabuje, prav tako se tabuji razlikujejo glede na čas, okolje, družbo ... Tabuji niso po vsem svetu enaki, generalno gledano so si med seboj zelo podobni, razlika je le v tem, v kakšni meri so sprejeti. Mišljenje o tem, kaj je sprejemljivo in kaj ne, se velikokrat razlikuje in vodi v prehitro obsojanje. Težko je imeti vpogled v ozadje in zgodbo ljudi ter v njihove odločitve, zato ne bi smele biti nekatere teme razumljene kot tabuji. Prav tako pa bi si morali ljudje »izbiti iz glave« tabuje, ki se navezujejo na življenjske procese skozi katere gremo prav vsi. Ne bi se smeli sramovati samih sebe in tabuizirati določenih stvari. Nenazadnje vsi smo krvavi pod kožo in vsi smo ljudje.

Na svetu preprosto ne bi smelo biti prepovedanih oziroma prikritih tem, saj bi le na tak način lahko svet odkrili v popolnoma drugačni luči kot ga vidimo danes.

DUŠEVNE STISKE

Obiski pri psihoterapevtu, psihologu ali pa psihiatru so še vedno velik tabu. Ponekod velja obisk zgoraj omenjenih še vedno za sramotno dejanje. Ta tema je izredno občutljiva, saj se ljudje pogosto znajdejo v situaciji, ko si morajo sami poiskati pomoč, in to dejanje ne bi smelo veljati za sramotno. Prav zaradi tega obstajajo strokovnjaki, ki priskočijo na pomoč v takih primerih.

Revščina in sram

Katera je najbolj neprijetna tema, o kateri ste se pogovarjali v zadnjem letu? Pogovor s starši o spolnosti? Morda o vonju, ki ga proizvaja vaš sostanovalec in vas zelo moti? O tem, da mislite, da niste dovolj sposobni v primerjavi z vrstniki? O depresiji, brezvoljnosti, ki jo čutite vsak dan? Morda o tem, da skupaj z mamo vsak mesec hodite po hrano in obleke v humanitarne organizacije?

Morda katera od zgoraj navedenih tem za vas ni neprijetna. Kaj je za koga neprijetno je v določeni meri odvisno od posameznikovih prepričanj, izkušenj, zaupanja ...

Mislím, da je o revščini zelo težko govoriti. Morda dijaki/-nje večkrat občutijo sram, če morajo s kom spregovoriti o finančnih težavah v družini. Čeprav za to niso odgovorni.

Je pri revščini hujše to, da si revni ne morejo kupiti stvari, ki jih potrebujejo, ali številna ponižanja, ki so jim priča (razgovori, prošnje, iskanje pomoči ...)?

Morda je pri revščini najbolj žalostno to, da jo njene posledice zakoreninijo. Revščina ima namreč to krivično lastnost, da spodbuja samo sebe. Je kot neke vrste socialna bolezen, ki je nalezljiva. Starši, ki veliko razmišljajo o svojih težavah (zaradi brezposelnosti in revščine), se pogosto ne zmorejo posvečati potrebam otrok, mladostnikov ...

Nekatere raziskave (Katedra za družinsko medicino LMF) kažejo, da so brezposelne ženske skoraj petkrat pogostejše izpostavljene sočasnemu duševnemu in telesnemu nasilju.

Če so starši dokončali osnovno šolo in niso nadaljevali šolanja na srednji šoli, je verjetnost, da bodo njihovi otroci nadaljevali šolanje na univerzi, v Sloveniji zelo majhna. Med članicami organizacije za gospodarsko sodelovanje in razvoj so za nami le ZDA, Kanada in Nova Zelandija.

Nekateri raziskovalci ugotavljajo, da se otroci iz delavskih družin (tudi ob dovolj dobrih ocenah) ne vpišejo na najuglednejše gimnazije in fakultete, ampak prej izberejo srednje poklicne šole, medtem ko je za otroke visoko izobraženih staršev iz srednjega razreda nepredstavljivo, da se ne bi vpisali na gimnazijo, tudi če so imeli v osnovni šoli slabše ocene. Deloma je to zagotovo povezano s stroški študija. Vendar ne gre zgolj za racionalen premislek, ampak so otrok in starši razvili tak pogled na svet, da se jim vpis na gimnazijo ali na študij, ki prinaša najvišji družbeni položaj, zdi kot nekaj »kar ni za nas«. Pri družinah iz srednjega razreda je ravno obratno.

Za spopad z neenakostjo možnosti lahko šolske politike naredijo veliko, saj obstaja več držav z bolj pravičnim in bolj učinkovitim šolskim sistemom, kjer je izobraževalni uspeh posameznika veliko manj odvisen od njegovega družbenega položaja, kot v Sloveniji.

Projekt Botrstvo pomaga dijakom in njihovim družinam, ki se znajdejo v revščini. V dijaškem domu Botrstvo vsako leto nameni pomoč približno petnajstim dijakom, ki jim plačuje oskrbnino. Nekaterim v celoti, drugim polovico. Brez te pomoči bi se del dijakov verjetno

izpisal, ker njihove družine ne bi našle denarja za plačilo bivanja v dijaškem domu.

Del njih pa bi verjetno živel precej slabše.

V večini primerov pomoč Botrstva pomaga omenjenim dijakom. Vsako leto pa zaznamo kakšen primer, ko dijak kljub pomoči močno popusti v šoli, prične neopravičeno izostajati od pouka ... Ali lahko razmišljamo, da bi bilo bolje, če pomoči ne bi dobil?

Spomnim se pogovora s kolegico, ki je dejala, da je bila pomoč Botrstva morda celo razlog za to, da dijakinja ni uspela uspešno opraviti letnika. Če je bila v prvem letniku mirna in poslušna, si je v drugem, ko je dobila pomoč Botrstva, začela kupovati ličila, parfume ... Večkrat je manjkala na učnih urah, pogosto je bila v mestu ... Je bilo res prav, da smo ji omogočili pomoč Botrstva? Ali nimamo kakšnega vprašalnika, ki bi nam omogočil, da ne bi vlagali v dijake, katerim pomoč morda ne bo koristila? Ne vem, kaj sem odgovori takrat, toda sedaj bi rekel, da mi ni žal. Vsi, ki inštruirajo

kakšen predmet, vedo, da to ni pogoj za to, da bo dijak popravil oceno. Je pa priložnost, dodatna možnost. In to je dijakinja dobila.

Možnost razmišljanja o revščini pa imamo vsi. Glede na različnost izkušenj, prepričanj ... lahko imamo o revščini zelo različna stališča. Sapolsky v knjigi (Zakaj smo takšni, kot smo?) opisuje primer dveh skupin, ki sta se razlikovali po tem, da so bili v prvi konzervativci, v drugi pa liberalci. Obe skupini je vprašal, kaj je po njihovem mnenju razlog za revščino? Kadar so imeli za odgovor malo časa, sta obe skupini odgovorili približno enako, češ ker so revni bolj leni. Če pa je bilo časa več, so liberalci začeli razlagati, da najbrž zato, ker revnejši otroci naletijo na več ovir, medtem ko konzervativci svoje teze kljub času niso razvijali. V nadaljevanju avtor razmišlja, da ljudje postanemo bolj konzervativni, kadar smo utrujeni,

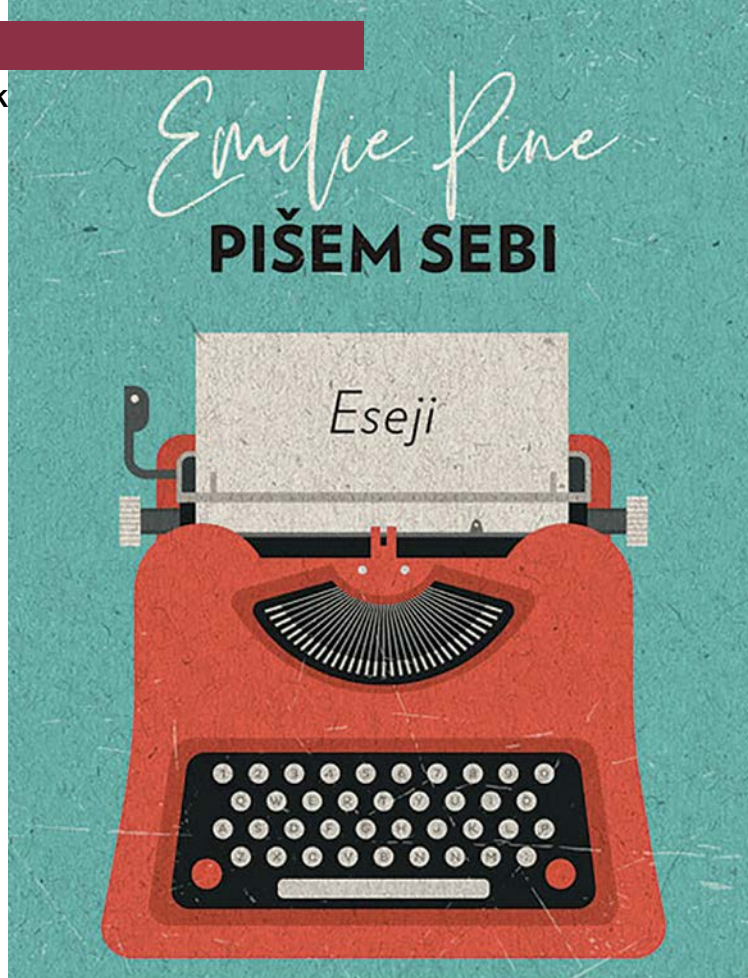
kadar smo intenzivneje zaposleni s kognitivnimi nalogami in kadar se napijemo. Skratka, ko razmišljamo o revščini je zelo pomembno v kakšnem stanju smo in tudi to, kakšna so naša temeljna prepričanja.

Spomnim se pogovora s sosedom pred časom, ko je vlada predlaga dvig socialne pomoči za okoli 30 evrov. Sosed je bental nad potuho države, menda je bilo tako tudi na forumih, predvsem zato, ker se bosta socialna pomoč in minimalna plača precej približali. Kdo pa bo še delal, če bodo take socialne podpore? Omenil sem mu bivšega guvernerja Banke Slovenije, ki naj bi dobil okoli 80 tisoč evrov odpravnine, pa je opazka ostala brez odziva. Raje je še naprej udrihal čez brezposelne. Izračunal sem, da si bodo brezposelni lahko privoščili skoraj kilogram krompirja več na dan.

Postalo me je sram.

Orwel piše, da je revščina stanje, za katero si vedel, da te lahko slej kot prej doleti. Ko te doleti, pa je vse popolnoma drugače in izjemno suhoparno. Prva stvar, ki jo odkriješ, je nenavadna nizkost revščine. Kar naenkrat se notranje preobraziš, pojavi se čudna nesramnost, besno stiskaštvo in brskanje po ostankih. Takšen način življenja s seboj prinese posebno obliko molčečnosti.





Spremna beseda v knjigi pravi, da knjiga govori o tistih nevidnih čustvenih motnjah in bolečinah, za katere naša družba še vedno nima ustreznega jezika. Avtorica z iskrenostjo in brez pomilovanja piše o stvareh, ki jih mirno lahko uvrstimo med tabuje (odraslih?), nekateri imajo korenine že v otroštvu in mladostništvu.

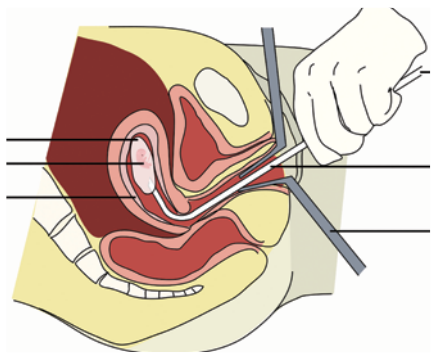
ALKOHOLIZEM

Najprej se dotakne očetovega alkoholizma, razpada družine in nezanimanja očeta za družino. To ji pusti psihične posledice, soočanje s preživetjem ... Zgovorne so njene misli: »Težko je ljubiti zasvojenca. Ni le praktično težko, ko pobiraš za njim in urejaš tiste vidike življenja, ki jih ni sposoben sam, tudi metafizično je težko. Počutiš se, kakor da bi treščila v zid, pa ne le z glavo, marveč z vsem svojim bitjem. Srce ti otrdi. Ujeta med neskončnimi ultimati (prenehaj piti) in osnovno sprejetostjo (rada te imam, ne glede na ...), oseba, ki ljubi zasvojenca, izčrpava in obnavlja svojo ljubezen na dnevni osnovi. Potrebna so bila leta, v katerih sem spoznala, da prizadevam zgolj sebe.«



NEPLODNOST/SPONTANI SPLAV

Prevzema jo žalost zaradi neplodnosti in dejstva, da nikoli ne bo mati. Leta svobode, ko smo mladi, ko si ustvarjamo osnovno eksistenco; služba - napredovanja, primeren partner, materialna varnost. Leta letijo ... Vmes je lahko tudi trpinčenje ob vprašanju, ali si sploh želimo otrok. Debata za in proti. Tehtanje svobode proti vdanosti, sebičnosti proti brezpogojni ljubezni, utrujenost v očeh, izjemen obseg čustev ... Spoznanje, da si želi tovrstne ljubezni. Nemara prepozno, na pragu štiridesetega leta. Ko spozna, da so v mesecu le po trije plodni dnevi. Spoznanje, da je čas za otroka »zajebano« kratek. Spoznavanje menstrualnega cikla, ovulacije, opazovanje cervikalne sluzi (ni sluzi, preveč sluzi, »popolna sluz« ...). Nato pride veselje -



zanositev in kaj hitro žalost – spontani splav. In nazadnje spoznanje, da je neplodnost posebna vrsta osamljenosti. Umetna oploditev? Pri koncu tridesetih let je možnost le nekje 20 %. Sledi soočanje z žalostjo. Takole piše: »Lahko se trudim imeti otroka in sem mesec za mesecem neuspešna in nesrečna. Ali pa se ne trudim imeti otroka in nisem neuspešna. Celotno število otrok, ki sem jih imela, ostaja v obeh primerih enako, velika, debela ničla. Toda izid je popolnoma drugačen. Izberem srečo. Ta sreča ni popolna, ni neboleča. V sebi nosi žalost. Zaradi tega je le še močnejša.«

GOVORITA/NE GOVORITA (LOČITEV)

Spominja se trenutka, ko sta ji starša povedala, da se razhajata. Veselje, nič več kreganja. In potem njeni novi spomini: selitev, menjavanje šol, finančne stiske, odsotna mama, ki služi denar za preživetje.

Kaj pa spomini staršev? Kako je bilo imeti moža, ženo, zakon, in nato ne več? Kako je bilo ležati ob nekem, in nato ne več? Kako je bilo biti dvojica, in nato ne več? Niti eden ne, temveč polovica razdrte dvojice?

In ko starša sploh ne govorita več med seboj? Takrat postaneš njun posrednik. In se moraš sam dogovoriti za datum, kraj in čas obiska. In ko ti oče izroči pismo za »tisto prasico« in ga moraš dati mami. In potem mama vzame pismo, joče, ti se pa obtožuješ. In ko narediš kaj narobe in ti mama z najbolj neprijaznim glasom pove, da si prav tak kot oče; in se spet obtožuješ. Ko starša po dolgih letih molka (začela sta govoriti zaradi družinske tragedije) spet začneta govoriti, pride do novega vala čustev. Kako je mogoče, da se vsa prizadetost, bolečina in grenkoba spremenita v nič? Kako lahko človek vse to prenaša, tolikšno žolčnost, na koncu pa se nihče od njiju ne opraviči otroku? Posebej ji je nerodno, ko pogleda okoli sebe in vidi, da se drugi ne zdijo tako obremenjeni z odraščanjem kot ona. Imeti ločene starše je postalo tako normalno, da je nekako pretirano dramatično označevati odtujenost staršev kot nekaj izjemno motečega. Domneva, da občuti minorne bolečine iz otroštva bolj, kot bi jih naj.



KRI/MENSTRUACIJA

Menstrualna kri, nosečniška, splavljena kri, perimenopavzna kri ... Kri, ki lije iz žensk, kri, v kateri se namakajo ... Kri, zaradi katere smo zaskrbljene, če je dolgo ni, jezne, ko pride, posebej ob nepravem času. Madeži, oh ti nebodigatreba madeži ... Tlačenje pobeljenega bombaža v vagino, podlaganja spodnjega perila, lepljenja nočnih vložkov »s praktično/nepraktičnimi krilci« v upanju, da kri ne bo pricurljala na sveže oprane rjuhe.

Prva menstruacija, ko se naenkrat zavedaš notranjega, lastnega koledarja. In kljub temu trenutki, ko nas preseneti ...

Je kri pri ženski umazana? Nam »ženska higiena« ne govori ravno tega? Higienski izdelki za naša nehigienska telesa.

Pravzaprav je menstrualna kri tako umazana, da se je ne sme nikoli pokazati. Oglasi za tampone in vložke dokazujejo njihovo



vpojnost s svetlo modro tekočino, ki snažno teče iz laboratorijske čaše. Sporočilo lahko dojemamo, kot da je kri nedoločljiva in je ne gre razkazovati. Avtorica ugotavlja, da so nekateri vidiki krvavenja še v feminističnih krogih lahko tabu. Nek slogan pravi takole: Ženska zmore vse, kar zmore moški, in to med krvavenjem. Pa res zmoremo? Včasih nas hormoni preplavijo, zadenejo in nas nato pustijo čisto usahle. Včasih se prepogibamo od bolečine. Včasih nas že ob misli, da bi morali dlje časa stati, obide slabost. Takrat nismo ravno neke feministične junakinje, ampak bi najrajši zlezle nazaj v posteljo. Avtorica je mnenja, da ni večjega tabuja pri soočanju z menstrualno krvjo kot takrat, ko smo goli, goli z moškim. In spoznanje, da si moški ravno ne želijo deliti menstrualne krvi. In ko se z menstrualno krvjo sprijaznimo, spoprijateljimo, ponotranjimo, naenkrat izgine. In če nas je bilo sram, ko smo jo dobile, se ti občutki lahko podeseterijo, ko začne usihati. Kako občutijo ženske naenkrat odsotnost krvi? Kako suho je, kar je bilo nekoč mokro. Kako je tisto, kar je bilo živo rdeče, zdaj rjavkasto in sploh izgine. Kako drugače diši, kako po starem diši. In PMS znake

zamenjajo novi, čisto nepredvidljivi znaki, še hujši, in jih je potrebno na novo spoznavati.

Ob tej priložnosti se dotakne še ženske dlakavosti. Še en tabu... Ženske smo odlično izurjene v obredih ocenjevanja svojega telesa. Pogledamo ženske okoli sebe, pogledamo sebe in primerjamo. Smo enake, smo boljše, smo slabše? Avtorici se negativno primerjanje z drugimi najpogosteje pojavi, ko pogleda dlake na svojem telesu. Razcepljenost med zavzemanjem za sprejetje ženske poraščenosti in željo, da tudi ona ne izstopam, se z britjem prilagaja novodobnim estetskim kriterijem. V današnjem času metroseksualcev je verjetno tudi moškim težko. Neobrite dlake žensko delajo drugačno – to je dejstvo. In mnenje, da je odstranjevanje dlak lahko sadistično, dolgotrajno in je visok davek za ženske, sploh ni pomembno. Šteje le to, da si videti čudaški, če ga ne plačuješ v celoti.

NORA NAJSTNIŠKA LETA V NORI, RAZBITI DRUŽINI

Še zadnji tabu, s katerim se sooča, je davek nesrečnega otroštva. Najprej težave s hrano, prehranjevanjem. Odkrije, da je nadarjena za lakoto. In to postane zmaga nad šibkostjo in zaradi tega je stradanje še slajše. Ob tem, da ni jedla, se je počutila čisto, lahko in močno! In potem pride še novo obdobje v življenju, ko se kot najstnica zave, kako deluje njeno telo na druge. S tem so se ji odkrivali novi načini izrabljanja telesa za nove vrste čustvenega poplačila. Hrepenenje po tem, da je kul.

Ugotovila je, da takrat, ko pri fantih vzbudi telesno poželenje, znova občuti tisti zgodnji občutek zmagoslavja in lahkotnosti, ki jo je prej zaznamoval, ko ni jedla. Tako se je odprlo obdobje promiskuitete, špricanja šole, svet drog, ponočevanje, klubi, koncerti, festivali, spektakularni videz. Ne enem od festivalov ji je nek zanemarjen tip rekel, da jo lahko pelje za oder, kjer bo spoznala Nirvano. Pustila je za sabo sposojen šotor, spalko, ni bilo časa, da se poslovijo od prijateljic, s katerimi je prišla. Naenkrat je stala ob Kurtu Cobainu ob pultu. Pil je, kar je bilo videti kot gin s tonikom, in kadil lahke cigarete. Odmahnila je nad njim kot nad ničetom, se obrnila proč in raje sledila zanemarjenemu tipu v cenen hotel. Na tisti točki je bila zgled podivjanega otroka. Resnično prepričana, da je neprebojna. In celo nekaj časa je uspela živeti svojo deviantnost, ne da bi v šoli kdo opazil. Že res, da je bila na zgodnji podzemni videti kot okrušek prekrokane noči, vendar je bila na šolskem zboru v predpisani bluzi in krilu podobna vsem drugim učenkam. Dokler ni začela špricati šole tudi po nekaj tednov skupaj. Ko se sedaj ozira nazaj, osuplo ugotavlja, kako mlada in ranljiva je bila, skupaj s tesnimi prijateljicami. Vse so imele težave, ena je bila dislektična, drugo je zlorabljal oče. Toda nihče ni posredoval. Mogoče so bile res videti vsevedne, toda v resnici so bile tako nedolžne. Potrebovale so pomoč, zaščito in ne to, da se jih je kar pustilo.

Nikomur ni mogla reči »osamljena sem« ali »nesrečna sem«, ker je to bilo v njeni glavi povezano z »nič nisem vredna«.

Ubesediti strahove je bilo čustveno nemogoče.

In kaj jo je rešilo? Saj je danes izredna profesorica moderne drame na Irski univerzi v Dublinu in redno objavlja članke v strokovnih revijah. Za tole zbirko esejev pa je leta 2018 prejela *The Butler Literary Award*.

Vpisala se je k uram kreativnega pisanja in bila po dolgem času deležna pohvale. Na nek način jo je rešilo izobraževanje. Opravila je zaključne izpite, bila sprejeta na Irsko univerzo, kjer se je naposled počutila kot doma. In začela igrati novo igro vklapljanja s pretvarjanjem preteklosti. Študij je postal nov nadzor nad njenim življenjem. S tem se ji je zmanjšala tudi potreba po nadzorovanju prehranjevanja. Kljub temu se še danes ne more soočiti z lastnim telesom - živi brez tehtnice in ogledala v naravni velikosti.

In kaj je bilo narobe z njo? Bila je ves čas samo osamljena, nesrečna in izgubljena. Samo to. In v zrelih letih je ugotovila, da samo dvakrat posiljena. V mladosti tega ni tako doživela, pojasnjevala si ju je kot neogibni posledici svojih dejanj in življenjskega sloga. Danes ve, da so bile vibracije, ki jih je oddajala, zgolj mladost, ranljivost in ženskost. Samo to.

In kasneje je postala nesojena mama splavljenega otroka, neplodna, a z vsaj za silo spravljeno družino, ozdravljenim očetom, brez kesanja, kaj ji je povzročil. In sestra mlajši sestri, ki je bila enako prizadeta kot ona in je stanje obvladovala na čisto drugačen način. Bila je najprijaznejša oseba, čustveno odprta, čisto nasprotje nje. Kljub temu sta obe potrebovali isto; neko obljubo brezpogojne ljubezni, varnost, ki sta jo na koncu dobili druga od druge. Mogoče malo prepozno ...

In zaključek? Danes si želi, da ne bi kadila, uživala drog, se tako nevarno zapijala, bežala, izgubila nedolžnosti pri trinajstih. Toda pod vsemi temi pobožnimi željami se sprašuje, bi bila danes stabilnejša, srečnejša, varnejša ... Če bi lahko objela mlajšo sebe, bi ji povedala, da ve, da je sama, da se počuti izgubljeno, ničvredno. In bi ji zagotovila, da je v njej nekaj, nekaj osupljivega, nekaj vrednega ljubezni, nekaj posebnega, nekaj lepega, nekaj krhkega, nekaj močnega, nekaj, za kar se je vredno boriti. Imejte to v mislih, objemite se danes, da vam čez dvajset let ne bo žal in vas bo to doživljenjsko preganjalo.



TABUIZIRANA DRUŽBA

In tabuji, s katerimi se sooča danes kot izobražena, feministična, zrela ženska? Pri svojih študentih s tišino, strahom, da tvegajo s svojim mišljenjem, da se oglasijo z notranjim jazom. Skratka z molkom. Posebej študentke, ker so bolj nagnjene k podcenjevanju svojega dela.

V krogu moških kolegov pa se sooča z ležernim seksizmom. Ki se kaže kot kritiziranje, preglasitev, ignoranca. Opredelijo jo kot feministko. In njena reakcija? Umik. Pokloni niso pravi pokloni, so tudi takojšnja degradacija.

Empatija, ko odkrije svojo antipatijo čustev v službi, ko prepozna svoje prepričanje, da čustva (imeti jih, kazati, govoriti o njih) niso le znak ženskosti, temveč znak šibkosti. In da te jemljejo intelektualno resnejšo jih moraš zatajiti. Ali res? Pri tem se sooči z lastnim seksizmom. Kajti lastnosti, ki jih na splošno povezujemo z materinstvom; ljubezen in podpora, empatija in nega ..., se v družbi ravno ne povezuje z uspešnostjo pri delu. Ali res nič ne štejejo?

In še večna vsečnost. Ženske naj bi bile vsečne ... Ženske si želijo ugajati ... Deležne smo kritike, kadar ne ugajamo zadosti ... Ugotavlja, da danes to velja tudi za moške, sploh pri karierni lestvici. Vsečnost je danes nerazločljiva od lestvice ugleda, od lestvice, koliko si vseč delodajalcu. Za tem se seveda skriva princip; več kot naredimo, opravimo, kar si ljudje nad nami želijo, bolj smo cenjeni. Toda več kot naredimo, več si nato želijo, da naredimo. In naenkrat lahko postanemo deloholiki. Kot omenjena avtorica. In nova stopnička nas pripelje do depresije, posebej takrat, ko nas hkrati spremljajo družinski problemi (ona se je v tem času soočala s tem, da ne bo mati). Zato je delala še več in s tem prikrivala depresijo. In sistem (telesni/psihični) začne seveda razpadati. In vedno se rodi kaj novega. Pozitivnega/negativnega? Pri njej se je rodila ta knjiga in spoznanja, ki si jih je končno upala zapisati in povedati na glas.

GREMO V DOM STAREJŠIH OBČANOV ...

KAJ PA, ČE KDO UMRE?

V dijaškem domu že nekaj let spodbujamo prostovoljstvo pri mladih skozi različne aktivnosti (med njimi tudi vsem znana akcija Božička vsem). Prostovoljsko delo je delo, ki ga posameznik po svoji svobodni volji opravlja v dobro drugih ali v splošno korist. Ena od oblik, ki jo podpiramo v dijaškem domu, je družabništvo starejšim osebam. Vendar imajo dijaki zadržke pri tem, da bi redno obiskovali starostnike, saj tudi doma nimajo veliko stika s starejšimi. Starejše osebe tretje in četrto življenjsko obdobje vse pogosteje preživljajo v domovih za starejše, v varovanih stanovanjih in v drugih oblikah oskrbe.

Ko sem se pogovarjala z dijaki, zakaj se ne odločijo za prostovoljstvo v domu starejših občanov, sem dobila odgovor, da se bojijo, da bi tam kdo umrl. Starost je tabu. Smrt je tabu. V času, ko se struktura prebivalstva stara, prepad med mladimi in starimi postaja vse večji. Tako rojstvo kot smrt sta se prestavila v institucije, stran od oči. Še pred desetletji je bilo življenje razumljeno celovito, med generacijami pa je veljala medsebojna solidarnost, ki je koristila vsem. Danes so ideali - mladost, lepota in zdravje, staranje pa je nemalokrat razumljeno kot bolezen. Storitnostno naravnana družba ustvarja podobo starejših kot odvisnih, pozabljivih, krhkih, neproduktivnih in nesamostojnih posameznikov. Taki stereotipi o starosti v družbi ustvarjajo splošen negativen odnos do starosti, ki ga prevzamejo tudi mladi. Zato ni čudno, da mladi vidijo domove za starejše kot hiralnice, kjer ljudje samo čakajo na smrt. Pa so domovi vse prej kot to.

Te poglede lahko spremenimo predvsem z medgeneracijskim spoznavanjem in sodelovanjem. Zato smo se odločili, da s harmoniko odidemo v Dom starejših občanov Ljubljana Bežigrad in stanovalcem popestrimo dan. Anže in Žan (ja, združili smo moči z DD Tabor) sta igrala vse; od počasnih valčkov do poskočnih polk. Stanovalci so navdušeno ploskali po vsaki pesmi, kmalu pa sta se dva gospoda opogumila in nas dekleti, prosila za ples. Ob koncu obiska smo bili navdušeni vsi. Z druženjem sta zagotovo pridobili obe generaciji. Skupaj smo ugotovili, da je starost davek za dolgo življenje, smrt pa le njena neizbežna posledica. Da jo je lažje sprejeti, je potrebno živeti polno življenje. Ob koncu našega srečanja je gospod Vinko namenil misel vsem bralcem Cenzure: "Uživajte, dokler ste mladi!"



Praznina.
 Napolni praznino.
 Ne, pusti ji, da raste.
 Ja, to je plan.
 Dovolj ji, da te prevzame.

Vzemi, pusti, vzemi.
 Ne. Pusti.
 Si močna. Upri se.
 Upri se skusnjavi.
 Upri se sebi.

Dan. Noč. Dan.
 Dnevi, tedni, meseci, leta...
 Čas mineva, medtem ko iščem smisel.
 Smisel življenja.
 Je vse skupaj vredno?

Gor, dol, gor, dol...
 5, 25, 150, 500...
 Stejem, medtem ko se mi pred očmi pojavlja črnina.
 Vse me boli.
 Dovolj imam.
 Ne. Vztrajati moram.

50, 45, 40, 15, 0.
 Jokam ob pogledu na tehtnico.
 Obup.
 Zalost.
 Cesta.

Leva, desna, leva.
 Tečem.
 Hitro, a prepočasi.
 150, 300, 500...
 Stevec v moji glavi se ne ustavi.

Dokončaj, kar si začela!
 Lahko zmagaš.
 Skoraj si že popolna.
 Sem res?
 Ne!

Škoduješ si.
 Perfektna si.
 Odnehaj.
 Kakšna je tvoja skrivnost?
 Umiraš!

Zgrudim se na tla.
 Boječka.
 Slabič.
 Bajsa.
 Na pomoč. Ne zmorem več. Črnina.

Piskanje, bip, bip, bip.
 32 udarcev na minuto.
 Tlak ekstremno nizek.
 .kalj skoraj na ničli.
 Umiram.
 Cevka.
 Zdravniki.
 Ekg.
 Diagnoza.
 Anoreksija.

Šok.
 Zame, zanjo, za vse.
 Če ne bi prišla bi umrla.
 Upanje.
 Ne, poraz.

Ne.
 Ne, ne, ne, ne. Jal
 Lahko se pozdravim.
 Močna sem.
 Upanje.

Pedopsihiatrični oddelek.
 Jok.
 Nemoč. Ne! Moč!
 Ugrizni, prežveči, pogoltni.
 Ponovi.

Zmagujem, zgubljam...
 Ne. Zmagujem.
 Ker sem perfektna.
 Ker sem močna.
 Ker sem jaz.

Anonimna



POTUJOČI TABUJI

Z besedo TABU sem se prvič srečala med študijem pri predmetu antropologije. Profesorica nam je razložila, da imajo različne kulture različne tabuje. Spomnim se, da nam je govorila o ljudstvu, ki verjame, da če stopimo na senco na tleh od neke osebe, ta oseba umre. Ta prepoved oz. tabu je v tej kulturi tako močan, da so ljudje v takih primerih res umirali.

Ta beseda ima več pomenov. V Wikipediji je razložena kot družbene ali religiozne navade, ki prepovedujejo ali omejujejo določene prakse, vedenja ali prepovedujejo asociacije z določenimi ljudmi, prostori ali predmeti. To so teme, vedenja, predmeti in prostori, ki povzročijo strah (bu) pri ljudeh.

Vsaka kultura ima svoje tabuje, ki pa se jih pogosto zavemo šele, ko jih nekdo prekrši ali pa ko pridemo v stik z drugo kulturo ali religijo. Vedno se vedemo po nekih vzorcih, ki smo se jih naučili v svoji kulturi, pa drugje ne veljajo. Sama sem največkrat naletela in se največ naučila o tabujih med svojimi potovanji in pri vstopanju v druge kulturne prostore.

Kot mlada popotnica se nisem zavedala razlik med kulturami. Lahko gre za male ali pa velike razlike v vsakodnevnih opravilih. Lahko gre samo za različne navade, v nekaterih primerih pa lahko z neprimernim vedenjem prestopiš mejo dovoljenega in s svojim vedenjem nevede zelo užališ pripadnike druge kulture ali religije. Naštela bi le nekaj primerov iz mojih lastnih izkušenj na potovanjih.

BRAZILIJA

V Braziliji je zelo prisotna afriška spiritualna praksa Candomble. Pripadniki te duhovne prakse puščajo na določenih svetih mestih hrano za duhove prednikov in božanstva narave. Ob plaži pod palmami sem videla zelo lepo okrašene krožnike s pecivom in hrano. Zanimalo me je, če je to namenjeno ljudem, ki so revni, in ali lahko vzamejo to hrano? Lastnik hostla mi je razložil, da je to daritev za duše prednikov in božanstva in tega se nihče pri zdravi pameti ne bi dotaknil, saj s tem nadse prikljče prekletstvo in nesrečo.



BOSNA IN HERCEGOVINA

Ob obisku Mostarja sem na povabilo prodajalca s kolegom vstopila v prodajalno lepih pisanih preprog. Gospod je bil zelo prijazen in se predstavil po imenu ter tudi naju vprašal po imenih. Kolega je povedal svoje ime in mu dal roko. Jaz sem naredila enako, stegnila roko proti njemu, gospod pa je samo v zadregi pogledal v tla in se mi rahlo priklonil. Nisem razumela in sem debelo gledala vanj. Prodajalec je nadaljeval pogovor s kolegom, jaz pa sem ves čas razmišljala, kaj sem naredila narobe, malce užaljena, ker se prodajalec ni želel rokovati tudi z mano. V Sloveniji bi bilo to označeno kot nevljudno dejanje. Glede na zelo vljudno komunikacijo prodajalca s kolegom sem razumela, da je prodajalec zelo uglajen gospod in da je v njihovi kulturi verjetno neprimerno, da se moški rokuje z žensko. Potem mi je bilo malce nerodno, da sem njegovo dejanje tako na hitro označila za nespoštljivo, saj sem bila pravzaprav jaz nespoštljiva, ker se nisem prej pozanimala za navade v neki kulturi, v katero sem vstopala.



GRČIJA

Ob obisku ortodoksne cerkvice nam je gospa pred cerkvijo ponudila dolgo krilo in ruto za čez lase. Jaz sem ji želela reči, da *ne hvala*, da jaz nisem verna. Itak me je vedno motilo, da bi se morala prilagajati cerkvenim pravilom. Vendar nas je vodič opomnil, da bi bil vstop v cerkvico v kratkih hlačah in z odkrito glavo skrajno nespoštljivo dejanje. Takrat sem enostavno iz uporniškega stališča počakala pred cerkvico v kratkih hlačah in brez rute.

Kasneje sem malo razmislila, kaj je sploh namen potovanja, če imam namen vztrajati pri svojih pravih obnašanja in se nisem pripravljena prilagoditi, učiti tudi kaj o drugih kulturah in se naučiti spoštovanja drugačnosti.



AVSTRALIJA



Za pripadnike avstralskih domačinov –Aboriginov je popolnoma nesprejemljivo, da se kaže fotografije pokojnih ljudi. Včasih je veljalo, da jih sploh ne smeš fotografirati, saj s tem ukradeš njihovo dušo in lahko umrejo. Sedaj pa velja, da se ne sme objavljati posnetkov ali fotografij pokojnih prednikov. Prav tako se ni dovoljeno kopati v nekaterih vodnih zajetjih, kjer oni izvajajo svoje svete obrede. To ja največja skrunitev njihove kulture in njihovega prostora.

BURKINA FASO

Določena območja, kjer pripadniki animizma izvajajo svoje obrede, so za vse ostale tabu. V primeru, da oseba, ki ni pripadnica njihove duhovne prakse, prekrši ta tabu, ga lahko doleti huda nesreča ali pa celo smrt.



INDIJA

V Indiji prevladuje vera Hinduizem. V tej religiji so krave svete živali in se jih ne ubija. Prav tako pripadniki te vere ne jedo mesa, ne pijejo alkohola niti ne kadijo tobaka. Ker sem vegetarijanka, mi je to čisto odgovarjalo, tisti del s kajenjem pa mi je povzročal kar nekaj težav. Prav tako sem bila presenečena, da si moški in ženske, tudi poročeni, v javnosti ne izkazujejo naklonjenosti z držanjem za roke ali objemanjem in poljubljanjem. Vidiš pa na ulici moške, ki se držijo za roke, čeprav niso istospolno usmerjeni. To je bolj sprejemljivo, kot če bi se na ulici za roke držali s svojim dekletom.



> **Rock-on!**
In Italy, Brazil, Columbia, Spain and Portugal it means your wife is cheating on you



> **Thumbs up**
In Latin America, West Africa, Iran, Iraq, Afghanistan and Bangladesh it is insulting and means 'up yours'

> **Come closer**
In the Philippines it is offensive and is reserved for dogs



> **'A-OK'**
In Brazil, if turned upside down it is a rude gesture, equivalent of showing the middle finger

> **The 'V' sign**
While meaning peace in the USA that's not the case in Australia, UK, Ireland and New Zealand where the 'V' sign is a rude gesture signifying contempt



> **Talk to the hand!**
In Africa, Pakistan and Greece it is also insulting, but suggests you will rub dirt in their face



Skratka. Pred vsakim potovanjem vam iskreno svetujem, da se pozanimате o navadah in prepovedih v neki kulturi, saj vam bo to prihranilo marsikatero nevšečnost na vaši poti. Če bi potegnila črto pod vsemi temi in tudi drugimi izkušnjami s tabuji, bi lahko rekla, da se v večini kultur tabuji nanašajo na področja spolnosti, razlik med spoloma, religijo in psihične ter druge bolezni. Ponekod pa tudi na zgodovino.

Preko spoznavanja tabujev v drugih kulturah pa sem ozavestila tudi tabuje v slovenski kulturi. Prav tako pa se odločam za potovanja v kulturne prostore, kjer so mi njihovi tabuji vsaj do določene mere sprejemljivi.

Miti in stereotipi o živalih

Netopir



NETOPIRJI SO SLEPI: Imajo majhne oči, nikakor pa niso slepi. Poleg tega so opremljeni z eholokacijo, kar pomeni, da oddajajo nevidne valove.

NETOPIRJI SE ZAPLETAJO LJUDEM V LASE: Zaradi ultrazvoka prepoznajo majhne ovire, zato ni mogoče, da bi se komurkoli zapletali v lase.

NETOPIR – ZNANILEC ZLA: Ker so nočne živali, ljudje pa so se bali teme, v številnih kulturah veljajo za znanilce zla. Na primer na Kitajskem pa veljajo za simbol sreče.

NETOPIRJI PIJEJO ČLOVEŠKO KRI: Samo tri vrste dejansko pijejo živalsko kri. Nahajajo se v Južni in Srednji Ameriki.

NETOPIRJI SO LETEČE MIŠI: So edini sesalci, ki lahko letijo (in to celo vzvratno), zato imajo malo skupnega z mišmi.

NETPIRJI SO ŠKODLJIVCI: Nasprotno, so koristne živali. Večina jih lovi nadležne žuželke in druge škodljivce.

Medved



POZOR! MEDVED! So plahi! Ko zavohajo človeka, se najraje skrijejo. Če se postavi na zadnje noge, te noče napasti.

ČE TI JE ZA PETAMI, SPLEZAJ NA DREVO!

Nekatere vrste medvedov plezajo bolje kot plezalci. Raje se umirite, počasi odmaknite od kraja srečanja. Pomaga pa tudi govoriti z globokim, umirjenim glasom, da ugotovi, da ste človek.

MEDVEDI POZIMI TRDNO SPIJO: Jeseni veliko jejo, se debelijo, poiščejo brlog in spijo. Njihovi življenjski procesi so enaki kot poleti. Kadarkoli pozimi se lahko zbudijo, si poiščejo hrano in gredo spet spat.

MEDVEDI NISO DOBRI TEKACI: Tečejo hitreje kot ljudje. Tečejo tako hitro kot konji, poleg tega pa so še neutrudni.

MEDVEDOM JE VŠEČ OKUS PO MEDU: Radi jedo med, a pohrustajo ga s čebelami, ličinkami in satovjem vred. So vsejedci, poleg mesa jedo še travo, koreninice in različne jagode.

MEDVEDI SLABO VIDIJO: Njihov vid ni tako slab, vidijo vsaj tako dobro kot človek. Imajo pa odličen voh, vonjave lahko zaznajo z razdalje sedmih kilometrov.

Osel



OSLI SO NEUMNE ŽIVALI: Če bi bili osli grozovito neumne živali, se ljudje ne bi tako dolgo zanašali nanje.

OSLI SO LENI: Zmorejo nositi težke tovore na dolge razdalje in po zahtevnih terenih, prenašajo ljudi in jim na

druge načine pomagajo olajšati delo.

TRMAST OSEL: O ja, to pa drži. Osel mirno opazuje okolico in razmišlja, kaj naj stori v nepričakovani situaciji. Dokler se osel ne odloči, ga tudi divji konji ne morejo odvreči proč.

OSLA SE NE DA TRENIRATI: Lahko se naučijo marsikaj. Razumejo tudi različne ukaze, potrebujejo samo dobrega in potrpežljivega vodnika.

BI MALO OSATA? V prvotni domovini oslov - v Afriki - so največkrat jedli trdo in ostro travo. So zadovoljni tudi s travo ali zeleno krmno, senom, veseli pa so tudi jabolk in korenja.



NOJI VTIKAJO GLAVO V PESEK: Do tega prepričanja je prišlo, ker se uležajo na tla, ko se čutijo v nevarnosti, in položijo svoj dolg vrat na tla. Od daleč res izgleda, kot da so vtaknili glavo pod zemljo.

NOJI SO NEUMNI: Imajo majhne možgane, ki so veliki približno kot oreh. To pomeni, da so manjši kot njegovo oko. Niso ravno geniji, popolni bebci pa tudi niso.

ČE IMAS PERJE, LAHKO LETIS: Noji ne morejo leteti, si pa s krili pomagajo pri ravnotežju, saj krila opravljajo nalogo krmila.

NOJI SO PLAHI: Noji imajo zelo dolge in močne noge, s katerimi lahko močno brčnejo. Tudi lev lahko dobi pošteno brco v zadnjico.

VIDIM TE ...: Imajo največje oči med kopenskimi živalmi in zaradi dolgega vratu precej dober pregled nad okolico.



HIJENE SO NEUMNE: V številnih primerih so pametnejše od šimpanzov. Lahko ocenijo število prihajajočih sovražnikov, presodijo ali jih lahko premagajo, ugotovijo kako priti do skrite hrane ...

REVE PRESTRAŠENE POČNEJO STRAHOPETNE REČI: Njihove zadnje noge so krajše od prednjih, zato lahko izgleda, kakor da čepijo in da se zaradi nečesa bojijo. Ampak napasti si upajo celo leva.

HIJENE SO V SORODU S PSI: Podobne so jim, niso pa v sorodu. Razlikujejo se po anatomiji, življenjskem slogu in domovini.

OD NJIH NI NOBENE KORISTI: V svojem okolju vzdržujejo naravno ravnovesje, čistost in zdravje. Z ljudmi lahko živijo v miru, če jim damo priložnost.

TATOVI IN MRHOVINARJI: So zelo sposobni lovci, tako da levi marsikdaj poskušajo hijenam vzeti njihov glavni obrok. **HIJENE SE VES ČAS SMEJEJO:** Zvoki, ki ga oddajajo, je samo podoben smehu, pravzaprav se tako pogovarjajo med seboj. Različni zvoki imajo različne pomenne - pozdrav, praznovanje ali opozorilo.

Pujs



SMRDIŠ KOT PUJS / PUJSI SO UMAZANI: Pujsi nimajo žlez znojnic in se ne morejo potiti. Poleg tega so zelo čisti, kakajo npr. vedno na istem mestu. V blatu se valjajo iz praktičnih razlogov, da se zaščitijo pred soncem, insekti in da se ohladijo.

IGRIVA PUJSA: So zelo pametne in igrive živali. Zaprti v hlevih žal nimajo te možnosti. Pravijo, da je njihov način razmišljanja in reševanja težav podoben triletnemu otroku.

DOBRI SO SAMO ZA HRANO: V Franciji jih recimo zaradi voha uporabljajo za iskanje tartufov, ki rastejo pod zemljo. Niso pa samo čakati lenuhi, ampak lahko tečejo zelo hitro, do 20 km/uro, divji prašiči pa celo 50 km/h.



PODGANE SO LAHKO TAKO VELIKE KOT

MAČKE: Mačke tehtajo med 3,5 in 4,5 kg, velikanska podgana pa doseže približno 1,5 kg.

PODGANE SO UMAZANE IN PRENAŠALKE

BOLEZNI: Na splošno so zelo čiste in se večkrat na dan umivajo. Če same ne dosežejo mesta umazanije na svojem telesu, jim pomaga druga. Za kugo sredi 14. stoletja so obdolžili podgane. Vendar je to samo delno res, krive so bile bolhe, ki so prenašale bakterije, povzročiteljice kuge.

NJIHOVI REPI SO NEPRIJETNI NA DOTIK:

Podganji rep je na dotik podoben človeški koži. Za podgane je zelo koristen, saj jim pomaga ohranjati telesno temperaturo in ravnotežje med plezanjem.

PODGANE NISO KORISTNE: Obstajajo posebne organizacije, ki so ugotovile, kako pametne so. Izurili so jih, da v Afriki iščejo mine. Tudi zdravniki in znanstveniki jih pogosto uporabljajo pri svojem delu. Udomačena siva podgana se precej razlikuje od divjih sorodnikov. Je zelo čista žival, nadvse inteligentna, radovedna in igriva. Obožuje svoje lastnike in se z njimi igra.

Volk



VELIKI ŽLOBNI VOLK / PRASTARI

SOVRAŽNIKI: To so predsodki. V resnici je zelo plaha žival. Lastnosti, ki jih ljudje cenijo pri psih, izvirajo iz volčjih lastnosti. Tako volkovi kot psi imajo ostre čute, se hitro učijo, lahko vzpostavijo odnose s svojimi vrstniki in z njimi sodelujejo.

NA SVETU JE VELIKO VOLKOV: Najdemo jih lahko res skoraj vsepovsod, ni jih pa veliko. Ta vrsta velja vsepovsod po svetu za ogroženo.

KRVOLOČNA BITJA / PLENILCI OD REPA DO

GLAVE: Volkovi so tako plašni, da tudi znanstveniki težko najdejo priložnost za njihovo opazovanje v naravnem okolju. So pa res izjemni plenilci. Da preživijo, potrebujejo vir hrane in prostor, kamor bodo skrili mladiče.

VOLK SAMOTAR: Volkovi imajo izdelan način komunikacije drug z drugim – ližejo se, masirajo ali tulijo. Poleg tega so zelo občutljivi ter skrbijo za svoje družine in ranjene kolege.

Morski pes



STRAH IN TREPET MORIJ: Gre za bitja, ki se zelo pozitivno odzivajo na to, če jih obravnavaš s spoštovanjem. Ne jejo ljudi, sploh pa ne v mirni in kristalno čisti vodi, kjer lahko dobro vidijo, kaj se dogaja.

BELI MORSKI PSI: Imajo najhujši sloves, lovijo kite, hobotnice, želve, včasih tudi pingvine. So izjemni lovci, ampak le redko se spravijo na ljudi.

VSI MORSKI PSI SO ENAKI: Nekateri so majhni, drugi ogromni, nekateri jedo meso, drugi se hranijo s planktonom. Tudi po obliki teles se močno razlikujejo.

NERODEN LOVEC: So res izjemni lovci, dosežejo lahko visoke hitrosti. Plen ulovijo tako, da hitro skočijo izpod površine. Njihov izjemni voh jim omogoča, da kapljico krvi zavohajo v 4,6 milijona litrov vode.

NAJVEČJA GROŽNJA MORSKIM PSOM:

Največja grožnja jim niso orke, ampak ljudje. Lovimo jih že več stoletij, posebej na vzhodu je cenjeno njihovo meso. So skoraj na robu izumrtja. Vsako leto se jih pobije med 63 in 273 milijonov.



SLAB SLOVES OD NEKDAJ: V starodavnem Egiptu so jih častili, mumificirali so jih in žalovali za njimi.

SIMBOL ZLA / PRINAŠA NESRECO: Od časov legend naprej so uživale slab sloves. Zakaj so povezane s čarovnicami? To izvira iz legende iz 19. stoletja, ki pripoveduje o očetu in sinu, ki sta se ponoči odpravila spat. Pred njima se je pojavila črna mačka. Pregnala sta jo s kamenjem in mačka se je zatekla v hišo domnevne čaravnice. Ko sta moška naletela na čarovnico, sta videla, da je pretepena, kot bi jo kdo kamenjal. Ljudje so prišli do zaključka, da se čaravnice ponoči spremenijo v mačke in prosto blodijo po deželi.

NIHČE NOČE CRNE MAČKE / STRAN S

PREDSODKI: To ne velja več! Danes imajo celo svoj praznik – 17. november.

Kača



VSE KAČE SO SLUZASTE IN STRUPENE:

Ravno nasprotno, njihova koža je na dotik suha, luskasta in čudovito gladka. Razlikujejo se med sabo po velikosti, barvi

ali načinu lova in niso vse strupene. Več vrst je nestrupenih kot strupenih.

KAČE SO ZLOBNA, MAŠČEVALNA BITJA:

Večina kač se raje odplazi proč od ljudi, kot da bi se jim približala. Napadejo le, če so prestrašene in izzvane.

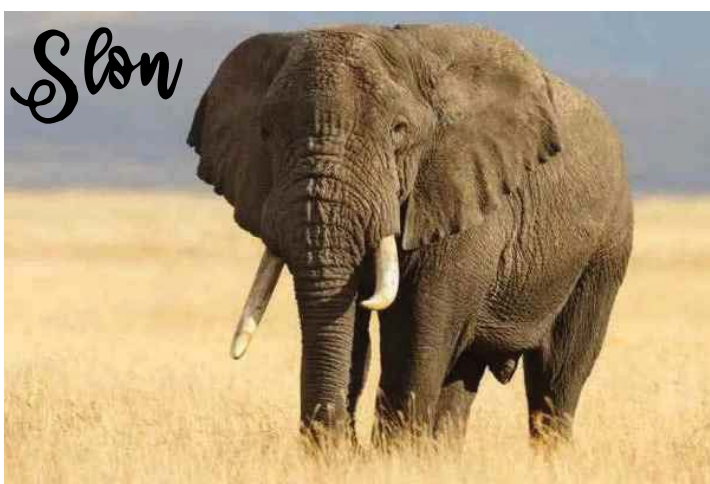
KAČE LAHKO HIPNOTIZIRAJO SVOJ PLEN:

Res lahko nepremično strmijo v neko točko, nimajo pa vek, kar pomeni, da ne morejo mežikati.

GLUHE KAKOR KAMEN: Kače nimajo ušes in ne morejo slišati zvokov. Vendar imajo notranji organ, s pomočjo katerega zaznavajo tresljaje. Omogoča jim izjemno orientacijo. Pravzaprav se kobra odziva na premikanje fakirjeve piščali, ne pa na zvok inštrumenta.

KAČJE TELO JE SAMO EN DOLG REP: Če bi imele kače samo glavo in rep, bi se zelo težko premikale.

A imajo suho telo brez nog, ki jim omogoča premikanje z odrivanjem od tal. Rep se začne tam, kjer se končajo rebra.



SLONI SE BOJIJO MIŠI: Ta mit izvira iz starega Rima, ko je nek mislec zapisal zgodbo, da lahko miši zlezejo v slonji rilec. Če bi se to res zgodilo, bi lahko slon pihnil žival ven.

SLONJI SPOMIN: Imajo izjemen spomin. Spomnijo se poti, kjer so hodili, in krajev, kjer so v preteklosti našli hrano. Ne prepoznajo le prijateljev, ampak tudi sovražnike. Imajo največje možgane med kopenskimi živalmi.

RILEC-SLAMICA: Vodo posrkajo v rilec in jo takoj pošljejo naravnost v usta. Rilec uporabljajo tudi za hlajenje.

VELIK; NERODEN: So največji kopenski sesalci, ki tečejo tudi 40 km/h in to lahko počnejo skoraj neslišno.

OKLI SO PODOBNI ČLOVESKIM ZOBEM: v resnici so podaljšani sekalci, ki rastejo vse slonje življenje in so lahko dolgi tudi 3,5 metra in nikoli ne izpadejo ali zrastejo nazaj. Sloni so žal cenjeni med divjimi lovci in so na robu izumrtja.

Ste strpni ali nestrpni?

V odnosu med neznanimi ljudmi je strpnost resničen izziv, še posebej, če do teh ljudi ne čutimo spoštovanja, zaupanja in ljubezni. Včasih se izkaže, da sta spoštovanje in strpnost na veliki preizkušnji, še posebej takrat, ko nas zaslepijo čustva ali nas prevzame egocentrizem. Verjetno je strpnost na preizkusu tudi po sobah dijaškega doma, posebej takrat, ko zjutraj čakate na kopalnico ali v jedilnici ne dobite hrane, ki bi si jo želeli. Zato odgovorite na spodnja vprašanja in si zabeležite točke pri vsakem izbranem odgovoru. Na koncu seštejte vse točke ter v razlagi spodaj preverite, v katero kategorijo strpnosti oz. nestrpnosti se uvrščate.

KAJ BI STORIL, ČE BI NA AVTOBUSU SREČAL ČLOVEKA BREZ ROKE?

- Vljudno bi mu odstopil sedež. **1**
- Pogledal bi vstran in se delal, da ga ne vidim. **5**
- Šokiran bi bil, da tak človek sploh uporablja avtobus. **3**
- Prestrašil bi se, da še sam ne ostanem brez roke. **7**

KAJ STORIŠ, KO NA ULICI SREČAŠ BERAČA, KI MILO PROSI ZA DENAR?

- Dobre volje se mu nasmehnem, ga pozdravim in mu dam 10€. **1**
- Nervozno odvihram mimo in mu od daleč vržem par kovancev. **3**
- Namenim mu grd pogled in ga za povrh še brcnem. **5**

KO »SKROLAŠ« PO INSTAGRAMU IN NALETIŠ NA SLIKO RES GRDEGA, DEBELEGA ČLOVEKA, KAJ SI MISLIŠ?

- Nad sliko sem navdušen, jo lajkam in jo še komentiram. **1**
- Sliko ignoriram in odskrolam naprej. **3**
- Sliko reportam kot neprimerno, skoraj pokličem policijo. **5**

ČE BI DOBIL CIMRA S POSEBNIMI POTREBAMI, KAJ BI STORIL?

- Bil bi ponosen, da imam to čast, da sem cimer najbolj aktualne osebe v domu. **1**
- Nenehno bi ga/jo ignoriral in zaničeval. **3**
- V sobi bi označil karanteno, po kateri se lahko giblje, za njim bi 3x razkužil kopalnico. **5**
- Takoj bi zahteval preselitev v drugo sobo. **7**

ALI MENIŠ, DA JE LAHKO NESTRPNOST NEVARNA?

- Ne, zakaj bi bilo nevarno, če enostavno ne maraš drugačnosti? **5**
- Da, saj lahko nekoga, ki je zaradi nestrpnosti tarča posmeha, psihično to zelo obremeni. **1**
- Včasih ja, včasih ne. Odvisno od situacije. **3**

ALI MISLIŠ, DA SO ČLOVEKOVE PRAVICE POVEZANE S STRPNOSTJO?

- Ja, to ima smisel. **1**
- Ne, kaj bluziš? **5**
- Vseeno mi je za oboje. **3**

ALI JE STRPNOST ZA NAS IZZIV?

- Da, tako spoznavamo novo kulturo, jezik, zgodovino. **1**
- Ne, strpen je lahko čisto sleherni otroček. **5**
- Odvisno s katero nogo vstanem iz postelje. **3**

ALI OBSTAJA POVEZAVA MED STRPNOSTJO IN SPOŠTOVANJEM?

- Ne, to sta čisto različni stvari. **5**
- Da, sta kot prijateljici, ki se držita za roke. **1**
- Morda, o tem še nisem razmišljal. **3**

ALI SE LAHKO STRPNOST RAZVIJE V LJUBEZEN?

- Sicer se meni še ni zgodilo, a verjamem, da se lahko. **3**
- WTF, kako je lahko to možno? **5**
- Da, še zlasti v primeru zgodovinsko, kulturno in versko različnih oseb. **1**

0 - 12 točk **TVOJ MORALNI KOMPAS JE PRAVILNO NARAVNAN**

Strpnost je tvoja resnična vrednota, ki te notranje zavezuje k spoštovanju. Strpen si tudi takrat, ko avtonomno presojaš o svojem delovanju in nisi podvržen nobeni prisili.

Strpnost predstavlja tvojo značajsko lastnost, ki je neposredno povezana z zmernostjo. Je sestavni del tvoje osebnosti, je trajna in ne pomeni enkratne odločitve in dejanja ...

Si potrpežljiv in umirjeni do soljudi, ki so mogoče popolnoma drugačni kot ti, drugačni ne le v mišljenju, ampak tudi po videzu, zgodovini in kulturi.



13 - 19 točk **IZGLEDEN DRŽAVLJAN**

Tvoja strpnost je pogojena z zunanjo prisilo ali pa si strpen zato, ker veš, da sam nimaš moči, da bi kar koli spremenil. Za svojimi odločitvami ne stojiš 100 % in bi se lahko v drugačnih situacijah tudi drugače odločil ali ostal neopredeljen.

Zavedaš se, da je strpnost danes družbeno močno povezana s človekovimi pravicami. Te narekujejo, da smo strpni in spoštujemo drugače misleče, drugače verujoče, druge rase, drug spol, druge generacije, predvsem pa je potrebno biti spoštljiv in strpen do vseh drugačnih.

20 - 29 točk **NAVIDEZNA STRPNOST**

Ceniš samo svoj ugled, pomembno ti je le, da te drugi vidijo v pravi luči. Zato je tvoja strpnost do drugih le navidezna, da ne bi slučajno deloval narobe. Zato se lahko hitro odločiš tudi za drugo skrajnost. To je pretirana strpnost, ki vodi v superiornost. Za probleme ranljive družbe ti je v osnovi bolj malo mar oz. se s tem sploh ne ukvarjaš.



30 - 38 točk **POMANJKLJIVA STRPNOST**

Včasih je tovrstna nestrpnost posledica neznanja (pomanjkanja vedenja) o določeni problematiki - recimo o motnjah v razvoju. Lahko smo premalo izobraženi ali informirani (npr. o učencih s sindromom ADHD - lahko si mislimo, da nas le provocirajo). Menimo lahko, da imajo neopravičene bonitete oz. prilagoditve v šoli, v resnici pa jih nujno potrebujejo, da lahko sploh preživijo v šolskem sistemu. Kot vse druge kreposti je tudi strpnost vrлина, zato se je lahko preko takšnih življenjskih izkušenj naučiš in jo ponotranjiš.

39 - 47 točk **NESTRPNOST**

Spadaš v skupino ljudi, ki niso pripravljeni sprejemati kakršne koli drugačnosti ali nanjo celo reagirajo na agresiven, zaničevalen, kaznovalen in podoben način. Tvoja nestrpnost izhaja iz prepričanja, da je lahko določena skupina ljudi, način življenja in razmišljanja ... superioren - večvreden ostalim. Odraža se lahko v obliki socialne antipatije, diskriminacije, nasilja ...

Zato se zamisli in poskušaj spremeniti svoje vzorce razmišljanja in delovanja. Strpnost v medosebnem odnosu raste skozi iskren pogovor, brez laži in prikrivanja.



Kaj je zate tabu tema?

“Nič, jaz sem zelo odprte glave.”

“Ljudje, ki ne podpirajo LGBTQ.”

“Osebne zadeve.”

“Spolnost, spolna usmerjenost, menstruacija.”

“Nič.”

“...da me prijatelji ne marajo.”

“Golota, tudi spolnost”

“Več se smejem.”

“Nič, ker smo dokaj odprta družba. Nimamo precej tabu tem.”

“Glih to je fora, da si vse povemo. V bistvu smo kot cimri v to prisiljeni”

“Jaz nimam tabu tem.”

“Spolnost za najstnike, posilstvo, katera regija je najboljša, ampak to samo v domu.”

“Sem odprte glave in se brez težav pogovarjam o vsem.”

“Spolnost.”

“Spolnost in LGBT, še posebej v družinah. Sicer pa o tem ne razmišljam veliko. Tak kot si - si, sprejemam drugačnost.”

“Depresija pri mladih. Zdi se mi, da ne povedo dovolj bližnjim, ki bi jim lahko svetovali. Dandanes se pogosto zgodi, da tudi bližnji ne znajo svetovati, ker so tudi sami zavrti.”

“Meni se ni problem pogovarjati o teh temah, vidim pa, da je pri ostalih ljudeh velik problem. Te teme so spolnost, LGBT tematika, begunci ... Drugi ljudje me precej grdo gledajo, ko povem, da se meni o tem ni problem pogovarjati..”

“Fantje..., kdo je komu všeč, sicer pa nič.”



Draga rešiteljica!

Pišem ti, ker sem popolnoma obupala. Obupala nad sabo in nad mojim življenjem. Najbolje, da kar razložim. Sem del LGBTQIA+ skupnosti in odkrivanje moje spolne usmerjenosti mi res, res ne gre. To sem začela ugotavljati še pred koncem 9. razreda, torej konec maja ali začetek junija 2019. Okoli mene so bili zmeraj ljudje, ki se o tem niso želeli pogovarjati, ker jim ta tema ni bila všeč ali pa so se je izogibali, ker niso zadosti vedeli o njej. Zaradi tega še zmeraj ne vem, kaj sploh sem, koliko stvari moram sploh še izvedeti. Muči me, ker veliko ljudi, ki jih poznam, že ve, kakšno spolno usmerjenost imajo in kaj bi radi počeli v življenju. In me muči, ker jaz še zmeraj tega ne vem. Imam željo, da bi se lahko s kom identificirala, našla meni podobne ljudi in se z njimi poistovetila ... Res me bega in skrbi, moja samozavest se je vrnila na nulo, občutek imam, da se me ostali izogibajo. Prosim, pomagaj!
Obupanka.

Draga obupanka!

Stvar s spolnim usmerjenjem je takšna: NIKOLI ne hiti s svojim raziskovanjem! Če hitiš, boš samo še bolj zmedena kot prej. Ker si zmedena, to še ne pomeni, da je nekaj s tabo narobe. Nekateri potrebujejo leta, da ugotovijo. Velikokrat se zgodi, da so ljudje v tej »questioning« fazi ali pa vidijo, da nobena izmed že »znanih« ali bolj pogostih orientacij ne opisuje njihove usmerjenosti.

Nekateri poskušajo z ustaljenimi oznakami, npr. gej, biseksualec, lezbijka ... in potem ugotovijo, da se ne morejo identificirati z nečim izmed naštetega in spremenijo oznako, in s tem ni nič narobe. Ni se ti treba »poistovetiti« samo z eno izmed oznak in čisto normalno je, če bo v prihodnosti ta oznaka drugačna.

Nekateri se spopadajo s »coming out« oz. razkrivanjem svoje spolne usmerjenosti drugim. To je proces, katerega prvi korak je razkrivanje samemu sebi. Torej, najprej mora nekdo sam pri sebi ugotoviti svojo spolno usmerjenost. Naslednji korak je, da se razkrije pred družino, prijatelji in ljudmi okoli sebe. Razkrivanje se ne zgodi samo enkrat. Večinoma ljudje mislijo, da si »straight« oz. heteroseksualec, torej je vse skupaj nekakšen konstanten proces razkrivanja. Iz izkušenj govorim, da gre lažje, ko se enkrat navadiš. Če pa misliš, da boš zaradi razkrivanja izgubila finančno podporo, streho nad glavo in ostale primarne stvari za življenje, ti svetujem, da se ne razkriješ, ker ti bo to samo škodovalo. Strah pred razkrivanjem osebe občutijo iz več razlogov; lahko so obkrožene s homofobnimi ljudmi, lahko jih je strah diskriminacije, ali pa pač še niso prepričane v svojo oznako in se ne želijo izpostavljati, preden bi to ugotovili.

Ti in samo ti si odgovorna za svoje razkrivanje. Nikoli ne smeš dovoliti, da te nekdo razkrije, preden si ti pripravljena na to. Samo ti se lahko odločiš, komu boš to razkrila, koliko ljudem boš zaupala. Če imaš seveda možnost, lahko obišeš tudi kak LGBTQIA+ krožek, če je kakšen v bližini.

Pogovor z osebo, ki ji najbolj zaupaš, ti lahko pomaga pri iskanju odgovora ...

VANESA RUPNIK & ANDREJA PODGORNİK PEVEC

Sva Vanesa in Andreja, dijakinji četrtega letnika dramsko – gledališke smeri na SVŠGUCL, in zagotavljava (ter se iskreno kesava pred vzgojiteljico Renato), da je to najin najbolj odlašan skupni članek, pa sva bili odvisni le druga od druge, pa še vsak dan se vidiva. Tudi ko nama gre najbolj za nohte (kot pri vsaki skupni predstavitvi v šoli npr.) in delava vse zadnji dan, kot večina dijakov, se odločiva, da ne bova upoštevali navodil in da intervjuja ne bova naredili. Ta naloga naju žal ni pritegnila in želeli sva narediti nekaj bolj zabavnega ter hkrati preizkusiti, koliko se poznavava, saj štejeva že četrto leto »cimerstva«. Zato sva se lotili zabavne igre dvajsetih vprašanj, katera so bila že vnaprej postavljena, in na vsako drugo vprašanje odgovorili druga za drugo, brez vednosti druge. Zanimivo je, da so se v nekaterih odgovorih pojavile skupne teme, spet druge pa sva le izkoristili za zafrkancijo.

Kaj naj bi po tvojem mnenju učili v šoli, a ne učijo?

Kako plačevati položnice, se ne izgubiti v mestu, iti na pravo trolo ...

Kaj želiš imeti napisano na nagrobnem kamnu?

»Tukaj leži mati Marjetke, Šipka in Lili. Mama, ki jih je zmeraj pustila ven brez povodca, spati v škatlah (in občasno v postelji), ki jih je skrbno hranila ob vikendih in jim predala svoje življenje.«

Čemu je po tvojem mnenju vredno posvetiti celo življenje?

Nečemu, kar te najbolj veseli, pa naj bo to petje, igra, vzgoja mačk ...

Česa naj bi starši nehali učiti svoje otroke?

Da imajo oni zmeraj prav in da morajo imeti zadnjo besedo. Včasih je treba tudi otroka poslušati in ga voditi ter mu ne vsiljevati odločitve, ki jih še ni pripravljen sprejeti.

Kako močno se spremeniš, ko ni nikogar okoli tebe?

Zelo, zelo, zelo. Šele ko sem sama, pride ven moj pravi jaz.

Koliko veš o svetu zunaj tvoje države?

Pa recimo, da sem si nekaj izkušenj že nabrala, saj sem obiskala kar nekaj krajev po Evropi. Kulturno so nekatera mesta precej drugačna od mest po Sloveniji, vsekakor to niso domače slovenske vasice (moja ljuba Idrijska Bela), ampak se vseeno v njih ne počutiš tako tuje, kot bi se najverjetneje na primer v kakšnih daljnih azijskih deželah. Ljubljana, pa bom rekla, ima še zmeraj prostor za večjo kulturno raznolikost. Ampak občudovati je treba tudi umetnost in zgodovino ter drugačnost drugih držav.

Katera knjiga/film je po tvojem mnenju precenjen?

Harry Potter (lol).

Zraven koga bi najraje sedela na 10-urnem letu z letalom?

Definitivno vabim na let vodjo kuhinje dijaškega doma, pa eno beležko



naj vzame s seboj, pa bova predebatirali opcije za vegetarijance in vegane.

Kateri dve stvari bi moral znati, ampak jih ne?

Vesa na športno vzgojnem kartonu oz. karkoli povezano z močjo v rokah in klekljati.

Kaj je nekaj, kar si storil, in si želiš, da ne bi?

Naj opozorim, da je moji cimri bilo to zelo všeč, tako da še zdaj misli, da je to najlepša barva las na svetu. Ampak jaz bi sigurno rekla, da obžalujem tisto ginger katastrofo iz drugega letnika. In pa tisti prvi članek za Cenzuro, zato ker moram zdaj zmeraj pisati intervjuje.

Kaj ljudje mislijo o tebi, čeprav to ni res?

Da sem tiha in zadržana oseba, čeprav to ni res. Znam biti glasna in nadležna že navsezgodaj zjutraj, medtem ko se moja cenjena cimra v tišini »štima«.

Kaj meniš, da je nekaj, česar se ne moreš naučiti, ampak se skozi življenje ...

Seks (sori, realno, pa če so že tema tabuji). Drugače pa najverjetneje imeti družino, pa klekljat oz. ročnih spretnosti.

Ali meniš, da je priročnost tehnologije vredna izgube zasebnosti, ki pride z njo?

Če bi bilo po moje, bi se najraje preselila nekam, kjer ni telefonov ali kakršnekoli tehnologije.

Kaj so posledice, da imajo ljudje dandanes vedno telefon na dosegu roke?

Tik Tok.

Kaj je tisto, pri čemer pomisliš »oj, kaj sem takrat mislila?«, ko pogledaš za nazaj?

Ko sem nosila pajkice v osnovni šoli.

Če bi se lahko vrnila v preteklost z vsemi izkušnjami in znanjem, ki ga imaš danes, kaj bi spremenila?

Ne pisati članka za Cenzuro zadnji dan, ko te mora vzgojiteljica Renata že grabiti za vrat. Skromno mnenje moje cimre pa je, da bi najprej morala preživeti celo življenje, da bi lahko potem gledala in spreminjala za nazaj, saj šele na koncu vidiš, da je dejansko bilo vse z razlogom. Pa ne vem, če imam kot srednješolka že dovolj izkušenj, da bi kaj spreminjala. Mogoče le to, da bi vedela, da se ni vredno sekirati za nekatere stvari. Če enkrat izpustiš domačo nalogo ali učenje, da se imaš fajn s cimri in prijatelji, ne bo glava bolela (mogoče ...).

Ali meniš, da je vredno žrtvovati eno življenje, če jih s tem rešiš deset?

Odvisno koga s tem rešiš. Včasih je treba gledati tudi na svojo korist.

Če bi morala v enem dnevu porabiti 100€, in bi bili vsi tvoji prijatelji zasedeni, kako bi jih porabila?

En Vegi wrap v McDonald's-u stane 3.5€. Če imam začetnih 100€, lahko kupim točno 28 Vegi wrapov in ostaneta mi še 2€, ki jih pospravim, da ne bom preveč zapravljala.

Kako uporabna bi bila v apokalipsi zombijev? Kakšne spretnosti imaš, ki bi lahko pomagale drugim pri preživetju?

Koristna bi bila verjetno samo zato, ker bi se prva predala in s tem ostalim priskrbela več časa, da se rešijo.

Če bi se lahko še enkrat rodila, kakšno narodnost bi izbrala, kateri spol in katero raso?

Mislím, fino bi bilo preizkusit vse ... Ampak mogoče bi se rodila na Norveškem. Recimo ... Spola ne bi zamenjala, mogoče samo za kakšen dan. Glede rase pa ... fer bi bilo občutit vse.



SPREJEMANJE je NAUČLJIVO



Sem Burja Podlesnik, dijakinja SVŠGUGL-a, smer sodobni ples. Tako umetnost kot ples predstavljata velik del mene. Lansko poletje sem v Španiji obiskala festival sodobnega plesa - Deltebre Dansa. Festival se je odvijal v Kataloniji, v malem mestu Deltebre, in je namenjen plesalcem, cirkusantom, gibalcem. Udeleženci so prihajali iz celega sveta, spoznala sem ljudi iz Avstralije, Nove Zelandije, Kanade, Kitajske ... vsega skupaj nas je bilo skoraj 200. V primerjavi z drugimi poletnimi plesnimi festivali velja Deltebre Dansa za enega bolj intimnih festivalov, zaradi manjšega števila udeležencev in lokacije, ki je resnično »bogu za hrbtom«. Festival je trajal 15 dni, znotraj tega pa je bil razdeljen na dva tedna različnih delavnic. Čez dan so potekale različne dejavnosti/delavnice, ob večerih pa smo si lahko ogledali plesne in cirkuške predstave. Poleg festivala samega me je zelo fasciniral odnos mesta Deltebre do

festivala. Vsak večer se je na predstavi zbralo v povprečju 800 ljudi. Številka me je zelo presenetila, saj se v Sloveniji, če ne gre za kakšen znan balet, ljudje po navadi ne grebejo za karte. Gledalci so bili vseh starosti, od najmlajših do najstarejših. Predstave jih zanimajo in po besedah organizatorja festivala (Roberta Olivijana) ljudje vsako leto vznemirjeno čakajo na festival. Povedal je, da sprva sodobni ples in predstave, ki so gostovale na festivalu, niso bile dobro sprejete med prebivalci mesta. V prvih letih je predstave obiskalo približno 100 ljudi. Številke pa so iz leta v leto naraščale. Ljudje se bojimo tega, kar ne poznamo in stvari ne moremo spoznati, če se z njimi ne soočimo. To je vidno pri prebivalcih mesta Deltebre. Ples so se naučili sprejeti in v njem uživati. V družbi prevladuje splošno mnenje, da je sodobni ples nekaj, kar je težko razložiti in kar je (prav tako kot umetnost) ljudem težko sprejeti. Česar ne razumemo, tega se bojimo. Bojimo

se drugačnosti, prekomerne iskrenosti, kritike. Vsi ti elementi se kot niti prepletajo skozi umetnost. Umetnost ustvarjamo zato, ker imamo skozi njo moč nekaj sporočiti, kaj skritizirati in se izraziti. Uveljavilo se je prepričanje, da moramo umetnost ali predstavo razumeti. Vendar vse plesne predstave ali različni performansi niso narejeni zato, da bi bili razumljeni, mogoče je bil prav njihov namen, da ostanejo nerazvozlani in tičijo v naših glavah, kjer je njihova interpretacija nemogoča. In to je namen gledanja, opazovanja; si ustvariti svojo sliko, interpretirati, v predstavi najti košček sebe ali samo pustiti, da občutek, ki smo ga dobili ob ogledu, preplavi naše telo. Sodobni ples je eden od tabujev današnje družbe. Tabuji kot sami izvirajo iz strahu, neodobranja nečesa, lahko so nezavedni, nezavedno naučeni. Sprejemanja se lahko namreč naučimo. Vse stvari, ki se jih bojimo, so del nas in mi smo tisti, ki lahko to spremenimo.



PARADA PONOSA 2019



Parada ponosa 2019 se je odvijala 22. junija v Ljubljani.

Tisti bralci, ki ne veste kaj to je, vam podajam kratko razlago. Parada je »dogodek, ki obeležuje kulturo LGBT in praznuje ponos skupnosti LGBT«. Torej, po domače, vsi LGBTQ+ imamo svojo zabavo, kjer lahko brez zadržkov pokažemo sebe in nam za vse ostalo ni mar. Če ste še vedno malo zmedeni, vam pa na kratko razložim kaj je to LGBT. To je skupnost gejev, lezbijk, biseksualcev in transspolnih oseb.

Zbor se je začel na Metelkovi, kjer smo se lahko med seboj spoznavali in družili, medtem ko smo čakali, da se »protestni pohod« začne. Ljudje so nosili transparente, zastave LGBTQ+, barve za obraz, v glavnem, vsi smo bili različni. Na SVŠGUGL smo imeli LGBT krožek in tam smo se odločili, da bi naredili nekaj skupnega za parado. Udeleženci krožka smo se odločili, da bi za parado naredili DIY (Do it yourself) majice, ki bi jih nosili na protestu. Kupili smo navadne bele majice in akrilno barvo ter čopiče. Vsak je svojo majico okrasil tako kot je želel.

Pohod ustaljeno poteka po ulicah Ljubljane; začne se na Metelkovi, konča pa se na Novem trgu v centru Ljubljane. Bilo je zelo zabavno, ker so na tovrnjakih predvajali glasbo, ljudje so plesali na njih in se zabavali. Mimoidoči so se ustavljali, nam trobili in mahali. Pričakovala sem, da bo več nasprotnikov in izgrediv.

Bila sem prijetno presenečena, saj sem od nekaterih prijateljev slišala grozne stvari. Ko smo prišli na Novi trg, je imel župan Zoran Jankovič nagovor in iz ljubljanskega gradu so spustili LGBT zastavo. Potem je imelo nagovore še veliko drugih ljudi, a se jih na žalost ne spomnim. Kmalu po uradnem delu se je začel »zabavni del«. Med nastopajočimi je bila Raiven, ki je že od prej znana kot velika podpornica skupnosti. Nastopala je tudi ženska vokalna skupina *Volk za njenimi očmi*, plesni nastop je imel *FaTsula*.

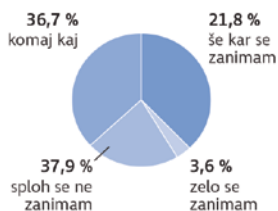
Moja izkušnja? Na kratko, zelo dobra. Res, odlična. Spoznala sem veliko dobrih ljudi, s katerimi sem še vedno v stikih. Parada mi je dala nov vpogled v svet in res sem zelo vesela, da sem del te skupnosti, čeprav nas ljudje še vedno ne podpirajo.

(Ne)zanimiv članek o politiki

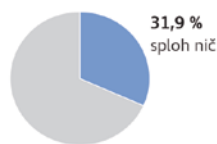
Ta članek bo kratek in jedrnat. Pa ne le zato, ker pišem tik pred rokom oddaje, temveč predvsem zaradi tega, ker sem se pogumno odločila pisati o temi, o kateri nimam blage veze. O politiki. Preden vsi obrnete liste, nagovarjam tiste, ki dejansko berete Cenzurine članke, da si odgovorite na naslednji vprašnji: Zakaj bi prebral članek o politiki? Ali bi me politika morala zanimati? Če ste na prvo vprašanje odgovorili z "ker me politika zanima", mirne volje preskočite članek, razen če ga seveda želite prebrati. Vsem tistim pa, ki spadate v (bolj verjetno) kategorijo dijakov, ki ste se komaj prebili do sem, pa še zmeraj ne veste zakaj ste tu, srčno svetujem nadaljnje branje. Še enkrat opozarjam, da o temi nimam pojma. Zato ne bom pametovala o slovenski ali tuji vladi, o političnih ureditvah ali o tem kje Pahor preživlja počitnice. Za začetek bom podala le odgovor na vprašanje št. 1. Članek o politiki bi moral prebrati zato, da bom s politiko na tekočem ter bom v pogovorih med vrstniki izpadel pametnejši. Saj ne, to je le manjša prednost. Resnica je sledeča. Najstniki mislimo, da se nas bo politika v naših letih dotaknila le preko socialnih omrežij, ko bomo gledali vse mogoče teme o Trumpu in Putinu, kasneje pa šele, ko bomo kot upokojenci gledali zjutraj dnevnik na RTV SLO in zvečer 24UR na POPTV. Ampak pozorno poslušajte, POLITIKA SE TIČE VSEH V VSAKEM TRENUTKU (say it louder for the people in the back!). Politika je ključni del zgodovine, sedanjosti

Mladih politika ne zanima, politike pa ne mladi*

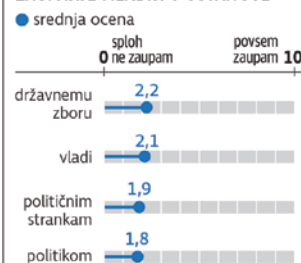
ZANIMANJE MLADIH ZA POLITIKO



KOLIKO POLITIKE ZANIMA, KAJ MISLIJO MLADI?



ZAUPANJE MLADIH V USTANOVE



DELO Raziskava Centra za raziskovanje javnega mnenja in množičnih komunikacij, 2014

* mladi med 15. in 30. letom starosti

in naše prihodnosti. Vse, kar nas obdaja, upravlja politika. Za vse, ne le za državne, temveč tudi za svetovne težave, je kriva krivična politika in tisti, ki o njej ne spregovorijo. In tukaj vam predstavljam odgovor na vprašanje št. 2. Ja, politika bi te morala zanimati! In ponavljam – nikar ne predvidevajte, da vsi, ki jih zanima politika, vsak dan vestno spremljajo 24ur, potem pa s časovnim zamikom gledajo še SVET na Kanalu A, ob prostem času na internetu berejo članke o Andreju Šišku in komunistični Kitajski. Z 'zanimanjem' za politiko želim poudariti samo tisti kanček pozornosti, ki bi ji ga morali nameniti čisto vsi. Biti pozoren kaj se dogaja tukaj in zdaj, se o tem pogovarjati med seboj, kdaj pa kdaj v roke vzeti Mladino. Ozavestiti dejstvo, da politika niso le zasedanja državnega zbora, ampak vojne, lakota, okoljska kriza, izkoriščanje delovne sile, begunska kriza, organiziranost šolskega in zdravstvenega sistema itd. Kot mladi (ali kmalu bodoči) volivci imamo možnost spreminjanja prihodnosti v našo korist. To sicer zveni nekoliko preveč optimistično in hkrati nerealno, ampak če bomo ostajali pasivni, prihodnost naše generacije ne bo v naših rokah, ampak jo bodo usmerjali ljudje, ki so svoj čas v politiki že imeli in so ga izkoristili tako, da so povzročali nelagodje in nepravilnost. Če ne bomo začeli s spremembami pri nas, val nikoli ne bo dosegel tistih, ki zaradi nepravilnosti trpijo tam, kamor naš pogled in misli včasih ne sežeta. Ni le stvar državnega

šolstva, naše varnosti in naše blaginje, ampak je to stvar svetovnega kova. Svet je nepravilčen že od nekdaj in to se je v zgodovini dotaknilo vseh ravno takrat, ko so bile svetovne krize, vojne. In z ignoranco, da se bo tam daleč nekje na drugem koncu sveta pa že vse uredilo, bomo na vratu kaj kmalu tudi mi začutili mravljinčenje. Generacijske razlike so privedle tudi do razlikovanja v političnem mnenju (ne jemljite to samo kot »ali ste levica ali desnica«, partizan ali domobranec, ampak npr. tudi kakšen je vaš pogled na svet in mnenje nasploh), kar je povsem normalno in predvidljivo. Že če pogledamo starejše generacije so se njihovi pogledi v ključnih obdobjih razlikovali, saj so se razlikovale njihove želje in potrebe. In tako je zmeraj med ljudmi. Vsak bo pač vlekel svoj konec vrvi. Že med nami in našimi starši so opazne razlike v mišljenju in ne zdi se mi sporno, da bi o tem tudi kdaj spregovorili. Normalno je, da kdaj ne razumemo motivov starejših in moramo se zavedati, da tudi oni ne bodo razumeli nas. In v tem primeru je ključna komunikacija. Ne se bati vprašati, če ne razumete mišljenja vaših staršev. In predvsem se ne bati povedati lastnega mnenja, če za njim stojite. Predvsem pa, če menite, da se (ne le vam) godi krivica, naj vas ne bo strah ali sram izraziti nezadovoljstvo. Če bomo začeli krivice pometati pod preprogo, se bodo pač kopičile tam.

Amerika s SVŠGUGL 2019

Na vzgojiteljski šoli se že nekaj let vrstijo ekskurzije v Združene države Amerike.

V šolskem letu 2017/2018 smo bili na zahodu Amerike, torej v Los Angelesu in San Franciscu. V šolskem letu 2018/2019 pa smo bili na vzhodu, v New Yorku, Washingtonu in Philadelphiji (mesto, ne sirni namaz ...).

Leteli smo iz Benetk v London in potem iz Londona na JFK v New Yorku.

Pennsylvania

V Pennsylvaniji smo si ogledali Amish Village, kjer smo obiskali muzej ter izvedeli več o življenju amišev. Po ogledu muzeja smo se odpravili v Harley Davidson Motor Company v Yorku, kjer smo si ogledali proizvodnjo. Na žalost nismo smeli fotografirati.

Arlington

V Arlingtonu smo si ogledali spomenik padlim marincem v bitki na Iwo Jimi. Tam smo si ogledali tudi slavno pokopališče Arlington National Cemetery, kjer je pokopan tudi bivši predsednik John F. Kennedy in njegova družina. Nacionalno pokopališče Arlington je ameriško vojaško pokopališče, ki je bilo ustanovljeno med ameriško državljansko vojno na posestvu Roberta E. Leeja.

Washington

Ogledali smo si Belo hišo, v kateri biva predsednik ZDA. Tam smo si ogledali tudi slavno kupolo in Kapitol, v katerem se zbere kongres. Na hitro smo si pogledali še obelisk, ki je bil postavljen v spomin Georgu Washingtonu. Tam smo si tudi ogledali različne muzeje, ki so slavni po vsem svetu. Po ogledu smo si na hitro pogledali Lincolnov memorial, ki je bil postavljen za Abrahama Lincolna, bivšega predsednika ZDA. Pogledali smo si tudi kip Martina Luthera Kinga, ki je bil ameriški baptistični duhovnik in borec za državljanske pravice. V Washingtonu so imeli avgusta leta 1963 »Marš na Washington za delo in svobodo«, ki ga je vodil Martin Luther King in imel svoj slavni govor »I have a dream«.

Philadelphia

V Philadelphii smo si ogledali Rockyjeve stopnice iz slavnega filma o Rockyju Balboii. Bili smo v Georgetownu, ki je zgodovinski kraj, znan iz ameriške revolucionarne vojne.



New York

V New Yorku smo si najprej ogledali parado ponosa, ki je takrat potekala v New Yorku. Po kratkem ogledu parade smo se napotili na Times Square ter si v prostem času ogledali znameniti trg. Naslednji dan smo se s trajektom odpravili na Staten Island. Na poti na Staten Island smo pluli mimo »Kipa svobode«. Po ogledu otoka smo se odpravili do spomenika World Trade Center, ki je najbolj znan po terorističnem napadu 11. 9. 2001. Po ogledu World Trade Centra smo se odpravili do Central Parka ter pozneje izkoristili preostanek prostega časa. Kmalu po tem smo se vrnil v hotel, spakirali in odšli na letališče.



Jasna Vahčič Lazarevič

TABUJI

Jean Cazeneuve v *Sociologiji obredja* pokaže, da tabuji "varujejo veljavni red pred slehernim napadom tistega, kar se izmika redu".

V razmišljanju, kaj pisati o tabujih, me skrbi, da ne bi zapadla v opisovanje klišejev, oziroma predsodkov. Kaj tabuji sploh so? Nekaj, o čemer ne moremo oziroma ne smemo govoriti? Nekaj, česar nas je strah in se temu raje izognemo? So tabuji spolnost ali pogovor o njej? Verjetno ne, saj je v literaturi veliko napisanega, predstavljenega, največja zahvala pa gre televiziji in predvsem filmom, ki nas dnevno osrečujejo z vročimi posnetki, ne glede na čas predvajanja.

Tabu je bilo nespodobno in žaljivo govorjenje na televiziji in pisanje v časopisu. Danes pa smo priča vsesplošnemu zmerjanju, žaljenju in obrekovanju. Beseda je vsak dan manj vredna, kot je govoril oglas za Telekom pred leti.

Še nedavno so bili mediji bolj zadržani pri prikazovanju nasilja v javnih medijih. Ne upam si trditi, da nasilja ni bilo v mladinskih filmih, upam pa trditi, da nikoli ni bilo tako dostopno, kot je zadnja desetletja z nasilnimi filmi, predvsem pa z računalniškimi igrami. Tako se nam nehote dviguje toleranca do nasilja.

Tudi drugačnost ni več tabu, mirno govorimo o istospolno usmerjenih, transseksualnosti, biseksualnosti in drugih. Seveda pa ne zanikam ob tem težav, da med posamezniki ne privrejo na dan razni predsodki, ki lahko marsikomu zagrenijo življenje. Lahko pa o tem govorimo.

Ne vem pa, če lahko govorimo odkrito o barvi kože. Spominjam se romana, naslov sem pozabila, tega, da polovico knjige nisem vedela, da je glavna oseba temnopolta, na polovici pa je omenjeno, da je obarvana, pa nisem pozabila. Rekli boste, da to za zgodbo ni pomembno, kar je res, vendar bi bilo za razumevanje dogodkov zaželeno.

Verjetno pa je smrt še vedno neke vrste tabu. O tem ne govorimo radi, težko nam je, strah nas je in ranljivi smo. Smrt je nekaj, kar je tako dokončnega, da tudi pogovor, sprejemanje in razumevanje ne more omiliti bolečine posameznika, ki se sooča s tem.

V to skupino bi vključila tudi bolezen. O marsikateri bolezni težko govorimo, težko govorimo s človekom, ki je neozdravljivo bolan, v zadregi smo, kaj bi bilo primerno izreči in podobno. Posamezniki, ki so bili okuženi z AIDS-om, tega niso omenjali v javnosti, ker so se bali obsojanja. Šele pred smrtjo so povedali za čim so boleli.

O tabujih bi lahko še veliko razmišljali. O teh, ki to niso več, o teh, ki ostajajo, in o teh, ki na novo nastajajo.

Vsaka družba in vsak posameznik jih oblikuje na svoj način, jih osmišlja v skladu s svojim svetom vrednot in definira glede na svoj življenjski prostor.



I.

What if I told you
About the flood in my mind
Filled with thoughts about blood
And no place to hide
Would you dare to go in
And offer me a hand
Even when I'd yell
That this has no end
That you should just leave
Because I never asked for help
Would you hold me close
And say I'm not all by myself
But i know I'm in this alone
And all you say is a lie
Because I'm stuck with this illness
Until the day I die

III.

It was September
And her face held a smile
But little did she know
It would be gone after a while
And when October came
Her smile faded
Because her world crushed down
When she thought she finally made it
But November was getting close
And she couldn't put a smile on
Since the girl she used to know
Was now completely gone
Then it was December
Which meant the year was ending
And she finally decided
That she should stop pretending
Because she hoped that when January came
She could rewrite her story
But if things took a different turn
She'd leave with a little note, saying sorry

Eva Batagelj Pinterič

ŽALOST, SPOŠTUJEM TE



V tej refleksiji bom govorila o tistih trenutkih, ko se po utrujajočem dnevu vrnem v sobo, zaprem vrata za seboj, sezujem čevlje in zakopljem obraz v blazino. O tistih trenutkih, ko odstranim masko z obraza in pustim, da čustva pridejo na dan. Žalost, jeza, utrujenost, anksioznost, obup, nemoč. O tistih trenutkih, ko se mi zdi življenje *Sizifovo delo* in se čutim prazno. Prepričana sem, da nisem edina, ki to doživlja, a naš ponos in naša družba, ki temelji na razumu, ne dovoljuje spodrseljavev, žalostnih obrazov in čustvenih izbruhov. Ti trenutki ne bi smeli biti razlog za sram, nehati se moramo skrivati za filtri in maskami ter spregovoriti o naših občutkih.

Čeprav se dandanes radi sprenevedamo in obregnemo ob dejstvo, da se naša družba pospešeno osvobaja tabujev, to še zdaleč ne drži. Menim, da največji tabu ostaja naše čustveno stanje. Izražanje čustev je v marsikaterem kontekstu predstavljeno kot pomanjkljivost in krhkost, kar pripomore k temu, da se posameznik še bolj zapre vase in pušča, da se čustva, zlasti negativna, kopičijo, kar na dolgi rok lahko vodi v razne psihične težave; agresiven čustven izbruh, osamljenost, nerazumljenost, asocialnost, anksioznost, panični napadi, anoreksija/bulimija, samopoškodovanje itd.

V današnjem času smo še obdani s socialnimi omrežji in reklamami, ki nas na vsakem koraku spominjajo, da moramo biti veseli. Živimo v obdobju imperativa sreče. Pravzaprav ni važno ali smo res srečni ali je to le površinsko veselje, važno je, da je na obrazu vidna krivulja navzgor. Naučili smo se skrivati za maskami, kar pripomore k temu, da se posamezniki v marsikateri okoliščini počutijo ogroženo, saj so

obdani le z nasmejanimi obrazy, v sebi pa doživljajo stisko. Čutijo se osamljeni v svojem boju. Zavedati se moramo, da vsak od nas v sebi verjetno doživlja čisto drugačne občutke od tistih, ki jih želi družbi prikazati skozi svoj videz. Menim, da je prav, da se do neke mere držimo družbenih pravil, a najhujši problem nastane, ko posameznik, zaradi pritiska in pričakovanj družbe, postane slep in gluha za svoja čustva. Naučili smo se pretvarjati in se tako intenzivno vpeljati v naše rutine, da smo se nehali ukvarjati s tem, kaj čutimo in kar se prebujata v nas. Današnja družba temelji na produktivnosti in zahteva od posameznikov, da stisnejo iz sebe vse kar imajo, in da iz svojega življenja naredijo nekaj, kar lahko pokažejo. Nekaj, kar se vidi in je predvsem družbi v korist. Nimamo pa se več časa posvetiti sebi, svojim skritim željam, potrebam, temu, kar nas notranje zadovoljuje. In zato lahko nastane žalost in tudi za žalost moramo biti opremljeni, jo znati prepoznati. Jokanje je žal znak krhkosti, ki v marsikom vzbuja občutke sramu in nelagodja.

Zdi se mi, da moramo narediti korak proti temu, da si upamo spregovoriti o naših najglobljih čustvih in če se dokopljemo do žalosti, jo moramo prepoznati in si jo upati izraziti. Če bi vsi prišli z besedo na dan, bi se med seboj bolje razumeli, do bližnjega bi bili bolj sočutni in bi na splošno lahko živeli bolj kvalitetna življenja. Ozavestiti moramo, da ni narobe preprosto reči: »Ne, zdaj ne morem, sem žalosten.« Priznati si moramo, da je življenje kompleksno in polno vzponov in padcev. Čeprav kdaj doživljamo čisto neracionalne in nepričakovane občutke žalosti, ne smemo tega potlačiti vase. Naučiti se moramo svoja čustva spoštovati in jim prisluhniti. Tudi tistim, ki so kriva za marsikateri grenak dan in slane solze. Tudi žalosti.

PROTI TOKU

Praskam s prsti
po razbitih koščkih ogledala
in lovim svoj odsev v njih.

Slišim zamahé kril mrtve ptice
in čutim solze hladne sape.

Ko se gledam,
se nikoli zares ne vidim.
Ne morem se.
Napačna sem.

Pripadam svetu,
v katerem se ne najdem,
skušam spremeniti osebo
v sebi, samo v sanjah še vedno
plešem proti toku in ne neham.

Kristina Savić

ZMAZEK

Kako ne opaziš,
ko pa ne bi mogla biti
bolj očitna.

Moja premica je vedno
bolj kriva.

Ne vem več, kaj naj
ti rečem, čeprav sem bila
vedno tiho.

V ogledalu vedno vidim le
razmazano senco.
Kaj sem v resnici?

Kristina Savić

Močna želja.
Strah pred neslišnostjo
in krik nad pomočjo,
se skrivata v postelja
imenovanem kraju,
kjer niti ptice ne pojo.

Tjaša Pegan



JOŽE RUČIGAJ

Dijaki, ali ste vedeli, da imamo v domu filozofski krožek? Kot študiranemu filozofu se vzgojitelju Jožetu zdi, da je krožek primeren prostor, kjer se lahko na odprt način pogleda na razna filozofska vprašanja. Krožek je potekal ob četrtkovih večerih (v knjižnici) in odprtih vrat vabil nove člane, da se mu pridružijo. Po končani fakulteti je devet let delal kot profesor filozofije, nato je nekaj let delal z mladostniki s posebnimi potrebami in se v letošnjem šolskem letu zaposlil kot vzgojitelj v DDB-ju. Jože Ručigaj je bil nov obraz v našem domu, ki bi se s tremi besedami opisal kot zelen, moder in rumen. Prosti čas rad preživlja z družino, bere knjige ter si pogosto umaže roke z delom na vrtu. V svojem razgibanem urniku vedno najde čas za zajtrk z otroki in oskrbo domačih živali. V novem letu si ni zadal posebnih zaobljub, se pa vseskozi trudi biti bolj prijazen.



Kako ste se znašli z dijaki, katerih prejšnji vzgojitelj je bil Primož?

Z moje strani se mi zdi, da sem se dokaj hitro ujel z njimi. Razumem, da imajo radi Primoža, saj je bil na nekaterih področjih bolj popustljiv kakor jaz in je zaradi tega, sploh na začetku, prišlo do nestrinjanj. Veliko sem se pogovarjal z njimi in zdi se

mi, da so naši odnosi sedaj boljši. Npr. povedali so mi, da se jim moje bujenje zdi preglasno, za kar nisem imel občutka, da je bilo. Na začetku sem vedno počakal, da mi kdo (glasno) odzdravi, saj mi je bilo tako naročeno. Sedaj tega ne počnem več.

Pisarno si delite z vzgojiteljico Mojco. Se posledično z njo bolje razumete kot z ostalimi vzgojitelji? Vam je dala/so vam vzgojitelji dali kakšne dobre nasvete?

Z njo se ne razumem nič bolje kakor z ostalimi, je pa res, da se zaradi skupne pisarne več pogovarjava in sva tako spletla trdnejše vezi. Trenutno se ne spomnim nobenih nasvetov ali posebnih trikov. Če česa ne vem, se preprosto pozanimam med sodelavci ali pa se pogovorim z dijaki. Dobra komunikacija je pomembna.

Letošnja tema Cenzure so tabuji, LGBTQ+ itd. Se vam zdi odnos med vzgojitelji in dijaki odprt ali je to bolj tabu razmerje? Zakaj mislite, da dijaki bolj zaupajo svojim sovrstnikom kot odraslim osebam? Komu pa vi najbolj zaupate?

Sam odnos se mi ne zdi tabu tema. Prav je, da se mladostniki pogovarjate z vrstniki. Težava nastane, ko mladostnik pride v stik s situacijo, ki je brez pomoči odrasle osebe ne more rešiti. Ne maram drezati v dijake, zato se mi zdi prav, da dijak sam pristopi do mene ter mi zaupa svoje probleme. Jaz osebno pa seveda najbolj zaupam svoji ženi.

Poroke med istospolnimi partnerji so med starejšimi generacijami pogosto slabo sprejete. Kaj pa se vam zdi? Bi znali pomagati dijaku, ki je zmeden glede svoje spolne usmerjenosti?

Poroke niso nikakršen problem, se pa malce »zalomi« pri posvojitvi otok med tovrstnimi partnerji. Presenečen sem, da vidim več predsodkov med mladostniki kot pa pri starejših generacijah. Da, skušal bi mu svetovati. Poleg tega pa bi mu ponudil varen prostor za odprt pogovor.

Kaj menite o razvrstitvi sob strogo na dekleta in fante? Se vam ne zdi, da se mogoče dijak, ki je istospolno usmerjen, počuti čudno v takšni sobi?

Jaz bi zaenkrat pustil sobe kakor so. Mogoče bi razvrstitev po spolni usmerjenosti delovala, vendar v tem vidim tudi nevarnost zlorabe. Za tovrstno razvrstitev bi bila potrebna velika mera previdnosti.



Zaključna misel o tabujih ...

Problem je, da je veliko stvari tabu, ampak jih ne prepoznamo.

PREDEN SE ZGODI



Spet ... Je sploh mogoče, da ta občutek nikoli ne izgine? O meni si boste spet mislili, da sem neumna, da nimam nič v glavi. Dokazala bom, da sem zmožna. Ja, tako je. To bom storila. AAAAAAAAAAAAA! Koga slepim? Dobro vem, da se ne bo nič spremenilo. Počutim se kot skala na dnu morja, kot sonce v temi. Vem, da je to, kar počnem, narobe, a ne morem nehati. Preveč sem srečna. Koliko sem že dosegla ... Ponujali so mi nešteto različnih stvari, pa sem vse spretno odvrčala. Vem, da starši mislijo, da sem zmešana. Da se mi bo utrgalo. Mama pogosto joče v sobi, češ, da bom umrla. Prosim lepo! Vse imam pod kontrolo! Mar vendar ne vidi, da sem srečnejša, lepša, boljša. Vsi me gledajo, ko grem mimo njih. Tudi on mi je rekel, da sem se spremenila. Slutim, da mu postajam všeč in glede na to, da se zame zanima, odkar sem začela s tem, vem, da sem na

pravi poti. Joj, kaj pa če vseeno ne delam prav? Čeprav sem lepša, se še vedno počutim kot ptica z zlepljenimi krili. Nekje globoko v sebi vem, da ni prav, kar počnem. Včasih, ko zaprem oči, obujam spomine iz otroštva. Takrat še nisem bila ptica z zlepljenimi krili. Zakaj se otroci nikoli ne obremenjujejo, jaz pa se sekiram za vsako malenkost? Zakaj se moja mlajša sestra brezskrbno baše s sladoledom in z raztrganimi kavbojkami skače po igrišču? Zakaj se z leti vse spremeni? Okej, fokus ... Pustimo preteklost, pomemben je trenutek, v katerem sem zdaj, trenutek sedanjosti. Kot sem že omenila, vem, da ne bo nič drugače. Ne ganejo me mamine solze, ne prizadene me očetova skrb. Preziram babičine kritike in ne menim se za tetine vzpodbudne besede. Nadaljevati moram s čimer sem začela, brez da bi kdo karkoli vedel o tem. Nočem, da bi me spet poslali

med vse te zdravnike, ki naj bi pomagali, vse kar počnejo pa je, da vate spravijo tonno kalorij, te silijo v brezupne pogovore in govorijo »vse bo v redu, tu smo zate«. Eno navadno sranje. Svet je itak pokvarjen, vseeno mi je, kaj se zgodi z mano. Zaradi mene lahko že jutri odidem na drugo stran. Nikakor pa si ne želim umreti debela. Mogoče moram v vse skupaj vložiti več truda? Moči mi zmanjkuje, ampak bom našla način, tako ali tako sem za vse sama. Ja, oddaljila sem se od ljudi, priznam. A kaj naj, če neprestano rinejo vame in mi vsiljujejo razne nasvete. Naj se zase brigajo! Marsikateri od sošolk ne bi škodilo izgubiti kilogram, ali dva, ali osem. Ah, kaj se sploh ukvarjam z njimi. Le ljubosumne so na to, kar sem dosegla jaz. Joj, spet sem odtavala. Fokus! Grem izbruhat kosilo, preden pride mama. Adijo.

POGOVOR Z ZAKLJUČNIMI LETNIKI: BLAŽ FRANK IN DAVID HRIBAR



Največji plusi Dijaškega doma Bežigrad Ljubljana so ...

Blaž: »Da imam blizu šolo. Vseč mi je, da smo fantje in dekleta v etažah pomešani in da imamo svoje kopalnice ... Ker ne vem, če bi se lahko še s trinajstimi lulčki pod istim tušem tuširal. (krohot)«

Katero kosilo iz doma imaš najraje?

David: »Sir za žar (smeh) in pico.«

Blaž: »Svaljke v sirovi omaki.«

Kateri spomin iz Dijaškega doma Bežigrad ti je najljubši?

David: »Veliko jih je ... Eni izmed najboljših, najlepših spominov so tisti, ko se vračaš 1. septembra oz. 31. avgusta nazaj v dom.«

Blaž: »To, da sem bil lahko dedek Mraz ... Ta izkušnja mi bo ostala v spominu.«

Česa si se naučil o sebi v preteklih štirih letih?

David: »Da sem samostojen ... in delaven ... in organiziran.«

Blaž: »Naučil sem se, da so me starši v redu vzgojili. In da sem bil eden redkih, ki je pospravljal posteljo – ampak pustimo to. In čeprav so mi vsi govorili, da bo živeti v dijaškem domu slabo (da si sam, da se moraš non stop učiti, slaba

hrana ...), sem se naučil živeti sam, stran od svojih.«

David, kateri naslov si si prislužil v DDB-ju?

David: »Naslov odgovornega dijaka.«

Kako si prišel do njega?

David: »Bil sem odličen v preteklih treh letnikih, (smeh) spoštujem domski red ... Sem predstavnik vzgojne skupine, udeležujem se sestankov domskega sklada oz. sem predstavnik dijakov, sem tudi predstavnik skupine za prehrano ... « (Ti pa si uspešen dijak! – A ne, da? Odgovoren.)

Kdo pa je tvoj najljubši cimer?

David: »Med cimri pa ne delamo razlik ... Odvisno od dneva.«

Kdo so tvoji najljubši sosedi iz etaže?

David: »Evelina in Tea, seveda. Za njima pa Žak.«

Blaž: »Moji najljubši sosedi so še iz časa prvega letnika ... Novincem, ki bodo na novo prišli, svetujem, naj sklenejo prijateljstva že takrat in jih obdržijo do konca. No, vsaj jaz sem jih. Torej, Evelina Pristovšek, Tea P. Breznik in tudi Zala Žnidaršič (slednja je

že šla na svoje ... izdajalka).«

Za kaj si hvaležen svoji vzgojiteljici Sari?

David: »Za podporo ... za pomoč pri matematiki, za pomoč pri čustvenih in psihičnih težavah, za prijateljstvo in spodbudne besede ... tudi za »zabijanje časa« (smeh).«

Blaž: »Zahvalil bi se za vse rešene matematične probleme. Zdi se mi, da s Saro nismo razvili le odnosa vzgojiteljica – dijak, ampak smo dobili tako zrelo sošolko ... (Kaj?) Vseč mi je, ker se razumemo kot sovrstniki in se z njo lahko pogovarjamo o vsem.«

Kaj bi sporočil prihodnjim generacijam, ki prihajajo v DDB?

David: (odgovora ni dovolil objaviti)

Blaž: »Naj ubogajo svoje vzgojitelje, naj se že na začetku navadijo šolskega dela in naj ne hodiyo v Ljubljano samo pit... Oziroma to samo občasno. V mejah normale. In pa naj ne kritizirajo kuhinje naokoli ... Ampak pri sebi.«

Od leve proti desni: Davidov in Blažev cimer Anže Boštjančič, avtorica članka Evelina Pristovšek, Blaž Frank, Evelinina cimra Tea P. Breznik in odgovorni dijak David Hribar.

POGOVOR MED ČLOVEKOM, ZLOM IN DUŠO

Nikoli nisem hotel oditi,
nikoli vpiti,
nikoli ubiti,
pa vendar plamen
vroč in goreč,
sovražen do mene,
do dna duše moreč,
izpustil me nikoli ne bo,
karkoli naj rečem,
dosegel sem dno.

Morje rdeče,
krvavo nebo,
ker kaplja za kapljo,
nalaga se zlo,
dušo le rani,
človeka ne ubrani,
globok in brezdANJI,
človek brezsrAMNI.

Skala neprebojna,
nepremagljiv ima zid,
neodpustljiv in brezsrčen,
vse spreobrne v svojo prid,
čast in slava
zamenja pretkanost in molk,
a sam se zaveda,
da duša terja svoj dolg.

Človek, ti človek,
ki izkoriščaš in delaš zlo,
ki ne skrbiš za druge,
ki skrbiš le za svoje telo,
ki trgaš brez sajenja,
ki vzameš, ne da bi dal,
ki zavidaš in opravljaš,
ki nikoli nisi sramu se bal.
Pomni moje besede,
kar delaj ti zlo,
toda ne bodi presenečen,
da zate doma ne bo.

Larissa Stepanova

SCARY, YET INTERESTING MENTAL DISORDERS



Alice in Wonderland Syndrome

Alice in Wonderland may be pure fantasy, but one of Alice's more bizarre experiences shares its characteristics with a scary mental disorder. Known also as Todd Syndrome, Alice in Wonderland Syndrome causes one's surroundings to appear distorted. Just as Alice grows too tall for the house, those suffering from Alice in Wonderland Syndrome will hear sounds either quieter or louder than they actually are, see objects larger or smaller than reality, and even lose sense of accurate velocity or textures. This terrifying disorder even perverts one's body image. Fortunately, Alice in Wonderland Syndrome is extremely rare, and in most cases affects those in their 20s who have a brain tumour or history of drug use.

Boanthropy

Those who suffer from the very rare, but quite scary, mental disorder believe they are cows, often going as far as to behave as such. Sometimes those with Boanthropy are even found in fields with cows, walking on all fours and chewing grass as if they were a true member of the herd. Those with Boanthropy do not seem to realize what they're doing when they act like a cow, leading researchers to believe that this odd mental disorder is brought on by dreams or even hypnotism.

Alien Hand Syndrome

Though it's often been used in terrifying plot twists, Alien Hand Syndrome is hardly limited to the fictional world. Those with this scary, but fortunately rare, mental disorder experience a complete loss of control of a hand or limb. The uncontrollable limb often seems to take on a mind and will of its own, and sufferers have reported their "alien" limb attempting to choke either themselves or others, ripping clothing, or scratching to the point of blood. Alien Hand Syndrome most often appears in patients with Alzheimer's Disease or Creutzfeldt-Jakob Disease, or as a result of brain surgery during which the brain's two hemispheres have been separated. Unfortunately, no cure exists for Alien Hand Syndrome, and those affected by it are often left to keep their hands constantly occupied or use their other hand to control the alien hand.

Dissociative Identity Disorder

Dissociative Identity Disorder (DID), known formerly as Multiple Personality Disorder, is a terrifying mental illness that is included in many movies and television shows but is extremely misunderstood. Very generally, the less than 1% of people who suffer from DID often have 2-3 different identities (and sometimes more). Sufferers routinely cycle through their personalities and can remain as one identity for hours or for years. They can switch identities at any time and without warning, and it's nearly impossible to convince someone with DID that they have it. For these reasons, those with Dissociative Identity Disorder are unable to live normal lives, and therefore usually live in psychiatric institutions.

Apotemnophilia

Known also as Body Integrity Disorder and Amputee Identity Disorder, Apotemnophilia is a neurological disorder characterized by the overwhelming desire to amputate or damage healthy parts of the body. Though not much is known about this strangely terrifying disorder, it is believed to be associated with damage to the right parietal lobe of the brain. Because most surgeons will not amputate healthy limbs upon request, some sufferers of Apotemnophilia feel forced to amputate on their own – a dangerous scenario. Of those who have had a limb removed by a doctor, most are reportedly happy with their decision even after the fact.





Ko inštruktorica dobi inštrukcije.



Analiza rezultatov.



Ali prav držim puško?

Streljanje
z zračno
puško,
24.9.2019



Kot prvo... streljati je potrebno naravnost.



Poravnani.



Daj mi že metke nazaj!



Boljši v poziranju kot streljanju.



Zadetek v slepo.



Mentor nekaj dvomi ...



Dijaki nismo tarča.



Tabuji v ddb

Vsaka skupščina, organizacija ali ustanova ima svoje tabuje in tudi Dijaški dom Bežigrad Ljubljana ni izjema. Izpostavili bova le nekaj najočitnejših, da spodbudiva tudi vaše razmišljanje v to smer.

Hrana

Bodimo iskreni. Nikomur od nas vihanje nosu ob pogledu na določene jedi ni tuje. Le pobrsajte po spominu in se spomnite trenutka, ko ste nazadnje na svojem krožniku zagledali sladkokislo omako v kombinaciji s kuskusom in pomislili: »O šit ..., a spet?«

Čeprav dijaki cenimo, da smo vedno preskrbljeni z različnimi variacijami mesa in krompirja, si od časa do časa želimo kaj drugega. Problem pa je v tem, da svojo težnjo po raznoliki prehrani zadržimo zase in se nato v sobi kujamo ob tolažbi z mercatorjevimi piškoti.

Parčki

Zagotovo prav vsak od nas pozna vsaj en parček, ki zgleda tako prikupno, da že samo ob pogledu nanj faše sladkorno. Teh golobčkov je v domu kar nekaj, čeprav se o njih ne govori prav dosti. Razlog za to je verjetno skrivanje pred vzgojitelji in pa preventivna zaščita pred trači.

Vzgojitelji

Vedno pogosteje se dogaja, da se dijaki čedalje manj pogovarjajo z vzgojitelji o svojih problemih. Ker adolescenti živimo v prepričanju, da nas nihče ne razume in da je ves svet obrnjen proti nam, pogosto pozabimo na dejstvo, da so bili tudi oni nekoč naših let in bi nam z veseljem prisluhnili. Morda pogovor s starejšim ne učinkuje pri vsakem od nas, a se to razlikuje od vsakega posameznika. Ni nujno, da boste skupaj takoj rešili vse probleme, ampak vas bo vzgojitelj znal vsaj usmeriti na pravo pot. Konec koncev so tu prav zato ... da nam svetujejo, nam pomagajo in nas podpirajo.



VTISI IZ OBDAROVANJA OTROK OB KONCU HUMANITARNE AKCIJE »BOŽIČKA VSEM«

Kot vsako leto smo dijaki v DDB-ju stopili skupaj in za otroke iz socialno ogroženih družin zbrali ogromno količino denarja, s katerim smo kupili božična darila za te otroke. Najprej smo jih v avli pričakali z bonboni, čokoladicami, mandarinami in sokovi; skratka z vsemi stvarmi, ki jih otroci obožujejo. Na njihovih obrazih so se pojavili nasmeški in takoj so se počutili bolj domače. Ko pa so dobili darila, so se zasvetile tudi njihove otroške oči. Videti tako veselje je neopisljivo.

Pia Primc - C4

KOT DIJAKINJA ČETRTEGA LETNIKA UPAM, DA BODO MLAJŠI DIJAKI IN NASLEDNJE GENERACIJE NADALJEVALI TO TRADICIJO IN S TEM VSAKO LETO RAZVESELILI STO OTROK IN JIM POLEPŠALI SPOMIN NA BOŽIC.

ANONIMNA

“Predstava za otroke se nama je zdela zelo dobro pripravljena in dobro odigrana. Tudi organizacija je bila dobra. Zdi se nama zelo pomembno, da dobijo nekaj tisti, ki zares nimajo, in obdarovanje je bilo zares dobrosrčno in izredno prijetno doživetje.”

Juni in Lana - C3

“Predstava je bila zanimiva, otrokom je bila všeč. Veseli so bili daril in menim, da smo jim polepšali praznike. Celoten program je dobro uspel.”

Rok - C4

“OBDAROVANJE OTROK MI JE BILO VŠEČ, SAJ IMAM ZELO RADA OTROKE, ŠE BOLJ PA MI JE BILO VŠEČ NJIHOVO ZADOVOLJSTVO OB PREJEMU DARIL. DRUGAČE PA SE MI JE VES DOGODEK ZDEL ZELO ZANIMIV. VŠEČ MI JE BILA TUDI PREDSTAVA.”

L.

“Najbolj mi je bilo všeč, ko smo se dijaki v dijaškem domu povezali in skupaj gledali, kako so bili otroci veseli in hvaležni za vsa lepa darila. Res so mi polepšali popoldan.”

Neja Baša - B4

“

Najlepše mi je bilo videti (in fotografirati), ko so otroci z vrečami daril odhajali ter se veselo pogovarjali o vsem, kar so danes videli in dobili.

”

Katka F. Slosar - B3

“

Obdarovanje je bilo polno pozitivne otroške energije, ki je napolnila jedilnico DDB-ja. Tako kot otroci smo se tudi božičkovi pomočniki imeli lepo, posebno zato, ker smo imeli opravičen izostanek od pouka.”

Tjaša Pegan - B3



ODBOJKARSKI TURNIR



Odbojkarški turnir DDB je letos potekal že sedmo leto zapored in znova pritegnil k sodelovanju ekipe iz prav vseh vzgojnih skupin. Tekmovanje je potekalo od začetka oktobra do prve srede v novembru (po ustaljenem tekmovalnem sistemu) in skupaj so dijaki odigrali kar 30 tekem. Celotno dogajanje je težko strniti v nekaj stavkov. Poleg včasih zahtevnega sestavljanja mešanih ekip po skupinah, usklajevanja in merjenja moči na igrišču, je bilo tudi veliko spontanega druženja in zabave. Odkrili smo precej novih odbojkarških talentov in se učili sodelovanja, tako na igrišču kot izven. S pomočjo odzivnosti in pripravljenosti dijakov smo s skupnimi močmi uspešno izpeljali ta organizacijsko zahteven in obsežen projekt. Posebna pohvala gre dijakom, ki so prevzemali različne naloge pri organizaciji; Tobias Susič Hosner, Nastja in Katja Stenshak ter Nino Martini za sojenje, Tara Vranič, Karin Mar in dekletom iz skupine A1 za pomoč pri semaforjih, Timei Štrukelj in Mija Škoberne za fotografiranje ter vsem ostalim, ki ste se vključevali priložnostno in z veseljem pomagali.

Kratek povzetek tekmovanja:

V A stavbi je bilo tudi letos pet ekip in le-te so bile precej izenačene; od desetih tekem predtekmovanja je bila polovica tekem dobljenih šele v tretjem setu; naprej sta se uvrstili ekipi A1, ki je dobila vse štiri tekme predtekmovanja, in pa ekipa A4, ki pa je bila po številu tekem izenačena z ekipo vzg. skupine A2, odločala je minimalna razlika v številu točk posameznih nizov. Iz C stavbe sta se uvrstili naprej ekipi C2 in C3, ki sta bili izenačeni po dobljenih tekmah. Iz B stavbe pa je bila v predtekmovanju najboljša ekipa vzg. skupine B1 (s tremi dobljenimi tekmami), naprej se je uvrstila še ekipa vzg. skupine B3 (z dvema dobljenima tekmama).

V finalnem delu so se med seboj pomerile ekipe A1, B1 in C3 v prvi tekmovalni skupini in ekipe C2, B3 in A4 v drugi. V prvi skupini je ekipa vzg. skupine A1 premagala ekipo B1 in C3 v dveh nizih, ekipa B1 pa ekipo C3 prav tako 2 : 0.

V drugi tekmovalni skupini je bila najboljša ekipa vzg. skupine A4, ki je premagala ekipo C2 in B3 z dvema dobljenima nizoma, ekipa B3 pa ekipo C2 s tremi.

Zelo zanimiv je bil tudi finalni obračun med ekipo vzg. skupine A1, s petimi dekleti in enim fantom, in ekipo vzg. skupine A4 s pretežno fantovsko zasedbo. Zmago je znova odločila povezanost in usklajenost ekipe, pri kateri je odigral odločilno vlogo kapetan Jona Žgur. Tudi v polfinalu je prišlo do presenečenja, ko je ekipa vzg. skupine B3 (s sposojeno igralko Katarino Gradnik) premagala favorita iz predtekmovanja, ekipo B1.

Končni izid je bil naslednji:

- 1. mesto: ekipa vzg. skupine A1**
- 2. mesto: ekipa vzg. skupine A4**
- 3. mesto: ekipa vzg. skupine B3**

Vtisi sodelujočih:

Jona: »Meni je bilo tako; prvo mi je najbolj važno, da smo se zabavali in se imeli fajn. Zelo sem bil presenečen nad številom sodelujočih in da so imeli vsi malo borbenega duha. Zelo sem ponosen na mojo ekipo, četudi so bile same punce, smo vseeno zmagali. Ja, in pizza je bila zelo dobra.«

»V odbojkarški ekipi sem bila že večkrat in letos mi je bilo posebej všeč vzdušje v naši ekipi. Glede na to, da smo bile večinoma punce, nisem pričakovala, da bomo tako dobri. Igrale smo sproščeno in vsaka izmed nas je lahko prišla do izraza. Jona nas je spodbujal tudi ob napakah in tako smo lahko dale vse od sebe. Kot ekipa smo se povezali, uživali in zabavali, kar je prineslo tudi končno zmago.« (Neža, A1)

»Tekme so bile zelo napete, bolj kot lani. Se mi zdi, da je bila v nekaterih skupinah tudi lepša igra in je bilo dobro za sodit. Turnir se mi zdi super priložnost, da se dijaki in dijakinje spoznajo med seboj.« (Tobias, B4)

»Letos mi je bilo posebej všeč zaradi odnosa v ekipi, kako smo se uspeli povezati, drugače kakor lansko leto, ko smo igrali bolj po parih, čeprav je bila ena ekipa. Odnos je bil odločilen, podpora in motivacija, da smo prišli tako daleč. Všeč mi je bilo tudi, da ni bilo nobenih sporov tudi z nasprotnimi ekipami.« (Tina, A1)

»Meni je bilo ekstra sodelovat, ker sem bil letos prvič v ekipi. Ugotovil sem, da sem srednje dober v igri, najboljši pa v moralni podpori in v navijanju.« (Alen, B1)





Na igrišču ...



... in na tribunah.



Team spirit ...

Odbojka
v DDB LJ



Zmagovalna ekipa A1.



Mohar ne izgublja živcev in nasmeha ... tudi ko je situacija brezupna.



Srčna in borbena ekipa A2.



Profesionalno ...



... in sproščeno sojenje.



Negotovost finalnega obračuna.

P.S.: Žal so fotografije predtekmovanja B stavbe čudežno izginile, zato nekaterih ekip B stavbe ne vidite ...

ODBOJKARSKI TURNIR



Skriti, skriti, skriti zaklad

Enaindvajsetega novembra 2019 smo se zbrali dijaki prvega letnika Dijaškega doma Bežigrad Ljubljana ter se podali na lov za skritim zakladom. Vzgojitelji so nas razdelili v skupine (iz vsake etaže pet dijakov), dali so nam navodila in pripravljeni smo bili na izzive.

Čakale so nas različne naloge, ki so potekale v vsakem kotičku dijaškega doma (glasbeni sobi, frizerskem salonu, zbornici, kuhinji), izkazati smo se morali v sposobnostih kot so: splošno znanje o domu, glasbeni posluš, peka palačink, gibalne sposobnosti ...

Pri vsaki postaji pa so nam starejši dijaki, ki so vodili dejavnost, dali od 1 do 5 točk, glede na našo izvedbo naloge. Ko smo naredili krog ter obiskali vsak kotiček doma, smo se zopet zbrali in vzgojitelji so prešteli naše osvojene točke. Najboljše tri skupine so dobile posebne nagrade, a tudi ostali niso ostali praznih rok. Vsak je dobil rolico wc papirja ter lep spomin na radoživo popoldne.

Ena od postaj je bila: KAJ VEM O DDB?

Napiši ime in priimek naše ravnateljice?

Popoln odgovor so dale naslednje skupine: C4, C3, A1/A3, B4, A4, A4/A5.

Kakšen je naslov našega doma?

Popoln odgovor so dale naslednje skupine: C4, C1, C3, A1/A3, B4, B1, A4.

Naštej 5 vrst odpadkov/smeti, ki jih v DDB zbiramo ločeno?

Vsi pravilni odgovori.

Naštej imena vsaj 5 vzgojiteljic v domu?

Številka 5 je bila brez dvoma previsoka. Dve do tri vzgojiteljice je še šlo, z izjemo vzg. skupine B4 ki je naštel vseh pet vzgojiteljic pravilno.

Kaj je bilo zadnji petek za večerjo?

Logika pri novincih dela, vsi so pravilno odgovorili.

Kakšna je barva zaves v jedilnici?

Mimo jo je pihnila samo ena skupina B4 z roza - rdečo barvo. Podmladek dobro opazuje.

Naštej imena vsaj treh varnostnikov?

Ups, noben pravilni odgovor. Res pa vse vzg. skupine, z eno izjemo, poznajo varnostnika Miha.

Napišite vsaj dva načina, kako spremeniš meni za kosilo!

Bravo, vsi pravilni odgovori. Lačni pa že ne boste.

V katerih štirih barvah je fasada DDB?

Odlično, spet vsi pravilni odgovori.

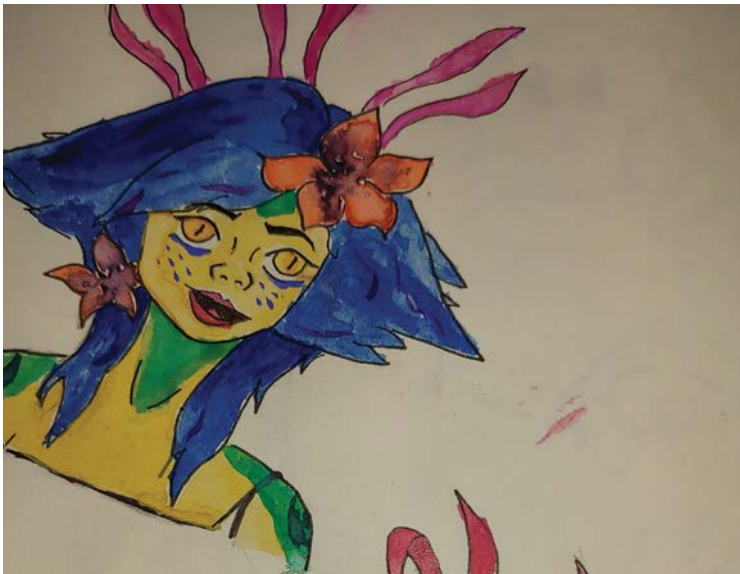


Ali prepoznate svojega vzgojitelja?



RISARSKI OPUS

Avtor: Primož Gramc



RAZBURLJIVA POT GLASBENE SKUPINE

TABU

Tabu je slovenska pop rock skupina, katere prvotni člani so bili: Nina Vodopivec (vokal), Primož Štorman (bobni), Tomaž Trop (kitara), Iztok Melanšek (bas kitara), Marjan Pader (akustična kitara) in Sandi Trojner (klaviature).

Skupina Tabu je bil ustanovljena maja 1998, ko so se združilo šest mladostnikov, ki so bili dejavni v lokalnih bendih. Združevala jih je ugotovitev, da je preveč nepotrebnih tabujev, in trdno so se odločili, da bodo nanje naredili invazijo z melodijo. Tabu je postal in ostal način življenja, za njih in mnoge v njihovi bližini.

Leta 2000 je skupina podpisala pogodbo z založbo Menart in izdala svoj prvi album »Tabu«, ki je skupino z megahiti (Dobra vila, Tabu, Lahko sem srce, Telegram, Adrenalin) izstrelil na vrh vseh lestvic in na velike odre. Lahko bi rekli, da je to možno zaradi njihove 110% energije, ki nikdar ne razočara publike.

Leta 2002 je založba Menart podelila skupini Tabu priznanje za odkritje leta, ki ga je skupina že naslednje leto upravičila z nominacijo za najboljšo rock ploščo leta, ter z Zlatim petelinom za debitanta leta. Istega leta je skupina

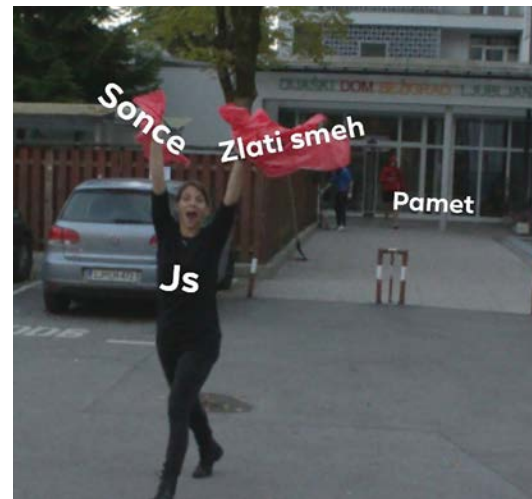
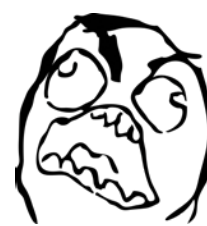
Tabu prejela tudi zlato ploščo za album Tabu. Svojo uspešno pot so nadaljevali s snemanjem svojega drugega studijskega albuma Male nore ideje, ki so ga posneli v Mostarju. Tudi iz tega albuma se je izcedilo veliko uspešnic, kot so Angel, Divje, Ocean, Poljub v srce in ostale.

V naslednjih nekaj letih so nagrade in nominacije kar padale. Dobili so zlato ploščo za album Male nore ideje, trikratno nominacijo za Viktorija uspešnosti, Platinasto ploščo, trikratno nominacijo na SFR-ju (Slovenski radijski festival). Posneli so tudi tretji album, snemanje četrtega pa so preložili, zaradi težav z glasom pevke Nine. Soglasno so zavrnilo približno 120 kandidat, ki so se prijavile na avdicijo za novo pevko skupine, in se odločili za Tino, s katero so posneli še četrti album z naslovom 42. Leta 2009 izide pesem Poljubljena, ki obnori Slovenijo in postane najbolj predvajana pesem na radijskih postajah v letih 2011 in 2012. Junija 2013 Tabu podpiše pogodbo z vodilno svetovno glasbeno založbo Universal Music Group in plod sodelovanja je kmalu slišen in viden v singlu Hvala za Ribe (slika 1), ki je bil preveden tudi v angleški jezik.

Angleška verzija skladbe Hvala za ribe (Thanks for the fish) doživi premiero v Avstriji, na Hrvaškem, Bosni in Hercegovini ter v Srbiji. Konec marca 2014 podeli MTV Adria v Zagrebu skupini Tabu »MTV video play GOLD award«, nagrado za enega največkrat predvajanih videospotov v letu 2013. Svoja dela delijo s svojimi oboževalci na številnih turnejah in koncertih. Jeseni 2014 so se vse pogosteje kazala nesoglasja med pevko Tino in ostalimi člani skupine. Tina je zaradi nepremostljivih razlik v razmišljanju o delovanju benda in vse večje želje po samostojnih projektih sporazumno zapustila Tabu. Kot zamenjava pride v skupino Eva Elena Beus, s katero od leta 2016 zagotavljajo prepoznavnost po vsej Sloveniji. Sledile so priprave za koncertno turnejo 2018 (ob praznovanju 20. obletnice delovanja) (slika 2). Maja 2018 Tabu izda album, ki ga poimenuje »Tabu - vse najlepše - 20 let«. Maja 2018 se prične največja koncertna turneja od nastanka skupine. Za njih se tukaj zgodba še ne konča, saj hitro plezajo po lestvicah prepoznavnosti na slovenski in tuji sceni.



DDB MEMES



RAZBIJANJE TABUJEV V SKLOPU RODITELJSKEGA SESTANKA V DIJAŠKEM DOMU

V nedeljo, 19. 1. 2020, nas je v sklopu roditeljskega sestanka obiskala predavateljica Anja Baš, ki je tudi pevka, avtorica glasbe, pisateljica, a je izdala tudi knjigo z naslovom Lačna življenja. Tema pogovora je bila »Preventivno delovanje za preprečitev motenj hranjenja in krepitev pozitivne samopodobe pri mladih«.

Ob vzgojiteljih se je nabralo lepo število staršev in tudi nekaj dijakov in dijakinj. Skupna nam je bila tišina in odmaknjenost v lastne svetove, ko nam je predavateljica brez zadrege opisovala svoje stiske, družinsko situacijo in svojo bolezen - motnjo hranjenja - bulimijo, ki je v družbi še vedno na robu tabujev.

Če ste predavanje zamudili, si lahko v naši knjižnici izposodite njeno knjigo. S predavateljico smo bili dogovorjeni še za intervju, a ga žal nismo dobili. Ker je bila v pozni nosečnosti, jo je verjetno prehitel dojenček.



