



Č l o v e č n o s t *je edini način našega preživetja*

Dr. Anica Mikuš Kos, pediatriinja, otroška psihiatrinja in humanitarka, je živa priča poguma in empatije, ki ju premore ženska, ki se je posvetila otrokom in družinam v stiski, sprva kot zdravnica, specialistka, kot direktorica Svetovalnega centra za otroke, mladostnike in starše, v času balkanskih vojn pa begunskim otrokom z območij nekdanje Jugoslavije.

Svoje znanje in ideje o psihosocialni pomoči otrokom, žrtvam vojnega in povojnega nasilja, je s seminarji ponešla na krizna območja: na Kosovo, v Čečenijo, Ingušetijo, Severno Osetijo, Moldavijo, Afganistan, Pakistan in Belorusijo. Kot otrok je občutila vojno, videla grozote, a srečala tudi nesebične ljudi, ki so ji pomagali preživeti. Človečnost je vedno prisotna, pravi iz lastnih izkušenj. Ne izgubi se niti v najbolj grozovitih in ekstremnih okoliščinah, ki jih doživljamo ljudje. V naših srcih namreč obstaja ogromen kapital – notranja želja po sočutju, pomoči in skrbi za druge, ki dokazuje, da je človečnost del človeške narave. Pred nekaj dnevi se je vrnila iz Moldavije, kjer je pri svojih 88 letih opravila še eno humanitarno misijo. V zadnjih letih zelo redko potuje proti zahodni Evropi na kako konferenco ali kongres, pravi. Vse bolje se počuti v državah, v katerih dela, in vse slabše v zahodnoevropskih državah. Ve, da nima veliko časa pred seboj, zato dobro premisli, za kaj ga bo uporabila. Čim manj za sedenje na sestankih, kongresih in konferencah in čim več za delo, za katerega domneva, da bo imel nekdo korist, za svoja vnuka, družino in zase.

Vaša vitalnost in energija sta kljub vašim 88 letom navdihujoči; čutiti je mladostnost, ki veje iz vas, kot da bi v vaši "duši igrala harmonika". Omenili ste, da je ravno ta rek priljubljen na Kavkazu, kjer ste delovali kot prostovoljka. Se prepoznate v njem?

Kakor kdaj. Včasih igra harmonika, včasih pa tudi ne. Saj veste, da imamo vsi svoja dobra in slabša obdobja, ampak moje izkušnje mi vendarle pomagajo, da vztrajam, da ne potonem in poskušam še kaj narediti.

V bogati karieri humanitarnega dela ste se srečali s številnimi izkušnjami, ki so vas očarale, navdušile ali, kot pravite sami, tudi začudile in presenetile. Tako ste v svoji knjigi zapisali, da je zlo naraven pojav; preprečiti ga ne moreš, lahko pa zmanjšaš bolečino, ki jo zlo povzroča drugim ljudem, jim morda pomagaš, da se spet postavijo na noge. Katere izkušnje ali spoznanja so najbolj zaznamovala vaše strokovno delo?

Na filozofijo in prakso mojega dela so gotovo vplivale moje izkušnje s terena, pa seveda tudi že izkušnje iz otroštva. Osnovna izkušnja s terena je bila, da večina ljudi kljub vsem grozotam, ki jih doživi, v psihološkem smislu vendarle uspe preživeti in okrevati. Še vedno so sposobni ohraniti pozitiven odnos do življenja, ljudi, do narave, okolja in do samega sebe. Druga izkušnja je bila, kako pomembna je kakovost človečnosti za preživetje in tudi za duševno zdravje. V naših zdravstvenih strokah, ki skrbijo za duševno zdravje, smo nekako izpustili človečnost, meni pa se zdi ključnega pomena za to, koliko energije lahko človek aktivira v samem sebi, da prenese, se zoperstavi, da poskuša obvladovati zlo. In lepo je to, da človečnost ostaja tudi v najhujših življenjskih okoliščinah. Človečnost je tudi takrat prisotna. In prav to je tisto, kar človeku daje moč, da nadaljuje, upanje in smisel. Če tega ne bi bilo, bi, vsaj jaz, ob vsem, kar sem videla, slišala in doživela, obupala.

Širjenje človečnosti je ne samo izjemno pomembno, temveč tudi plemenito. Kakšnim oblikam človečnosti ste bili sami priča?

Človečnost se izkazuje na najrazličnejše načine, od altruističnega vedenja, poguma, ko nekdo tvega lastno življenje zaradi drugega, do empatije

do tistih, ki so na drugi strani. Močno mi je na primer v spominu ostala prodajalka v mali trgovnici v Prizrenu na Kosovu, ki je v času ekstremno močnih negativnih čustev do Srbov rekla: "Oni so tudi ljudje." Razumevanje in sočutje za drugo stran se me je v času, ko je vladala velika medsebojna sovražnost dveh strani, močno dotaknilo. Spomnim se tudi albanskega šoferja, ki je med vožnjo najprej deset minut govoril o tem, kako sovraži Srbe in kaj vse so ti hudega storili Albancem, potem pa mu je mimogrede ušlo, da skrbi za dve starejši srbski ženski v svojem bloku, ker sta prestari, da bi hodili v trgovino, in se boji, da bi se jima kaj zgodilo. Hočem povedati, da ta zrnca človečnosti obstajajo, in to je tisto, kar pomaga. O tem bi bilo treba po mojem veliko govoriti in ljudi ozaveščati, da tudi v najhujših okoliščinah človečnost obstaja. Tako kot zlo poraja zlo, tako dobro poraja dobro. Ljudje so mi predali svoje dobro, jaz predajam njihovo zgodbo naprej in na tak način se širi tudi človečnost ob vsej nečlovečnosti.

Kako ste se osebno soočali z bolečino in trpljenjem drugih, z neopisljivo težkimi življenjskimi usodami nekaterih ljudi, ki ste jih srečali na svoji humanitarni poti?

Osebno mi je pri soočanju s trpljenjem drugih najbolj pomagalo, ko sem zaznala dobro. Potem se mi je zdelo vredno nadaljevati, da nisem obupala in vrgla puške v koruzo. S humanitarnim delom sem začela v času, ko so v Slovenijo prišli najprej begunci iz Hrvaške, nato še iz Bosne. Na začetku sem delala s posamezniki, ki so imeli tako hude zgodbe, travme in izgube, da sem se na neki točki zlomila in nisem več zmogla. Spomnim se, kako sem jokala v svojem fičku, ko

sem se vračala iz begunskih centrov. Potem sem iskala drugačne načine pomoči, udejanjanja svojega znanja in tega, kar lahko naredim kot človek. Začela sem delati z učitelji in prostovoljci, ki so delali z velikim številom ljudi, in nanje prenašati ne samo svoje znanje, ampak tudi motivacijo za pomoč drugim. Takrat je v Sloveniji delovala bosanska šola in zelo pomembno je bilo okrepiti učitelje za obvladovanje lastnih travm in izgub ter jih usposobiti, jim dati dodatna znanja, da bi lahko čim bolj pomagali svojim učencem. Veste, velikokrat so bili starši otrok pri

tem
ne -
močni.

Spomnim se, da je bilo celo nadstropje v begunskem centru, v katerem so bile vse mame vdove. Te matere so bile tako obremenjene z žalostjo zaradi izgube moža in z novo vlogo, ki so jo morale prevzeti – prihajale so namreč iz ruralnih področij, kjer je bila vloga moškega kot poglavarja družine še zelo močno prisotna –, da jim je preprosto zmanjkalo moči za ustrezno pomoč svojim otrokom. Marsikdaj je otrok pomagal mami. Otroci so v šoli dobili možnost izstopiti iz sveta travm, izgub, gledanja požganih vasi, hiš in podatkov o ubitih na televiziji; odprl se jim je nov horizont.

Pomagali so jim tudi vrstniški odnosi in predvsem učitelji. Smiselno se mi je torej zdelo vlagati v učitelje, seveda tudi v prostovoljce in pozneje v zdravstvene delavce, ampak predvsem v učitelje, ker so ti prišli v stik z največjim številom otrok.

Tudi sami ste v otroštvu izkusili grozote vojne. Bi bili pripravljeni deliti svojo osebno izkušnjo iz tega obdobja?

Res je, takrat so tudi meni pomagali dobri ljudje. S starši sem bila dve leti s partizani. Moja mati je bila judinja, moj oče je bil Slovenec, katolik. Da bi rešili družino, smo se vsi skupaj pri mojih sedmih letih pridružili partizanom. Živelimo v Slavoniji, v vasi Orahovica, kjer so mi tamkajšnji kmetje veliko pomagali, pravzaprav so mi rešili življenje. Še zdaj me stisne pri srcu, ko to govorim. Nastanili so nas v hiši najbogatejšega kmeta, ki ni bil najbolj navdušen nad partizanskim gibanjem, ker so mu seveda partizani vzeli vola in hrano za vojsko. Toda ta kmet me je v času ofenziv obdržal pri sebi in Nemcem trdil, da sem del družine. Prvi begunci, ki so prišli v Slovenijo, so bili prav iz teh krajev in zdelo se mi je, da jim moram pomagati. Kot otrok sem med vojno doživela veliko dobrega. V neki gozdni bolnišnici, kjer je takrat delala moja mama, so mi na primer ranjenci dajali hrano, ki so jim jo prinesle ali poslale njihove mame. Zdelo se mi je, da moram vrniti to dobro, ki mi je ostalo v spominu.

Pravzaprav tudi novejšje študije kažejo, da človek človeku ni samo volk, da v ljudeh ne živi le kruta in tekmovalna narava, ampak da smo ljudje v osnovi omreženi za empatičnost, prosocialnost, solidarnost.

Saj to je edini način našega preživetja. Skupine in skupnosti si moramo vzajemno pomagati. Vzajemna pomoč je pomemben vir obvladovanja vsega hudega, kar se nam zgodi. Velikokrat razmišljam, kako pomembni so

naravni viri pomoči – socialne mreže, skupnosti in ljudje kar tako, ki so pripravljene pomagati. Vse to je obstajalo, preden so se razvile dušeslovne stroke. Preveč poudarjamo pomen strokovne pomoči. Tam, kjer gre za množične nesreče ali manj razvita področja, je strokovna pomoč malo po-

Sama sem čutila večjo vrednost svojega dela v tem, da sem ljudi vzpodbujala, naj ohranjajo vero v človečnost in pomagajo drugim, kot pa s posredovanjem nekih strokovnih spoznanj ali metod dela.

membna. Malo je pomembna, ker je tako malo strokovnjakov, ki bi lahko pomagali stotinam, tisočim ljudem. Zdaj je čas, da se v večji meri spomnimo na to, kaj je ljudem pomagalo takrat, ko ni bilo psihologov, psihiatrov in psihoterapevtov, pa so vendarle preživeli – od Džingiskana do drugih invazij. To so bili naravni viri moči; to je to, kar se dogaja med navadnimi ljudmi. Tudi zato bi morali postati bolj pozorni na naravne vire pomoči, ker živimo v času, ko postaja duševno zdravje vse bolj pomembno, saj so v modernem času lastnosti, ki tvorijo duševno zdravje, vse bolj pomembne za preživetje. Nekoč si moral biti fizično močan, da si premagal divjo žival, medtem ko je danes pomembno, da imaš dobre kognitivne lastnosti, da si prilagodljiv in psihično odporen. Res je, da se naravni viri pomoči da-

nes krčijo in vse več prelagamo na strokovnjake. To je en tok, značilen za današnji čas. Drugi tok pa je, da se nam dogaja vse več slabega na globalni ravni, kot so naravne nesreče oziroma klimatska ogroženost in njene posledice. Poleg tega vrsta institucij, ki so bile ustanovljene za to, da bi varovale dobrobit ljudi, ne deluje. Združeni narodi na primer ne morejo preprečiti vojne v Ukrajini. Tako se na globalni ravni srečujemo z vse večjim številom ogrožajočih dejavnikov in po drugi strani se soočamo z usihanjem naravnih mrež, naravnih virov pomoči. Zato bi jih po mojem mnenju morali spodbujati in na tak način krepiti duševno zdravje ljudi, še posebno otrok. Sama imam veliko spoštovanje do strokovnjakov, in če se kaj slabega zgodi ljudem v mojem okolju, jim svetujem, naj poiščejo psihoterapevta. Vendar so strokovne službe ob množičnih nesrečah, ob najhujšem, kar se dogaja, pošteno povedano, malo vplivne. Ker je strokovnjakov malo, saj celo da prideš na vrsto v svetovalnem centru, v Sloveniji na primer čakaš eno leto, ob nesrečah pa je treba pomagati tukaj in zdaj. Poleg tega pa so s svojimi pristopi, ki so usmerjeni v posameznika, tudi malo uspešne, kadar gre za širše dejavnike tveganja, ki bi jih bilo treba sistemsko zmanjšati oziroma odpraviti. Na mnoge od teh dejavnikov tveganja žal ne moremo vplivati. Kakor koli obrnemo, ne moremo prav dosti vplivati na naravne nesreče, ki se dogajajo, ali na vojne, niti na revščino, ker se razlike med bogatimi in revnimi samo še povečujejo. Podatki Unicefa kažejo, da ponovno raste število lačnih otrok, otrok beguncev ... In v tej situaciji se zdaj vprašajmo: če ne moremo odpraviti dejavnikov zla, slabega, ogrožajočih dejavnikov tveganja, kaj potem lahko naredimo? Kaj je pomagalo ljudem, ko ni bilo socialnih strok in služb? Kaj je pripomoglo, da so ljudje, ki so doživeli veliko

strašnega, celo koncentracijska taborišča, preživeli in še danes normalno funkcionirajo? Kaj je to, kar jih je zaščitilo in varovalo njihovo duševno zdravje? Pa smo spet pri naravnih virih pomoči. Danes temu pravimo varovalni dejavniki, o katerih se veliko govori. To seveda ne pomeni, da ne trpiš. Nočem zmanjševati trpljenja ljudi, sploh otrok v času vojn. Gre za vprašanje, kaj omogoča, da okrevaš, ko si psihično razrvan, ranjen.

Da ohraniš upanje in zaupanje? Vsekakor je upanje silno pomembno. Ob zadnjih balkanskih vojnah se je nekaj časa zelo veliko govorilo o psihologiji upanja. Zame je upanje, ko doživim nekaj dobrega. Tudi za druge je upanje, ko doživijo nekaj dobrega. Svet ni samo slab; svet je slab, ampak je tudi dober.

Kaj je torej to, kar varuje našo duševnost? To je človečnost. Varovalnih dejavnikov je cela vrsta in mednje sodi tudi človečnost. To so človeški odnosi, vpetost v človeške mreže, medsebojne izmenjave dobrin. Moja izkušnja dela na najbolj prizadetih področjih, ki so bila hkrati takrat tudi najmanj razvita, v Čečeniji in na Kosovu na primer, je bila ta, da je bolj pomembno aktivirati naravne dejavnike, to je človečnost in medosebno pomoč, kot pa učiteljem ali prostovoljcem vlivati v glavo neka nova odkritja psiholoških in medicinskih ved. Sama sem čutila večjo vrednost svojega dela v tem, da sem ljudi vzpodbujala, naj ohranjajo vero v človečnost, naj pomagajo drugim, kot pa s posredovanjem nekih strokovnih spoznanj ali metod dela.

Ko ste obiskovali begunske centre, se niste predstavili kot psihiatrinja, ampak ste raje rekli, da ste zdravnica. So se vam tako ljudje bolj odprli?

Res je. Veliko ljudi je bilo tam iz ruralnih področij Bosne, ki niso imeli stika s psihologijo ali psihiatrijo in so

človeka, ki se pogovarja s psihiatrom, dojemali kot norega, kot nekoga, s katerim je nekaj narobe. Veliko lažje mi je bilo delovati v vlogi otroške zdravnice. Bolj sem se jim lahko približala na človeški ravni. Od teh ljudi, ki nikoli niso imeli stikov s psihološkimi strokami, sem se veliko naučila, zares veliko modrosti in tudi praktičnih stvari ter strategij, kako si pomagajo obvladovati vse hudo, kar jih doleti.

Med drugim ste ugotovili, da se v vsaki skupini, tudi begunski, najde nekdo, ki naravno podpira skupino.

Gotovo. So ljudje, ki imajo od Boga ali narave dano sposobnost pomagati drugim. Včasih so to ljudje, ki so doživeli ogromno hudega, kar je prav neverjetno. Spominjam se Severne Osestije, kjer imajo velik spomenik materi, ki je v drugi svetovni vojni izgubila sedem sinov. Ko sem bila tam, je bil spomin nanjo v vasi še izjemno živ – ne samo zato, ker je izgubila sedem sinov, ampak ker je pomagala drugim, ker je bila dober človek; ni obupala, zato so se k njej zatekali ljudje. Spominjam se tudi ženske iz Afrike, ki je bivala v begunskem centru v Logatcu, ki sta se ji pred očmi v Jadranskem morju utopila dva otroka. Tudi k njej so se hodili pogovarjat ljudje, ko jim je bilo hudo, pa niso izgubili svojih otrok. Nekateri ljudje imajo sposobnost obvladovati svoje lastno gorje, se soočati z njim in še vedno dajati dobro drugim. V srcu ljudi, če povem malo po starinsko, obstaja ogromen kapital, s katerim lahko pomagajo so-ljudem.

Dotakniva se zdaj še strokovnega pojma “rezilientnost”, ki pomeni psihično odpornost, trdoživost, nekateri ga prevajajo tudi kot psihično čvrstost. Ne gre zgolj za posameznike, temveč tudi skupnosti – koliko so odporne, kolikšna je njihova sposobnost, da premagujejo težave, izzive, da se prilagajajo spremembam in da se po travmatičnih izkušnjah

znova postavijo na noge. Kako vi gledate na to? Kako se lahko gradi, oblikuje ta psihološka odpornost?

Najprej moram povedati, da obstajajo ogromne razlike v tem, kako se ljudje odzivajo na travmatske dogodke ali na izgube, kar je še zlasti očitno v vojnih dogajanjih. Tudi če so ljudje izpostavljeni istemu, ne samo enake-mu dogodku, bodo razlike zelo velike. Trpljenje je seveda vedno prisotno, ko se zgodi nekaj hudega, ampak kako se z njim soočaš in ga obvladuješ, pa je zelo različno. Navadno to ponazorim s prisposodbo, ki sem jo nekje prebrala: če bi imeli tri po obliki in velikosti povsem enake lutke, vendar bi bila ena iz stekla, druga iz plastike in tretja iz jekla, in bi s palico enako močno udarili po vsaki, bi bil izid povsem različen. Steklena bi se nepopravljivo

zdrobila – to so ljudje, ki imajo trajne duševne težave ali motnje. Plastična bi počila, a bi se jo dalo zlepiti. Jeklena pa bi samo zazvenela, zajokala, ker bi jo zbolelo, vendar bi ostala nepoškodovana. In res je tako.

Kako bi pojasnili izvor teh razlik v psihični odpornosti med posamezniki?

Nekaj je v biologiji, seveda pa ne vse, ker je večina vzrokov v okolju. Nekateri ljudje so pač po naravi, značaju bolj, drugi manj odporni. Zelo pomembno je okolje – koliko je okolje podporno, koliko osmišlja izgubo, kako odprto se o trpljenju lahko govori, kakšna je interakcija med posameznikom in okoljem. Krepitev psihične odpornosti se mi zdi silno pomembna, še posebno v sedanjem času, v katerem se dogaja veliko



Izobraževanje ukrajinskih trenerjev v Moldaviji pod vodstvom Anice Mikuš Kos in Katje Fras



neugodnega. Ta svet v tem trenutku ne nudi ravno optimističnega pogleda. Razvijanje odpornosti posameznika in skupnosti je ena glavnih strategij varovanja duševnega zdravja ljudi.

Kako na izgradnjo odpornosti vpliva družina?

Najprej moram povedati, da je vse, kar se dogaja s človekom, tudi glede njegove odpornosti, rezultat zelo kompleksnih interaktivnih dogajanj. Težko je reči, da na to vpliva en sam faktor. Problem naših strok je ravno ta, da imamo pogosto neke enoznačne, linearne poglede. Razmišljamo v smislu vzroka in posledice, češ otrok razvezanih staršev ima vedenjske posledice, na primer. Seveda družina k odpornosti veliko prispeva, saj je za otroka najbolj pomembna. Vendar je problem ta, da ima lahko taisti vpliv različne posledice. Vzemimo primer revščine, ki spada med dejavnike tveganja za duševno zdravje. Vendar te lahko po drugi strani revščina tudi okrepi, pomaga ti, da se naučiš obvladovati težave. V spominu so mi ostali begunski otroci iz Bosne, med katerimi so se bolje znašli tisti, ki so prihajali iz ruralnih področij, iz revnih okolij, kot pa otroci iz Sarajeva, ki so bili malo razvajeni in jim je bilo zelo težko sprejeti nov način življenja. Če se vrneva zdaj nazaj k družini – glavni varovalni dejavnik v družini naj bi bili dobri odnosi, varna navezanost, dobre prve izkušnje. Obenem je zelo pomembno, da družina otroku omogoči, da se sooči tudi z manj lepimi stvarmi, da razvija svojo odpornost, da ne bi šele potem, ko bi prišel v neki drugi svet, ugotovil, da ni vse tako lepo, kot je bilo doma. Otrok ne sme biti omejen na socialno konstrukcijo prekrasnega sveta, v katerem so vsi ljudje dobri kot njegovi starši. Otrok mora graditi realistično podobo sveta. Poleg tega pa se mora naučiti strategij soočanja s frustracijami. Otrok potrebuje ravnovesje med zaščito in izpostavljenostjo nekaterim težavam. Zato je dobro, da otroci hodijo v šolo. Zdaj je veliko šolanja doma, vendar sama me-

nim, da takšno šolanje z vidika socializacije za otroka ni v redu, ker ostaja zaprt v mehurčku družinske dobrobiti. V šoli pa kaj hitro spozna, da so dobri in slabši sošolci, da so tudi pretepači. Realistična vzgoja se mi zdi izjemno pomembna, prav tako kot nudenje podpore takrat, ko se znajde v stiski, in seveda učenje strategij obvladovanja težav. Veste, to je tisto – “naša mama je rekla, da naredi to ali ono, če ti je hudo” ali “naša stara mama je pravila, da če si jezen, naredi tako ...”. To se preprosto prenaša iz roda v rod. Veliko tega se otroci naučijo iz besednih sporočil, še več pa z opazovanjem vedenja svojih staršev in drugih. Prepričana sem, da je realistični pogled na svet pomemben, prav tako kot je pomembna vzgoja srca v družini. Res pa je tudi, da včasih precenjujemo pomen družine.

Otrok mora graditi realistično podobo sveta. Poleg tega pa se mora naučiti strategij soočanja s frustracijami.

Veste, med družinami so tudi take, ki slabo ravnajo z otroki, nekateri starši imajo sami čustvene težave, so hudo obremenjeni. Če je mama obremenjena s težo skrbi, kje bo dobila denar za položnice ali za hrano, bo morda imela manj energije in posluha za otrokove čustvene težave, ker je njena prioriteta preživetje, manj pa to, da bo otrok srečnejši. Nekateri starši so lahko tudi slabe osebe ali pa niso ozaveščeni in ne vedo, kako otroku pomagati. Zato so pomembni tudi drugi viri pomoči oziroma krepitve odpornosti. To so zunajdružinska okolja – včasih je to bila ulica, dvorišče, kjer so se otroci v medsebojni igri naučili marsičesa. Danes je več tega v institucijah, to so vrtci in šole. V osnovnih šolah so vsi otroci, kar

pomeni, da lahko vsi izkusijo pozitivni vpliv; tudi tisti, ki imajo nemočne starše, ki jih nikoli ne bi odpeljali k psihologu, četudi bi bilo psihologov na voljo tisoč. Institucije, ki vključujejo otroke v neki skupnosti, imajo veliko možnosti za vpliv na njihov psihosocialni razvoj in seveda tudi na psihično odpornost. Zato bi bilo v šole treba vnesti mnogo več vzgoje o duševnem zdravju in človečnosti.

Kaj pa smisel – je psihološka odpornost povezana tudi s smislom?

Seveda, odpornost sestoji tudi iz tega, da vidiš smisel, upanje, da ne obupaš. In tukaj mnogim pomaga tudi religija.

Dotakniva se zdaj še revščine, ki postaja vse bolj ogrožajoča tudi pri nas. Revščina je tema, pri kateri se velikokrat, tudi morda zaradi lastnih izkušenj, odzovemo z veliko mero empatije, zlasti ob novoletnih praznikih, ki so pred nami. Lahko pa izzove tudi občutke nemoči ali ogorčenosti. Kako se pravzaprav odzvati nanjo?

Kot sva že omenili, je revščina priznan dejavnik tveganja za duševno zdravje. Za otroka, ki živi v revščini, je življenje veliko bolj naporno, ker doživlja več slabih stvari – od zelo praktičnih zadev, kot sta slaba prehrana in slabo stanovanje, do nepriviligiranega položaja v šoli, ker doma ni dobil dovolj kulturne podlage, pa do tega, da se tudi pri nas dogaja, da se otroci bogatih staršev združujejo v skupine in omalovažujejo revne. Zadnjič sem slišala, da revnim otrokom pravijo “šparovčki”, ker nosijo poceni obleke iz te trgovine. Zelo diskriminirajoče in stigmatizirajoče. Z vsem tem morajo revni otroci živeti. Pri nas ni take revščine, da bi zaradi nje otroci umirali, in tudi malokateri otrok je lačen, če smo pošteni. Vendar gre za nekaj drugega, kar prizadeva otroke in na kar opozarjajo družboslovci: gre za občutek krivičnosti, ki se pri otrocih razvije zelo zgodaj. Spo-

minjam se vrtčevske sošolke mojega vnuka, ki je pri petih letih rekla, da je ne vabijo na rojstnodnevne zabave, ker je revna. Petletni otrok se tega zaveda! In res je niso vabili, ker ni prinesla zanimivega darila ali ker jih ni mogla povabiti na rojstni dan v kak hotel ali kopaljšče kot drugi. Veste, ta občutek krivičnosti lahko bolj prizadeva otroke kot dejansko pomanjkanje ali prikrajšanost. Vprašanje je, kaj lahko naredimo. Eno je, da spremenimo družbeni red in ustanovimo družbo enakosti, ampak vsi vemo, kako je s tem. Kaj torej lahko naredimo v konkretnih okoliščinah tukaj in zdaj? Mislim, da lahko imajo pri tem največji vpliv vrtci in šole. Ti lahko otroku po eni strani ponudijo kompenzacijo deficitov, ki so jih utrpeli v družini, deficitov v znanju in v samopodobi ter doživetje pravičnega sveta – da v tem svetu nepravičnosti obstaja otok, podsistem pravičnosti, kjer vsi dobijo enako, kjer vzgojiteljica ravna z vsemi enako, kjer so vsi enako pohvaljeni ... Vzgojiteljice in učitelji lahko popravijo tudi slabši učni položaj revnih otrok, ki so slabši učenci.

Vprašanja, ki ste jih odprli, nedvomno terjajo visoko mero občutljivosti in razumevanja. Lahko, prosim, nadalje razvijete svoje misli o tem?

Absolutno to zahteva veliko občutljivosti. Vendar mislim, da je to zaenkrat najučinkovitejši korektiv, kajti mislim, da bomo revščino odpravili, je zelo utopično. Potem pa je tukaj še razvijanje solidarnosti v skupnosti. Prostovoljno delo se mi zdi pri tem silno pomembno. Če imaš v šoli težave in imaš dobro stoječe starše, ti bodo morda sami pomagali, ker so izobraženi, ali ti bodo plačali inštruktorja, ki ga ima danes ogromno otrok. Če si revež, pa ti starši z nizko izobrazbo ne bodo mogli pomagati, da o inštruktorjih niti ne govorim. Pri pomoči tem otrokom se angažirajo številni prostovoljci. Še bolj bi lahko koristili pri tem prostovoljstvo, saj je to tudi v korist samih prostovoljcev, pomaga jim v mnogem. Tudi v šoli bi lahko bolj vzpodbujali medvrstniško pomoč, ki smo ji sicer ponekod lahko priča, vendar bi jo bilo smiselno uvesti v sistem kot bolj obvezujočo dejavnost razvijanja medsebojne pomoči. V času mojega šolanja je veljal neki nepisan zakon, da dobri učenci pomagajo slabim učencem. Pomagati je pomenilo prišepetavati, pošiljati "plonk lističe" ali se enostavno učiti s sošolcem. Sama sem imela sošolko, s katero sem se učila. Če si hotel biti sprejet v razredu, si to moral početi, sicer so te grdo gledali. Danes je seveda takšnih norm mnogo manj, a bi vrstniško pomoč lahko razvili v večji meri. Res je, da je revščina dejavnik tveganja in

Ta svet v tem trenutku ne nudi ravno optimističnega pogleda. Razvijanje odpornosti posameznika in skupnosti je ena glavnih strategij varovanja duševnega zdravja ljudi.

da je več otrok s težavami iz revnih krogov, tudi več slabih učencev je iz revnih krogov. Šolski neuspeh pa je sam po sebi dodaten dejavnik tveganja. Vendar, kot sem že omenila, te po drugi strani revščina tudi na neki način lahko okrepi, bolj se zmoreš soočiti z različnimi težavami, kot če rasteš v nekem idealnem okolju.

Kakšno je vaše mnenje o sedanji situaciji v slovenskem šolskem sistemu? Mnogi trdijo, da šole spodbujajo pretirano tekmovalnost in

vzgajajo otroke v duhu komolčarstva. Seveda je treba priznati, da obstajajo razlike tako med posameznimi šolami kot med učitelji.

Šola je pač vpeta v ta vesoljni svet neoliberalnih vrednot in ideologije, ki poudarja individualizem in tekmovanje za čim boljšo socialno pozicijo, za čim večjo moč. To je en del resnice. Drugi del resnice pa je ta, da ima šola vendarle neko funkcionalno avtonomijo, ima možnost, da v svojem mikrosistemu stvari spreminja ali jih modificira; in tako kot ste rekli, se šole po kakovosti ali človečnosti razlikujejo. Starši bi seveda po eni strani želeli, da bi bili otroci čim bolj izobraženi, da bi pozneje imeli čim boljše možnosti za vpis na fakultete in čim boljša delovna mesta, skratka, da bi bili čim uspešnejši in da bi jim bilo v tem svetu tekmovalnosti čim bolje. Vse to se udejanja v točkah. Na drugi strani pa je vse več glasov, ki apelirajo na to, da bi šola kot obvezni skupni prostor, v katerem vsi otroci države preživijo vsaj devet let življenja, prevzela drugo funkcijo ali nalogo, to je vzgojo otrok za človečnost, solidarnost, socialno odgovornost, za odgovornost do svoje skupnosti. Mislim, da je ta druga smer še kako pomembna, pa ne zaradi sentimentalizma, romantiziranja ali moraliziranja, ampak preprosto zato, ker potrebujemo vzajemno pomoč in potrebovali jo bomo vse bolj. Digitalizacija in roboti ne bodo reševali vseh naših problemov. Na koncu, ko umiraš, ko te boli, je zelo pomembno, da imaš nekoga ob sebi. Mimogrede naj povem, da sem pred kratkim gledala film o Fukušimi, ki prikazuje dogodke v atomski centrali ob potopu. Zanimivo, atomska centrala je višek digitalizacije in vsega modernega, ampak v končni fazi je bil človek tisti, ki je preprečil širše razsežnosti katastrofe, ker na neki točki sofisticirane naprave niso več delovale, posameznik je moral vstopiti v kontaminiran prostor in z rokami nekaj premakniti. Za to dejanje se je prijavi cel kup prostovoljcev. Na koncu je stvar pristala pri

Po drugi strani pa se mi zdi vse bolj pomembno zastaviti svoj glas, svojo besedo za to, da bi bilo čim manj hudega na tem svetu. Zgolj drža opazovalca in premišljevalca ni dovolj.

človeku. Res gre tukaj za ekstremen primer. Človečnost zagotovo vedno potrebujemo. Šola bi zlasti ob aktualni prenovi, ki se načrtuje, morala to upoštevati in sistemsko vgraditi v svoje delovanje. V šolah se dogaja veliko dobrega, kar je odvisno od posameznikov – učiteljev, šolskih svetovalnih delavcev, ravnateljev –, ni pa to vodilo, filozofija šolskega sistema.

Problematično se mi zdi tudi to, da ima marsikatera šola lepe aktivnosti – razvija prostovoljstvo, ima krožke za medosebne odnose, kar je dobro. Vendar je težava v tem, da te aktivnosti pritegnejo tiste, ki že imajo neke afinite do njih in želijo izboljšati svoje delovanje, ne zadevajo pa celotne populacije v šoli. Zato se mi zdi pomembno, da so programi usmerjeni v celotno socialno klimo ali etos šole, ne pa samo v tiste posameznike, ki se nanje prijavijo prostovoljno. Prostovoljno delo je krasna stvar, je odlična šola solidarnosti, kjer ti šola ustvari priložnost, da deluješ.

Ker otroci seveda najprej potrebujejo priložnost. A še enkrat poudarjam, da to zajema le del otrok. V razvitem svetu se šole bolj ukvarjajo s posamičnimi dejavnostmi kakor pa s šolo kot celoto, čeprav bi po mojem mnenju moralo biti težišče na celoti. In podobno je z učitelji. Veliko je usposabljanj učiteljev za psihološke in psihosocialne probleme, ampak nanje se prijavljajo učitelji, ki že tako ali tako delajo dobre reči, del učiteljev pa je nezainteresiran.

Kako bi lahko po vašem mnenju tudi širše v družbi vzpodbujali krepitev prosocialnosti v trenutni neoliberalni tekmovalni kulturi?

Velikokrat, ko govorimo o tem, kako bi šola morala prispevati k duševnemu zdravju posameznika in skupnosti, smo vse prevečkrat spet usmerjeni k samemu sebi in lastni dobroti, kako bi čim več pridobili sami – boljše samopodobo, več odločnosti, boljše socialne sposobnosti za uveljavljanje. Mislim, da je to samo del

zgodbe. Drugi del je razvijanje socialnega jaza. Potrebujemo premik od individualne dobroti, od individualnega duševnega zdravja k odnosom s skupnostjo, povezanostjo, razvijanjem socialne odgovornosti, ki jo je mogoče razvijati že pri malih otrocih, s poudarkom na soodvisnosti med posameznikom in skupnostjo. Zdi se mi, da bi lahko bile naravne nesreče, epidemije in druge stvari, ki nas pestijo v tem času, dobra učna ura za to, kako to prikazati v stvarnem življenju, torej ne samo kot neko moralno normo, ampak kot stvarno potrebo, da si ljudje med seboj pomagamo.

Upam, da se bodo te vaše besede dotaknile ne samo slehernega posameznika, ampak tudi odločevalcev. Upajmo.

Slovenija pa vendarle premore tudi številne dobre prakse. Kako jih lahko spodbujamo, širimo?

Veliko dobrih praks imamo, se strinjam z vami. Zato je pomembno, da se učimo drug od drugega. Tako se lahko naučimo največ praktičnega o tem, kako udeležiti stvari. Teorija je eno, drugo je prenos v prakso, v vsakdanjo realnost.

Za konec pa še malo bolj osebno vprašanje – kako se z leti spreminja vaš pogled na svet, ljudi, nase?

Zdi se mi, da postajam strpnejša do ljudi, da imam do ljudi večje razumevanje – to je morda ena smer spreminjanja. Po drugi strani pa se mi zdi vse bolj pomembno zastaviti svoj glas, svojo besedo za to, da bi bilo čim manj hudega na tem svetu. Zgolj drža opazovalca in premišljevalca ni dovolj. Svoje poglede na svet je treba izreči na glas, jih zapisati in udeležiti.

Ob tej priliki se vam iskreno zahvaljujem za vaš dragoceni javni glas in za svetlobo, s katero osvetlujete temo okrog nas.

Hvala za te besede. Samo poskušam narediti, kar zmorem. **S**