

Nasilje – vse, kar nam je storjeno na silo

Če si to priznamo ali ne, če nam je vseč ali ne, je nasilje prisotno v svetu, ki nas obdaja – mimo tega ne moremo. Katerokoli zgodovinsko obdobje pogledamo, se srečamo z različnimi oblikami nasilja, od krvavih vojn, trgovanja s sužnji, prostitucije, hladnih vojn, raznih oblik totalitarnih sistemov, vse do nasilja v ožjem krogu družin in še bi lahko naštevali.

Z gotovostjo lahko rečemo, da se o tej tematiki še vedno premalo govori, se jo odriva in pospravlja pod preprogo, s tem pa se minimalizira in omalovažuje dinamiko nasilja, ki ga s takimi odzivi žal ne zmanjšamo, temveč mu tako kvečjemu omogočimo še večjo moč in nadaljnje delovanje v družbi ter medosebnih odnosih.

Je pa kljub temu treba dodati, da je svet, v katerem živimo in ki nam je zaupan v skrb, dober in to tudi ter zlasti zaradi vsakega posameznika, ki se trudi za dobro in s tem za omejitev delovanja nasilja. Tam, kjer sta na delu človeška dobrota, ki vodi v skupno dobro, in posluš za človeka, za kakršnokoli obliko nasilja ni prostora.

Za nasilje opredeljujemo vse, kar se nam je zgodilo na silo, ne glede na to, ali je bilo storjeno hote ali nehote. Posameznik, ki nam naredi nekaj na silo, brez naše privolitve, še posebej če gre za avtoriteto v socialnem okolju (starši, učitelji, vzgojitelji, duhovniki ...), nas izpostavi in osramoti. Počutimo se osramočeni, nevredni družbe. Vsako nasilje okruši in načne naše dožemanje sveta, ljudi okoli nas in samega sebe. V zavesti posameznika vznikne občutek, da je postal žrtev storilca, žrtev rablja. Pojavijo se občutki groze, nemoči, ponižanja in odvzete jeze ob samem dogodku. V primeru telesnega, zlasti pa spolnega nasilja, zaradi nasilnega posega telo »zamrzne«, v primeru verbalnega nasilja (poniževanja, obtoževanja, zasmehovanja, zbadanja, razvrednotenja ...) zaradi šoka zmanjka besed. Pritihotapi se občutek krivde (kaj sem naredil/-a narobe, da se mi je to zgodilo) in potem se začne pojavljati vprašanje, kako naj ponovno stopim v družbo, pred ljudi, sošolce, znance – zasramovan/-a, ponižan/-a, razvrednoten/-a, ko me nihče zares ne razume in ne jemlje resno tega, kar se mi je zgodilo. Ne glede na to, da različne oblike nasilja v našem organizmu puščajo različne posledice, je nedopustno delati bilanco glede na obliko nasilja. Verbalno nasilje ni nič manj nasilno in nič manj nasilje od spolnega ali fizičnega. Nasilje je nasilje in pika!

Vsako nasilje je vselej del travme – oziroma ni travme, kjer ne bi bilo prisotno nasilje. Nasilna travma zaznamuje naš organski sistem, kar pomeni, da pusti sledi v našem spominu, na psihosomatskem področju in na področju duhovnega. Zlasti zaradi tega je pot iz vrtinca nasilja dolgotrajna, naporna in zahteva angažiranost celega človeka ter sočutno podporo in oporo bližnjih, večkrat pa zahteva tudi strokovno pomoč. Travmatične izkušnje, zaznamovane z nasiljem, se prenašajo iz generacije v generacijo, še posebej takrat, ko niso bile izgovorjene, procesirane, predelane. Velika verjetnost je, da se bo vzorec nasilja, ki so ga bili deležni posamezniki ali cela družina, pa nikoli niso imeli možnosti spregovoriti o bolečinah ter grozotah, ki so jim bile nasilno storjene, prenesel na katero od naslednjih generacij. Ni nujno, da bodo ti ljudje fizično nasilni eden do drugega, lahko pa bo npr. pri njih navzoč alkoholizem, ki ravno tako velja za obliko nasilja, ali pa bodo tarča nasilja od zunaj ali kake druge oblike nasilja, od žaljenja, zanemarjenosti itd. Ljudje, ki povzročajo nasilje drugim ali so nasilni do sebe, so bili običajno sami deležni nasilja in ga potem na način, ki so ga prejeli, podajajo drugim, okolici, ali pa ga obrnejo navznoter, proti sebi. Lahko se zgodi, da začnejo uživati razna

mamila, postanejo zasvojeni z alkoholom, se prenaledajo itd. Vse naštetu in še kaj sodi med oblike nasilja. Taki ljudje postanejo nevarni zase in za okolico ter nujno potrebujejo omejitve od zunaj, saj so od znotraj nerazmejeni, njihove meje so porušene, vsako nasilje namreč poruši posameznikove notranje meje. Da ne naštevamo dolgega seznama, kaj vse spada pod nasilje, se lahko poslužimo dogmatičnega imperativa »Ne ubijaj!« kot pete zapovedi dekaloga. Ta imperativ poleg dobeseidnega »Ne ubijaj!« prepoveduje tudi vsako drugo obliko nasilja – npr. če si ne dopustimo dovolj spanca, tako polagoma uničujemo, ubijamo svoje telo in opuščamo potrebno skrb zase. Kot dobro vemo, ubijajo tudi besede, saj je od žrtv nasilja pogosto slišati, da bi bilo veliko 'lažje', če bi jih udaril, kot pa rekel kaj tako bolečega.

Pot iz vrtinca nasilja lahko v grobem razdelimo na štiri stopnje. Na prvi stopnji gre za zavedanje in ozaveščanje, da se nam je zgodilo nasilje. Na drugi stopnji se soočamo s čustvi, ki jih je v nas pustil dogodek nasilja. Kot je že bilo omenjeno, govorimo o občutjih sramu, jeze, žalosti, ponižanosti, zasramovanja. Naslednja stopnja je izražanje bolečine, izpoved prizadetosti v varnem okolju, bodisi najbližjim in najožjim ali pa strokovnemu osebju. Četrta stopnja je običajno najzahtevnejša in dolgotrajna. Gre za dokončno okrevanje in navezovanje novih stikov. Na tej stopnji gre za slovo od vloge žrtve, za vrednotenje dogodka, za sprejetje dejstva, da nismo popolnoma nič krivi, še manj pa odgovorni za to, kar se nam je zgodilo, ne glede na spol, socialni status, videz ali na primer versko prepričanje. Na tej stopnji je ključnega pomena tudi odločitev, da ne bomo iz žrtve postali storilci, kar je pogosta past v krogu nasilja.

V življenju in doživljanju posameznika stopnje nikoli ne potekajo popolnoma ločeno ena od druge, ampak se med seboj prepletajo, kar pomeni, da lahko iz četrte stopnje zdrsnemo npr. na prvo in da tak zdrs nikakor ne pomeni neuspeha v procesu rehabilitacije.

K zaustavitvi nasilja smo torej poklicani vsi kot posamezniki, z odločitvijo, da rečemo ne vsaki obliki nasilja, brez minimaliziranja katerekoli oblike nasilja. Še posebej gre za apel žrtvam in storilcem nasilja – vsak od teh ima možnost in priložnost, da naredi še več kot nekdo, ki sam nima take izkušnje, saj zelo dobro razume in čuti, za kaj pri nasilju pravzaprav gre. Kot se žrtv nasilja skozi dolgotrajen in zahteven proces dela na sebi odloči, da ne bo več žrtv, tako se lahko storilec odloči, da ne bo več storilec, začeni s procesiranjem nasilja na sebi in drugim neškodljiv in varen način. S tem ko se odloči, da z drugimi ne bo ravnal na način, kot so oni ravnali z njim, naredi velik korak iz začaranega kroga nasilja.

Pri zajezitvi nasilja med otroki in najstniki je še posebej pomemben odziv odgovornih, odraslih, ki pa lahko predstavlja velik problem, zlasti tedaj, ko le-ti ne verjamejo žrtvi oz. je ne zmorejo, ne znajo ali pa ne želijo razumeti. Kadarkoli je s strani odgovornih odgovor na kakršnokoli obliko nasilja omalovažujoč, neodziven, prezirljiv (tudi če nekdo potoži, da ga zbadajo), le-ti nosijo odgovornost pri nadaljnjem razvoju nasilnih dogodkov. Tako ali drugače so bili seznanjeni, pa niso ukrepali, da bi nasilje zajezili, ustavili. Odrasli imamo moč, da ukrepamo na različne načine, od opozoril storilcu ali izdaje raznih ukrepov, če gre za vzgojno-izobraževalno okolje, do prijave dogodka pristojnim organom.

Ne oklevajte glede ukrepanja, pa četudi gre za zbadanje, in vzemite resno, ko otrok potoži, da se mu je zgodila krivica, da se mu je zgodilo nasilje. Poskušajte izvedeti čim več, vstopite z otrokom v dialog, mu podarite besede tolažbe, kajti vedite, da nima prav nobenega razloga, da bi si izmišljeval. Nikakor pa ga ne napadite z jezo in ostrim tonom, češ, si že sam/-a to

izzval/a. Taki odzivi so le dodaten pritisk na že prizadeto dušo posameznika in dodajanje bolečine ter tudi utrjevanje nezaupanja, kar žrtev še bolj potegne vase in lahko povzroči, da bo storjeno nasilje obrnila vase ter se začela do sebe vesti nasilno, destruktivno. Diametralno nasproten učinek pa se zgodi, ko okolica zavrne nasilje kot nesprejemljivo in stopi na stran žrtve. Takšno dejanje se kaže kot žarek upanja in kot ključni moment pri zajezitvi širjenja nasilja, kot začetek okrevanja ter prvi obliž na rano prizadetega.

Vsakič, ko stopimo na stran žrtve nasilja in se postavimo zanjo (tudi s prijavo, če je treba), odpremo možnost, da vlijemo pogum v marsikatero, še posebej najstniško dušo, da bo zbrala moč in spregovorila o tej težki in neprijetni tematiki, odraslim in družbi pa postanemo zgled in upanje, da se je nasilju mogoče upreti ter ga zajeziti.

Tone Kores