

SAMARIJAN

Letnik XXI

številka 1

julij 2024

Zahvala iz srca
25. in 20. obletnica
Proaktivnost
22. mednarodni kongres Ifotes
Samarijansko srečanje na Pohorju

Predavanja:

Motnje spolnih preferenc •
Slovensko društvo Hospic

Barbara Repinc Zupančič:

MOTNJE SPOLNIH PREFERENC

Tatjana, LJ

V maju imeli redno samarijansko predavanje z naslovom Motnje spolnih preferenc Barbare Repinc Zupančič, univ. dipl. ped. in soc. kult. CTA (P), STA (P). Predavateljico smo nagovorili za predavanje oziroma delavnico v zvezi s spolnostjo. Ponudila nam je zelo širok in celosten izbor vsebin na to temo, na podlagi vprašanj pristojevoljcev pa je oblikovala predavanje prav za prostovoljce Samarijana. Prek opredelitev, kaj spolnost je, kako poteka razvoj seksualnosti in kaj vse spada v zdravo seksualnost, nas je popeljala do vsebin, s katerimi se srečujemo pri delu na telefonu. Pogovori so neprijetni, včasih nas prizadenejo, morda se počutimo tudi zlorabljeni. Motnja spolne preference, s katero se srečujemo tudi na telefonu, je poimenovana telefonska skatologija (F65.8 druge motnje spolne preference – telephone scatologia).

Kaj je seksualnost?

Seksualnost zajema veliko različnih pomenov, v večini pa se povezuje z erotičnimi hrepenenji, spolnimi praksami ter identitetami. Povezana je z emocijami, vlogami in identitetami in oblikovana preko mnogoterih izkušenj skozi celotno življenje in obsega bistveno več kot zgolj izbiro spola spolnega partnerja ali načina spolnega akta, v katerega smo vključeni. Naš odnos do seksualnosti, senzualnosti in našega telesa se razvije bistveno prej, kot postanemo spolno aktivni. Na vzburljenje in spolno funkcioniranje

je vplivajo naše pretekle in sedanje izkušnje, stresne situacije, zgodnje izkušnje in znanje o spolnosti.

Samozadovoljevanje kot del spolnosti

Samozadovoljevanje, masturbiranje ali onaniranje pomeni prijetno dotikanje lastnih spolovil ali erogenih con, tako da na koncu običajno doživimo orgazem. Pri tem si pomagamo z rokami, lahko pa tudi s predmeti ali drgnjenjem ob predmete. Razširjeno je med najstniki in odraslimi vseh spolov (več je ljudi, ki masturbirajo kot tistih, ki ne in tudi ne masturbirajo kot popolnoma vredni). Je zdrav sestavni del odraščanja in odrasle dobe pa tudi dobra oblika spolnega sproščanja, sproži sproščanje hormonov in nevrotransmiterjev, povezanih s pozitivnimi čustvi, občutki in fiziološkimi odzivi. Masturbacija je na splošno zdrav način spolne aktivnosti brez tveganja. Človeku lahko tudi omogoči, da se seznanimo, kaj mu telesno ustreza in kaj ne.

Samozadovoljevanje, ko »nekaj ne štima«

Masturbacija se lahko šteje za preveč, če škoduje našim odnosom in drugim delom našega življenja ali če moti naše delo, študij, družabno, vsakdanje življenje. Lahko škoduje našim romantičnim odnosom in prijateljstvom, saj s svojimi najdražjimi ne preživimo toliko časa kot včasih ali pa nismo pozorni na njihove potrebe.

Pogosto masturbacija lahko sproži zelo intenzivne negativne občutke sramu, krivde, stresa, obžalovanja ali zadrege.

Dejstva glede spolne zasvojenosti:

- ne pomeni veliko seksa,
- nima nič skupnega z močnim libidom,
- nima veliko skupnega z dejstvom, kako pogosto oseba menjava partnerje in da ni monogamna,
- ni opredeljena z vidika spolne usmerjenosti,
- fetiši, uporaba seksualnih pripomočkov in sadomazohistično vedenje (BDSM) niso znaki zasvojenosti s seksualnostjo,
- zasvojenost ni znak osebnostne motnje ali drugih psihiatričnih bolezni (gre samo za stanja pogostega in impulzivnega vedenja npr. pri maniji, ADHD, zasvojenosti s stimulativnimi drogami),
- seksualni zasvojenci večinoma niso seksualni prestopniki.

Precej verjetneje gre za zasvojenost takrat, ko vedenje ni več skladno z našimi vrednotami in prepričanji. Oseba, ki vedno znova zanemari lastna prepričanja in vrednote zato, da lahko ima vse intenzivnejši seks in išče vedno močnejši seksualni izziv, kaže opozorilne znake za težave, ki lahko prerastejo tudi v zasvojenost. Pomembno je razumeti, da zasvojeni ne varajo svojih partnerjev in ne izdajajo lastnih vrednot ter moralnih prepričanj, ker so nemoralni. V

nasprotju z lastnim značajem jih k temu žene impulzivna in kompulzivna narava zasvojenosti. Zasvojenost s seksualnostjo ima le malo skupnega s tem, kaj osebo vzburja v seksualnem smislu. Povezana je namreč z intenzivnostjo in vznemirjenjem, ki sta posledica seksualne izkušnje, njen namen pa je uravnavanje čustvenega doživljanja (povzeto po P. Topič).

Spolne motnje

Spolni odziv je tako duševni kot telesni proces, zato lahko spolno motnjo povzroči tako telesna bolezen kot dogajanje v duševnosti. Spolne motnje, ki jih ne povzroči telesna bolezen, opredelimo kot motnje, zaradi katerih človek ne more dejavno uživati v spolnem odnosu, vsaj ne tako, kot bi sam želel.

Spolne motnje se lahko kažejo kot: pomanjkanje zanimanja za spolnost, pomanjkanje užitka v spolnosti, neuspešnost fiziološkega odziva, potrebna za učinkovit spolni odnos ali pa kot nesposobnost obvladovanja doživljanja orgazma.

Spolne motnje delimo v tri skupine:

- motnje spolnega funkcioniranja,
- motnje spolne preference,
- motnje spolne identitete.

Telefonska scatologija (telephone scatologia)

V motnje spolne preference spadajo tudi motnje t. i. AUDIO SCATOLOGIA (AKOPHILIA) – podvrsta Telephone Scatologia (grš. 'skato' (iztrebek, gnoj) + logos (govor) = umazano govorjenje po telefonu. Včasih imenovana tudi verbalni ekshibicionizem ali zvočni voajerizem.

Za to parafilijo je značilna ponavljajoča se intenzivna želja ali fantazija po izvajanju telefonskih klicev s seksualno ali obsceno vsebino z



Priporočena literatura

namenom, da bi dosegli svoje spolno vzburjenje in zadovoljstvo. Klici so namenjeni neznani osebi. To vedenje se mora pojavljati vsaj 6 mesecev (da ločimo od norčevanja), klicatelju pa povzroča hudo stisko. Nekatere raziskave kažejo, da je tej parafiliji v 95 % pridružena kompulzivna masturbacija, v 45 % pa odvisnost od spolnosti po telefonu. Nekatere raziskave nakazujejo na pogost soobstoječ ekshibicionizem (želja po javnem razkazovanju svojega spolnega organa, pri čemer nočejo vzpostaviti stika) in voajerizma (spolno vzburjenje ob spremljanju intimnih početij drugih) ter froterizma (dotikanje ali drgnjenje ob osebo, ki ni dala privoljenja).

Z vidika zakonodaje je telefonska skatologija običajno sprejeta kot spolno nadlegovanje. Nekateri avtorji jo označijo za spolni zvočni napad, nekateri tudi kot zvočno posilstvo. Cilj klicatelja je izraziti svoje spolne vsebine neznani poslušalki (lahko tudi poslušalcu, ki pa ga mora dojeti kot šibkejšega npr. otrok); ob pogovoru se vzburi, masturbira in pogosto doseže orgazem. V kolikor prejemnik/ca reagira s presenečenjem, strahom, gnusom in razburjenostjo ter jezo, lahko ta odziv v klicatelju še dodatno poveča občutek moči in moškosti. V kolikor prejemnica ne odreagira na tak način, obstaja možnost, da klicatelj ne bo več klical ali da bo klical redkeje. Nekateri klicatelji so prepričani, da lahko z besedami na daljavo spolno vzburijo poslušalko na drugi strani. Za mnoge klicatelje je glavna spolna stimulacija ženski glas. Telefon hkrati omogoča anonimnost in povezanost, intimnost.

Kdo so klicalci?

So moški, njihove karakteristike pa so lahko izredno različne: lahko so najstniki, lahko ljudje s težavami v duševnem zdravju, poročeni ali samski, zelo aktivni ali pa izredno plašni moški, ki jim je težko vzpostaviti odnose in se bojijo zavrnitve, lahko zlorabljajo substance ... V večini primerov iščejo pozornost, zaradi katere lahko doživijo spolno vzburjenje.

Pogosto je v ozadju družinska travma, kumulativna travma, slabi družinski odnosi, zatrta seksualnost. Zato so pogosto pridružene še anksiozne in

depresivne motnje ter ostale motnje spolnih preferenc. Določene teorije sklepajo, da so imeli klicatelji v otroštvu prisoten močen dominanten in prezaščitniški materinski lik, zato na drugi strani telefonske linije iščejo nekoga, ki bo šibkejši in bolj ranljiv kot oni sami.

Tipi klicincev:

Bulloughova raziskava je pokazala, da lahko izluščimo 3 tipe:

1. ZAPELJEVALEC – v fazi masturbacije oz. lahko samo globoko diha ali opisuje spolne aktivnosti,
2. ŠOK KLICATELJ – uživa v paniki poslušalca, nadaljuje s klici, če se ta odziv ponavlja,
3. PREVARANT – preko izmišljene vloge npr. zdravnika, ginekologa, prodajalca želi pripraviti poslušalko do delitve določenih seksualnih vsebin ali dejanj (4 tipi, Masters in sodelavci).
 1. Tisti, ki se močno hvali s svojimi genitalijami in nato podrobno opisuje svoje masturbacijsko obnašanje.
 2. Žrtvi na nek način izrecno grozi, vendar skoraj nikoli ne uresniči svojih groženj.
 3. Vrsta voajerja – ki žrtev preslepi, da razkrije nekaj osebnih podatkov o sebi, večinoma spolne narave. Kliče po telefonu krizne centre in se med pogovorom s prostovoljcem nenehno samozadovoljevanje. **Klicatelja zanima le prostovoljkin glas, ne pa njeni nasveti.**

Vedenje klicalca v času klica

Nekateri vmes masturbirajo, drugi se med telefonskim klicem vzburijo in masturbirajo, ko je telefonskega klica konec. Nekateri klicatelji ne govorijo, lahko samo globoko dihajo ali izražajo zvoke spolnega zadovoljstva. Nekateri opisujejo svoje samozadovoljevanje, drugi uporabljajo psovke, grobe besede in vulgarne opise, spet drugi direktno izrazijo željo po seksu.

Možnosti zdravljenja:

- vedenjsko-kognitivna terapija (drugi miselni vzorci, pomoč pri vzpostavljanju kontrole, orgaz-

- mično prestrukturiranje),
- psihoedukacija,
 - psihoterapija (socialne veščine, vzpostavljanje odnosov, travma terapija), skupinska terapija (sram),
 - farmakologija (poleg prej naštetega).

Razumevanje svojega odziva ob klicu scatologa

Neprijetni občutki so normalen odziv na šok, ki ga doživimo ob klicu klicalca, ki ima parafilijo – na telefonu namreč delamo zaradi svojih vrednot in potrebe, da nekemu v stiski pomagamo, on pa tega ne kaže. Tovrsten klic težko povežemo s stisko klicatelja, saj besede in dejanja ne kažejo nanjo. Občutki so še toliko neprijetnejši, če se ob klicalčevih besedah ali dejanjih povežemo s prepovedmi, tabuji, slabimi izkušnjami iz svoje preteklosti.

Pogosto pa nam na ta način klicatelj dejansko posredno „povejo“, kako so se sami počutili ali se še vedno počutijo – npr. strah, nemoč, jeza, gnus, bes, občutki zlorabljenosti, prezrtosti, biti objekt, lahko pa tudi radovednost, grandioznost. To so po vsej verjetnosti občutki, ki so jih sami doživljali v otroštvu ali jih doživljajo še vedno sedaj. Ker pa sami ne zmorejo prenesti tovrstnih občutkov, jih „vržejo“ nam in upajo, da jih bomo zmogli „prežvečiti“ in jim jih vrniti v drugačni obliki.

Predlogi v literaturi, kaj storiti ob klicu scatologa

Najpogosteje klicatelj išče nek odziv na klic. Ne reagirajte na to. Ne postavljajte vprašanj klicatelju, saj želi, da to storite. Takoj in nežno, a hkrati odločno odložite slušalko. Vsak drug odgovor lahko klicujočemu da občutek uspeha, saj vas morda želijo prestrašiti ali razjeziti. Nikoli ne vpijete v telefon ali se ne jezite. Klicatelj bo vedel, da ste jezni, in bo morda čutil še večjo potrebo, da pokliče.

Naše odzivanje (najprej iz desne hemisfere + leva hemisfera) - EMPATIČEN ODZIV NA ČUSTVENO STANJE ČLOVEKA + NAŠA JASNA MEJA (npr. »Razumem, da je to za vas zelo pomembno, ampak nisem tu s tem namenom in bom prekinil/a pogovor«.) To tudi takoj storite.)

Nada Kunstek:



Pomoč na poti skozi življenje in smrt

Pri delu s klicanci na zaupnem telefonu so smrt, nemoč in žalovanje teme, s katerimi se pogosto srečujemo. Veseli smo bili priložnosti, da poslušamo predstavitev društva Hospic gospe Nade Kunstek, saj nam bodo te informacije dobro služile v pomoč in podporo klicalcem.

Vsakemu od nas je dano le eno življenje in umiranje je njegov neizogibni del. V sodobni družbi se včasih zdi, da smo postavili smrt na obrobje našega vsakdana, kot nekaj, česar se bojimo in izogibamo. Vendar pa je pomembno razumeti, da je smrt naravni del življenjskega cikla in da jo je potrebno obravnavati s spoštovanjem in razumevanjem.

To je uvidela onkologinja Metka Klevišar, ko je s sodelavci nemočno opazovala neozdravljive bolnike, ki so si pred smrtjo še zadnjič želeli videti svoje otroke, starše, partnerje, a so umirali osamljeni v bolnišnici. Društvo Hospic je plod njihove vizije, da so na tem področju nujne spremembe, saj je naravno okolje za umiranje bolnikov dom - med svojci, ne pa sterilno okolje ustanov.

Leta 1992 je združila skupino somišljenikov z namenom, da bi ljudje živeli in umirali s človeškim dostojanstvom

in 6. junija 1995 so registrirali Slovensko Hospic društvo v Ljubljani. Že leto zatem, je društvo zaživelo tudi v Mariboru.

Skozi izobraževalne programe, skupinsko podporo in individualno svetovanje, pomagajo umirajočim in svojcem pri soočanju z usodo, bolečino in žalostjo ter jim nudijo potrebne informacije in pomoč.

Vodilni program v Hospicu je spremljanje in zagotavljanje dostojanstva



umirajočih, nujno pa je, da se pri tem podpre tudi svojce, tako med samim procesom umiranja kot v fazi žalovanja.

Primeren čas, da pokličemo Hospic ni tik pred smrtjo svojca, temveč takoj, ko npr. dobi diagnozo, da je bolezen neozdravljiva in se začne podporno zdravljenje.

Prostovoljci ne izvajajo osebnega negovanja, a kljub temu aktivno prispevajo k bolnikovemu dobremu počutju. Koordinirajo pa po potrebi npr. obiske s socialno službo, da začasno razbremenijo svojce, ki tako lahko v času obiska opravijo kak svoj popravek, ki ga sicer ne bi mogli.

Mnogokrat so umirajoči zelo zaščitniški do svojih družin in ne povedo za bolečine, neudobje, nespečnost, slabost ipd. Včasih svojci enostavno ne vedo, da bolnik potrebuje pomoč in je le ta možna. Tako je lahko veliko olajšanje za umirajočega in svojce, če jih obiše nekdo, ki jih opolnomoči, kako pravilno negovati bolnika, odmerjati zdravila, zamenjati plenice. Obiskov pri bolniku opravijo toliko, kot jih le ta želi in so brezplačni.

Eno izmed najpomembnejših načel Hospica je spoštovanje želja umira-

jočih posameznikov. Mnogi bolniki se odločijo, da ne želijo podaljševati svojega življenja z dodatnim zdravljenjem in posegi. Po funkciji je Hospic zagovornik bolnika in lahko vstopi v bolnišnico k zdravniku, da skupaj z družino dosežejo dogovor o npr. prekinitvi infuzij, potrebah po morfiju, odpustu v domače okolje ipd.

Po smrti nastopi proces žalovanja, ki je izrazito individualen in ga ne moremo ga preživeti enostavno po navodilih. Žalovanje tudi ni bolezen za psihiatra in zdravila. Potrebujemo človeka, ki nas bo skozi proces spremljal, dokler bo to potrebno. Sposobnost prisluhniti, razumeti in deliti trenutke s človekom v njegovem najintimnejšem času je globoka človeška izkušnja. S spoštovanjem in sočutjem, Hospic podpira tiste, ki potrebujejo tolažbo in podporo v svojih najtežjih trenutkih.

Za to so na voljo različni programi in aktivnosti:

- Individualno svetovanje: Strokovni terapevti nudijo posameznikom individualno svetovanje in usmerjanje v ustrezne skupine
- Skupinska podpora: Organizacija skupinskih srečanj, kjer se lahko žalujoči srečujejo, izmenjujejo izkušnje in si delijo svoje občutke. Skupine niso vedno vse aktivne, oblikujejo se glede na potrebe – samomori, po smrti staršev, po izgubi otrok ... Programi se izvajajo ločeno za odrasle, mladostnike in otroke, saj tudi žalovanje v različnih starostnih skupinah ni enako
- Tabori za žalujoče – do sedaj so ga izvedli 25 krat
- Druge dejavnosti:
 - Program detabuizacija smrti, z namenom, da bi se o tej temi lažje pogovarjali.
 - Delavnice in predavanja za strokovno in laično javnost, saj bolj kot smo usmerjeni v materialno, bolj se oddaljujemo od bistva – soočanja s samim seboj. Cilj je naše razmišljanje pripeljati na višjo raven sočutnosti.

Programi v veliki meri opravljajo prostovoljci. Način dela in proces izobraževanja je zelo podoben kot

v Samarijanu. V društvu Hospic so s prostovoljci izjemno zadovoljni, dosegajo veliko število ur in je društvo prav po njihovi zaslugi prejelo že kar nekaj nagrad.

So organizacija, ki želi biti prisotna povsod kjer je življenje, četudi so pogosto zraven smrti. Kot pri našem delu na zaupnem telefonu, je tudi pri njihovem delu potreben tisti čut za sočloveka, ki je v našem materialnem svetu vse prej kot samoumeven. Tako smo si podobni – skupaj skrbimo, da je ta svet malo bolj prijazen.

Za več informacij in podpore se lahko obrnete na Slovensko društvo Hospic:



Spletna stran: www.hospic.si
E-pošta: info@hospic.si
Telefon: +386 1 2345 678

