

Jaz, midva in mi

Svobodna

MOJCA LOGAR

profesorica geografije
in zgodovine



Tokrat vam bom dala namig za branje knjige. Svobodna je knjiga, ki jo je napisala mlada albanska filozofinja Lea Yapi. Otroštvo je preživela v Albaniji. Med maturo se je zgodila tranzicija, državljanska vojna, in pobegnili so v Anglijo. Zelenela je napisati filozofsko knjigo o življenju v totalitarnem sistemu, kot je bila Albanija, nastala pa je pripoved njene družine. Niso bili običajna socialistična družina, kjer bi bili starši delavci v tovarni, v rudniku, banki ali pač nekje v službi. Starši in stari starši so bili

nekdanja albanska aristokracija. Vsi so imeli fakultete, pred vojno in revolucijo so bili lastniki posesti, potem so jim to vzeli. Babica je ves čas živela v šoku razklanosti spominov, kakojebilov njeni mladosti in kako je sedaj. Starša sta bila uslužbenca s fakulteto, sorodnike so poslali na šolanje mednarodnih odnosov, ekonomije ali političnih ved, kar je pomenilo, da so bili v zaporu glede na težo storjenega zločina zoper države. Lea piše, kako so živeli. In tukaj je veliko vzporednic s časi vaše mladosti, dragi bralci in bralke. Čakali so v vrsti za osnovne dobrine, prašek, kruh. Med čakanjem v vrstah so se ljudje med seboj spoprijateljili. Eden in edini voditelj je bil Enver Hoxha, ki so ga imeli vsi radi, mu ploskali in mahalili z zastavicami. Pred je-

**Česar nimaš ali ne
pознаš, tega ne pogrešaš.**

drskimi napadi iz tujine so bili zaščiteni z betonskimi bunkerji, nihče jim ni mogel do živage. Močno zaprta in izolirana država ni imela stikov iz tujine. Zgodilo pa se je, da so televizijske antene ujele kakšen makedonski ali italijanski signal. Tedaj so vsi prišli k čudežni škatli in občudovali

reklame, lepe obraze čudovite izdelke ali kakšno športno telmo. Ne le otroci, tudi odrasli so bili presrečni, ko so dobili prazno pločevinko Coca-Cole ali Fante. Postavili so jo kot najbolj imenitno vazo nad televizor ali na poličko. Zaradi dediščine sta babica in mlada Lea potovali v Grčijo. Ali je to mogoče, toliko izdelkov, ponudbe, ljudje pridejo in izbirajo, nihče jih ne nadzoruje. Spomnili se boste svojih poti čez mejo in nakupovanja nečesa boljšega, kolon čez Ljubelj, pregledov na meji, strahu v šoli ali kje drugje, da ne bi otroci povedali česa, kar ne bi smeli, zamolčanih zgodb. Starjši, kotsi, bolj se spomniš le lepih stvari. In česar nisi poznal in okusil, tega ne pogrešaš. Kaj bi rekli, ali ste v gradili socializem ali je socializem gradil vas? Otroci in ljudje nasploh niso bili predebili, jedli so bolj zdravo hrano, manj so vrgli stran, niso bili odvisni od elektronskih naprav, imeli smo sneg pred hišnimi vrati in rajali v radosnih zime, zelo smo se veselili edinega dopusta, kampiranja v sindikalnih prikolikah. Slovenija je bila izločba socializma, morda bi za Albanijo lahko rekli, da je bila njeno skladišče. Če radi berete, vam bo tale knjiga zagotovo všeč.

JANEZ LOGAR

zakonski in
družinski terapevt



To je tehnično-zgodovinski pogled na družino. Genogram (razširjeno in obogateno družinsko drevo) je orodje, ki se pogosto uporablja v različnih terapevtskih in svetovalnih praksah, predvsem v družinski terapiji, psihoterapiji, medicini. Uporablja se za vizualno predstavitev družinskih odnosov in zgodovine ter pomaga razumeti vzorce, dinamiko in vplive na posameznika. Preprosto povedano: pomaga nam razumeti, od kod prihajamo, iz kakšne družine, v kakšnih vzorcih smo se oblikovali. Za dober genogram potrebujemo dobre in predvsem veliko informacij. Smiselno je, da nekaj vemo vsaj o

štirih generacijah. Genogrami so lahko preprosti, lahko zelo natančni in nam ponudijo veliko informacij. Preprosti genogrami »niso nevarni«, natančni pa so za veliko ljudi »nevarni« in se jih zato ne lotijo – razložimo na koncu članka. Tehnično na listu papirja vidimo okolje, v katerem smo zrasli, vidimo, v kakšnem okolju so zoreli naši starši. O vplivu okolja na naše gene smo pisali v mesecu februarju (epigenetika).

Genograme vedno narišemo. Papir naj bo zelo velik, da nam ne bo zmanjkalo prostora. Za moške osebe uporabljamo kvadrate, za ženske osebe kroge. Narišemo ga vsaj v štirih nivojih. Vsak nivo je ena generacija. Spodaj so najini otroci, en nivo višje sva midva z ženo, nad nama so najini starši in na vrhu so najini stari starši. Tako kar naenkrat vidimo razširjeno družino z veliko osebki. To je okolje mojih otrok, mene in mojih staršev. Bolj nazaj običajno nimamo veliko podatkov. Nato k posamezni osebi (ali h kvadratu ali h krogu) vpisujemo podatke. Začnemo pri »nevarnih« podatkih: ime (priimek), datum rojstva, datum smrti, datum poroke, morda izobrazbo, običajni kraji preživljanja dopustov, podjetje, kjer delamo ... Vendar

pravi čar in koristnost genograma je vnos »nevarnih« podatkov k posamezniku: npr. splavi, prisotnost alkohola ali mamil, izvajanje fizičnega nasilja, spolne zlorabe, umori, prisotnost hudih duševnih bolezni, čudaka obnašanja posameznikov, udeležba in aktivnosti v vojnah, samomori, hude telesne bolezni, igre na srečo, izgube premoženja, bankroti, genocid ... Posebno pog-

**Razmislite o svojem
družinskem vzorcu -
našli boste odgovore na
vprašanja, ki jih nosite v
sebi.**

lavje so tabu teme, zamolčane teme, ki jih nosijo družine (npr. prikriti nezakonski otroci), prikriti istospolne zveze, prisilne poroke, izgnanstvo, taborišča ... Zaradi teh in takih tem postane risanje genograma »nevarno« in ljudje se ga običajno izogibajo.

Pravo eksplozijo informacij pa bomo dobili, ko bomov in med osebe v genogramu vnesli čustva. Kakose kdo ob kom na tej sliki genograma počuti. Bolj ko bomo gledali lasten genogram, bolj bomo šokirani, koliko in kaj vse se ponavlja med generacijami. Naslednjic ga narišemo!

Stane iz Barke, tisti s fotoaparatom in lajno

MAJA BERTONCELJ

raznolikost
in vključevanje

V tokre so v Knjižnici Medvode odprli razstavo fotografij z naslovom Labodi. Njen avtor je Stane Grandljič, ki prihaja iz Skupnosti Barke iz Zbilj, v kateri so osebe z motnjami v duševnem razvoju, njihovih asistenti in številni prostovoljci. Tudi na ta način se vključuje v družbo in v knjižnici je vedno dobro sprejet.

»Odpiramo najnovejšo fotografsko zgodbo Staneta Grandljiča, našega starega znanca in prijatelja. Zbrali smo se, da skupaj vstopimo v njegov svet, ki ga neutrudno beleži s svojim fotoaparatom, v svet, v katerem se srečamo z lepoto narave in utripom vsakdanjika. Stane se s fotografijo ukvarja že od otroštva, resneje pa od leta 1997, ko je svojo ustvarjalno pot povezal s skupnostjo Barke. Tokrat nas vabi ob Zbiljsko jezero, kjer skozi njegove oči in objektiv opazujemo labode: od prvih korakov njihovih mladičev do ponosne gracioznosti odraslih ptic. Vsaka njihova



Stane Grandljič z asistentko Jerico Krečič na tokrovem odprtju svoje fotografske razstave v Knjižnici Medvode. Tokratna tema so labodi. Danes ga čaka že nova vloga. V KUD Smednik bo z lajno nastopil v predstavi Žogica Nogica. Vesel je, da je sprejet in vključen v lokalno okolje. / Foto: Maja Bertoncely

fotografija nam pripoveduje zgodbo o tihem sožitju med naravo in človekom. Naj vas prevzame ta lepota labodov in zgodba, ki jo pripovedujejo,« so na odprtju povedali v Knjižnici Medvode.

Stane je prvi barkač in v medvoškem okolju najbolj poznan. Fotoaparati je njegovi stalni spremljevalci. Na vprašanje, kako rad govazame s seboj, če bi ocenil od ena do deset, je brez premisleka

odgovoril dvajset in se nasmešnil. Na tokratni razstavi predstavlja fotografije, ki so nastajale skozi daljše časovno obdobje in z različnimi fotoaparati. Zelo se je razveselil novega z boljšim objektivom,

skozi katerega ustvarja še kvalitetnejše fotografije. Ker živi v Zbiljah, svet labodov dobro pozna. »Prav slišiš, kdaj priletijo kjezeru. Slišim ta zvok. Zelo so zanimivi,« je dejal. Labodjo zgodbo predstavlja skozi 22 fotografij. »Zadovoljen sem, če je dobra fotografija. Mora biti dobra in te so mi všeč,« je zadovoljen.

Odprtja razstave se je udeležila tudi asistentka Janica Krečič. »Staneta poznam dobro tri leta. Že ob prvem stiku z njim sem zaznala, da ima v sebi veliko življenja in velik čut do ljudi. Išče prijatelje znotraj in zunaj Barke. Izkotisti vsako priložnost za vključevanje v široko družbo. Pri tem nima težav, hitro naveže stike. Asistenti smo tukaj le zato, da mu pomagamo organizirati stvari, nato pa jih on samostojno nadaljuje,« je pojasnila.

Stane ima več talentov, s katerimi se predstavlja širši skupnosti. Danes, 4. aprila, bo v KUD Smednik v vlogi lajnarja nastopil na predstavi Žogica Nogica.

