



Slovenska zveza društev za telefonsko pomoč v stiski

... Telefoni za klic v sili so sestavni del zagotavljanja duševnega zdravja in psihosocialne pomoči. Gre za posebno obliko psihosocialne podpore, katere namen je takojšnja pomoč osebam, ki doživljajo stisko pri spopadanju s težavami v svojem življenju. Gre za dopolnilne storitve pri zagotavljanju pomoči na področju duševnega zdravja. ...



Vzroki stisk sodobnega človeka

... V zahtevnem sodobnem tempu življenja doživljamo obremenilne situacije na mnogih področjih, in če se predolgo ponavljajo, je normalno, da se srečamo z različnimi duševnimi stiskami. Vzroki za stiske so zelo različni, nastanejo pa, kadar obremenjujoča stanja ali okoliščine trajajo dlje časa, naj bo to nekaj tednov, mesecev ali let. Dlje kot razlogi za nezadovoljstvo in slabo počutje vztrajajo, bolj negativno delujejo na nas in naše duševno zdravje. ...



Supervizija kot podpora prostovoljcem

... Prostovoljci na telefonih za pomoč v duševnih stiskah so izpostavljeni čustvenim obremenitvam, ki lahko vodijo v izčrpanost zaradi sočutja, povzročajo zasičenost in v končni fazi vodijo celo v opustitev dejavnosti. V teh situacijah se je supervizija izkazala kot učinkovita metoda pomoči, kjer poteka konstruktivna razprava o tem, kaj in kako delajo. ...



Motnje vedenja in temperamenti

... Otroci instinktivno spoštujejo odrasle, ki znajo uravnavati svoje vedenje in se soočiti s svojimi šibkostmi na konstruktiven način. Ključ do uspeha torej ni le v poznavanju otrokovega značaja, temveč tudi v poglobljenem vpogledu v lastno naravo – le tako lahko učitelj vzpostavi avtentičen stik z učenci in ustvari temelje za učinkovito in harmonično vzgojno-izobraževalno okolje. ...



Spolna vzgoja mladih

... Včasih si mislimo, da ne poznamo dovolj medicine, da bi odgovarjali na vprašanja otrok, zato smo raje tihi. Otroci in mladostniki pa ne iščejo strokovnih odgovorov, ampak človeka, ki se trudi, jim je na voljo, se pogovarja tudi o kočljivih temah ter ima svoja stališča in spregovori o svojih izkušnjah. ...

Uvodnik

- 3 *Silvo Šinkovec: Kaj človeka osrečuje?*

V žarišču: Klic v stiski

- 5 *Samo Babuder: Slovenska zveza društev za telefonsko pomoč v stiski*
7 *Nada Tržan-Herman: Prvi klic v stiski*
9 *Darinka Vrabič: Dr. Cvijeta Pahljina in njena dobrot*
11 *Prostovoljka: Prostovoljstvo na telefonu TOM*
12 *Tatjana Gorjanc: Tvoj telefon v Postojni*
14 *Jovan Popov: Društvo Čriček Ormož deluje 25 let*
16 *Samo Zupanc: Vzroki stisk sodobnega človeka*
18 *Brigita Rupar: Supervizija kot podpora prostovoljcem*
20 *Prostovoljec: Poslušati na telefonu za klic v duševni stiski*
20 *Sonja Molek Cestnik: Klic, ki se je moral zgoditi*

Naš pogovor

- 22 *Ksenija Fänrich: dr. Eva Trpin Fortuna: Duh ostaja vedno mlad*

Biti vzgojitelj

- 26 *Leon Kernel: Adam, kam si se skrile?*
28 *Katarina Jensterle Nečimer: Motnje vedenja in temperamenti*

Vzgojni načrt

- 30 *Octavian M. Machidon: Pametni telefoni in otroštvo*
32 *Branka Borjanič: Socialna povezanost*
34 *Urška Končan: Beseda zdravi ali...*

Starši

- 36 *Barbara Zupančič: Medgeneracijsko sodelovanje v luči demografskih sprememb*
38 *Benjamin Tomažič: Spolna vzgoja mladih*
40 *Tina Mežnar Kosec: Travma pri otroku*

Področja vzgoje

- 42 *Milček Komelj: Slikarkin klic upanja*
44 *Toni Kores: Nasilje – vse, kar nam je storjeno na silo*

Duhovni izziv

- 46 *Janko Jarc: Jezus med nami*
47 *Barbara Peterlin: V vojni sva se srečala*

Izkušnje

- 48 *Lucija Gerdevič: Spremljevalci otrok s posebnimi potrebami v vrtcu*
50 *Klara Lanc: Sodelovanje staršev in učiteljev za uspešen razvoj otroka*

Iz življenja DKPS

Napovedni koledar

Bralni namig

Summary

Slovenska zveza društev za telefonsko pomoč v stiski



■ **Samo Babuder**, psihoanalitični psihoterapevt, je predsednik Slovenske zveze društev za telefonsko pomoč v stiski.

Združeni narodi in Svetovna zdravstvena organizacija ter druge svetovne in regionalne organizacije poudarjajo, da sta duševno zdravje in psihosocialna podpora bistvenega pomena za posameznikovo dobro počutje ter polno delovanje in udejstvovanje v življenju. Telefoni za klic v sili so sestavni del zagotavljanja duševnega zdravja in psihosocialne pomoči. Gre za posebno obliko psihosocialne podpore, katere namen je takojšnja pomoč osebam, ki doživljajo stisko pri spopadanju s težavami v svojem življenju. Gre za dopolnilne storitve pri zagotavljanju pomoči na področju duševnega zdravja.

Telefoni za klic v sili imajo tri prepleta-joče se komponente. Prvi dve sta krizna intervencija in psihosocialna podpora. Tretja, ki določa vrednote in edinstveno značilnost telefonov za klic v sili, pa je oblika pristnega druženja – prijateljska interakcija. To je posebna oblika druženja, ki v trenutkih obupa daje upanje – zave-danje, da je nekomu mar. Je večšina – ne-profesionalna podpora, ki ima prav zaradi tega nedvomne prednosti. Vključuje de-ljenje čustev, bolečine in misli v okolju, ki temelji na sočutju in empatiji in ki nudi občutek varnosti ter tolažbo brez vsakršnega obsojanja. Oseba, ki nudi takšno interakcijo, izraža pristno zanimanje in skrb za osebo v stiski. Poslušanje z glo-bokim občutkom spoštovanja je ključni izraz pristnega druženja, ki osebi v stiski omogoča, da na njej lasten način izrazi svoja čustva in potrebe. Med pristnim druženjem poteka proces opolnomoče-nja, ki gradi na virih moči, ki jih ta oseba nosi v sebi.

Tu smo za vas

Temeljne vrednote društev v Slovenski zvezi društev za telefonsko pomoč v stiski (skrajšano STS) so zapisane v etičnem ko-deksu zveze:

- Zaupni telefoni za pomoč v duševni stiski delujejo neprekinjeno 24 ur na dan, vse dni v letu.
- Vsak klicalec ima pravico do pomoči preko zaupnih telefonov v duševni sti-ski, ne glede na starost, spol, religijo, nacionalnost, vrednote ali prepriča-nja.
- Prostovoljec na zaupnem telefonu vodi pogovor prijazno, strpno in v skladu z načeli aktivnega poslušanja. Klicatelju ne vsiljuje svojih prepričanj, predlogov ali pričakovanj.
- Vsebina pogovora je strogo zaupna.
- Prostovoljec ostaja dosledno anoni-men, prav tako ima pravico do anoni-mnosti tudi klicatelj.
- Zaupni telefoni v duševni stiski de-lujejo na prostovoljski osnovi. Pro-stovoljci so ustrezno usposobljeni, društvo in vodstvo zaupnih telefonov pa zagotavljata in izvajata strokovno usposabljanje ter podporo.
- Pogovori so za klicalce brezplačni.

Področje delovanja zveze STS

Področje delovanja zveze STS je področje socialnega in zdravstvenega varstva. STS ima status humanitarne organizacije, ki

deluje v javnem interesu. Namen ustano-vitve zveze je, da bi dejavnost, ki že teče znotraj posameznih društev, članov zve-ze, potekala kontinuirano, strokovno in tehnično ustrezno organizirano, da bi se učinkovito povezovali s sorodnimi obli-kami organizirane pomoči ljudem v stiski doma in v tujini ter da bi se lažje povezo-vali za skupno nastopanje pred upravnimi organi in strokovnimi institucijami na na-cionalni in lokalni ravni.

Delovanje STS urejajo Zakon o društvih, Zakon o prostovoljstvu ter Zakon o hu-manitarnih organizacijah. Organi STS se srečujejo na rednih sejah in najmanj en-krat letno organizirajo skupščino STS kot njen najvišji organ. Na skupščini delegati posameznih društev, povezanih v zvezo, odločajo o vseh pomembnih zadevah, ki se navezujejo na uresničevanje poslan-stva in namena zveze. Realizacija sklepov, sprejetih na skupščini, je v pristojnosti in odgovornosti izvršnega odbora, ki je izvršilni organ zveze.

Sedanje delovanje zveze STS

STS nudi telefonsko pomoč 24 ur na dan, vse dni v letu, na treh linijah hkrati. Dve li-niji pokriva Društvo Zaupni telefon Sama-rijan, eno linijo pa preostala društva (Klic upanja Celje, Tvoj telefon Postojna, Čriček Ormož), ki so povezana v mrežo Sopotnik. Sopotnik ima tedenski urnik, po katerem posamezna društva prevzemajo linijo 116 123. Prevezave med društvi v tehničnem smislu ureja Telekom Slovenije.

Društva v zvezi STS so imela v letu 2024 skupaj 248 aktivnih prostovoljcev, sedem oseb v delovnem razmerju, opravljenih je bilo 32.678 klicev v povprečnem trajanju 22 minut. 47 odstotkov vseh klicev sodi v