

Miran MOŽINA

Uvodnik o spolnosti in psihoterapiji

Editorial about sex and psychotherapy

*»Brez spolnosti bi bili nevarno neranljivi. Morda bi celo verjeli, da nismo absurdni. Ne bi tako od blizu spoznali zavrnitve in ponižanja.«
Alain de Botton (2015: 112)*

Študijski dnevi SKZP na Rogli od 3. do 5. junija 2016 so imeli naslov Spol in spolnost v psihoterapiji. Čeprav se jih tokrat nisem udeležil, sem precej razmišljal, kaj bi lahko povedal o tej temi, če bi imel predavanje ali delavnico. Predstavlja namreč eno ključnih vsebin, ki jih poučujem kot učitelj in ki se vedno znova pojavlja v pogovorih s supervizanti, ko spremljam njihovo terapevtsko delo (Možina, 2014abcd).

Kljub velikim kulturnim premikom, do katerih je na področju spolnosti prišlo v drugi polovici dvajsetega stoletja, tako da včasih govorimo kar o »seksualni revoluciji«, opažam pri študentih, da se jim pri razkrivanju področja spolnosti pri klientih zatika. Včasih že težko sploh direktno vprašajo ali pa se prehitro zadovoljijo s površnimi odgovori. Če malo karikiram, velikokrat supervizanti poročajo o takem poteku pogovora: »Kako pa vaše spolno življenje?« v določenem trenutku vprašajo klienta, ki na primer ni prišel v terapijo eksplicitno zaradi težav v spolnosti in ki zato običajno sam ne načne te teme. »V redu,« odvrne klient in že se pogovor obrne v drugo smer. Običajno supervizante spodbujam h konkretizaciji, da naj torej nadaljujejo z vprašanji, kaj pomeni ta v redu: Kdaj, kje, v kakšnih okoliščinah, kako, s kom, kolikokrat itn. je »v redu«.

Prepoznavanje in preokvirjanje osebnega in kulturnega nelagodja povezanega s spolnostjo

Seveda je konkretizacija prav tako pomembna, ko se klienti obračajo po pomoč zaradi težav v spolnosti. Pričakovali bi, da je samoumevno, da si terapevt ustvari čim bolj natančno sliko, pa velikokrat ni tako. Spomnim se na primer supervizanta, h kateremu je prišel mlad moški s težavami z impotenco, pa mi je poročal, da mu je težko spraševati o tem, ker čuti, kako je klientu mučno govoriti o svojem mlahavem udu, ki odpove, ko bi ga najbolj rabil. Tako sta odprla cel kup drugih tem, okoli impotence pa sta se vrtela kot maček okoli vrele kaše. Supervizanta sem nato vprašal, kako bi postopal, če bi na primer klient iskal pomoč zaradi težav s šefom. Bi tudi tam težko vztrajal, ko bi začutil, kako je klientu težko govoriti o tem, kako pred šefom odpove v trenutkih, ko bi bilo najbolj važno, da je asertiven in da se izkaže? O ne, tam bi pa seveda natančno povprašal, je odvrnil supervizant.

Ker pa tesnobo in sram ter iz njiju izhajajoči zadržanost in nerodnost pri odpiranju pogovora o spolnosti dobro poznam tudi iz lastne izkušnje, sem pri dajanju tehničnih in metodičnih napotkov supervizantom (še bolj kot običajno ob obravnavanju drugih tem) pozoren na to, kako z vsakim posebej soustvarjam varen odnosni prostor. To pomeni, da nisem usmerjen le na besede, ampak še bolj na neverbalno dogajanje in v okviru tega na znake nelagodja pri supervizantu, ki se lahko pokažejo v spremembi položaja telesa, intonacije glasu, hitrosti govora ipd. Nelagodje pravzaprav celo pričakujem in ga razumem kot izjemno dragocenega, ker predstavlja avtentičen odziv. Podobno kot de Botton (2015) celo upam, da se nelagodja v zvezi s spolnostjo niti psihoterapevti niti ljudje na splošno ne bomo nikoli osvobodili, ampak da ga bomo raje slavili, ker predstavlja pomemben civilizacijski dosežek.

Menim, da je prav prepoznavanje nelagodja in njegovo drugačno razumevanje (preokvirjanje) odskočna deska k novi naravnosti na področju spolnosti. V pogovorih s supervizanti ne pomagam do nove drža, ki je dobrohotna do sobivanja s to silovito in neukrotljivo dimenzijo našega bivanja, le njim, ampak tudi sebi. Hkrati računam, da se vsakokrat, ko pride do dragocenih trenutkov empatične odnosne uglašenosti med mano in supervizanti, poveča verjetnost, da se bo pri odpiranju tematike spolnosti podobno lahko zgodilo tudi v njihovih odnosih s klienti. Saj je tudi pri njih nelagodje, ki se pogosto pokaže kot aktivacija simpatičnega živčnega sistema (npr. suha usta, napete mišice, znojenje, živčne kretnje, bledica, plitvo in hitro dihanje, pospešeno bitje srca) in kot sprememba v toku pogovora, ko preskočijo na drugo temo, intelektualizirajo, poskušajo biti duhoviti ipd., avtentičen odziv. Gre za vstopanje na področje, »kamor le norci drvijo in se angeli bojijo stopiti«, če parafraziram verz Williama Blakea (Bateson in Bateson, 1987) in kjer lahko hitro pride do čustvenega posiljevanja. Zato je najboljša taktika treh p-jev - počasi, postopno in pazljivo – in manj je več. Za spremembo nelagodja v telesu in neprijetnega vzdušja v odnosu je potreben čas in sprejemajoče zavedanje, da se potem spontano prevesi v pozitivno smer.

Pri obravnavanju spolnosti se bolj izrazito pokaže, kar pri delu na drugih temah manj bode v oči, kako smo, tako klienti kot terapevti, potopljeni v kulturo, kjer v zvezi s spolnostjo skoraj vse muči cela paleta nelagodja - od občutkov krivde, sramu, nervoze, tesnobe, nenavadno motečih želja pa tja do popolnega nezanimanja ali celo gnusa. Seksa se ne lotevamo, kakor mislimo, da bi se ga morali in kot si predpostavljamo, da uspeva drugim - »z veseljem, športno, brez obsesij, premočrtno in prilagojeno« (de Botton, 2015: 9). Skupaj plavamo v nečem, kar bi lahko poimenovali »spolna nevrotska kultura« (Charlton, 2004). Ker večinoma gledamo na področje spolnosti skozi prizmo globoko zgrešenih idej, kaj je normalno, se na splošno vsi počutimo deviantno (de Botton, 2015: 9).

Koliko smo se na področju spolnosti osvobodili norm, spon krivde in sramu iz preteklosti?

Bolj svobodomiselnih se v našem kulturnem okolju večkrat hvalijo, da smo se na splošno končno rešili spon verskega fanatizma in družbenih norm, ki so nas na področju spolnosti stoletja držale ohromljene in zmedene v občutkih krivde in sramu. Danes se smejejo časom, ko ljudje niso ničesar vedeli o ščegetavčku in erekciji in so verjeli, da jim bodo odpadle roke, če masturbirajo (de Botton, 2015: 10). Manj pa se zavedajo

nove zablode, ko si domišljajo, da so težave naših očetov in dedov, mater in babic stvar preteklosti, ki na nas nima upoštevanja vrednega vpliva. Prav psihoterapevti smo tisti, ki lahko opozarjamo na to pretirano poenostavitev, saj se pri svojem vsakdanjem delu stalno srečujemo s pojavom t. i. transgeneracijskega prenosa. Ker vemo, kako močan vpliv imajo družinske zgodovine na naše ljubezensko in spolno življenje, negujemo stik z njimi tako pri samih sebi kot tudi pri klientih, da bi se izognili pretirani potlačitvi.

Nedavno je moj nekdanji profesor na medicinski fakulteti Marjan Kordaš, ki je v svojem petinosemdesetem letu še izjemno vitalen, izdal knjigo esejev z naslovom *Eros in psihe: filozofija ljubezni* (Kordaš, 2016). V njej se me je posebej dotaknil spomin iz otroških let, v katerih je bil deležen stroge katoliške vzgoje:

»Takrat se je vsepovsod izvajala dosledna spolna segregacija. V moji otroški družbi so bili sami fantiči. Seveda smo razločevali *ta sprednjo* in *ta zadnjo*. Vilče, najstarejši med nami, je slednjo poimenoval rit in nam jo enkrat, po ceremonialnem uvodu, tudi pokazal. Eno najbolj žgočih vprašanj mojega zgodnjega otroštva je bilo, kako se fantiči razlikujejo od deklic – ali bolje: po kakšnih merilih starši določijo, da morajo fantiči no siti hlače, deklice pa krilca. V naših otroških predstavah so deklice, za nas eksotična bitja, imele le *ta zadnjo*, *ta sprednje* pa ne. Ta teorija je bila zelo trdna vse dotlej, ko jo je nekdo od nas skoraj izpodbil z dejstvom, da tudi deklice lulajo, torej morajo imeti tudi *ta sprednjo*. A končno je le obveljala prvotna predstava. Pojavil se je namreč očividec, ki nam je zatrdil, da je videl neko deklico, ki naj bi lulala s *ta zadnjo* [...] Kmalu potem se je rodila moja sestra. Ker jo je mama rodila doma, sem dobesedno dežural pri menjanju plenice, dokler nisem ugotovil razlike. In hkrati ugotovil, da je opazovanje sestrine *ta sprednje* – ki je bila nekakšno nadaljevanje *ta zadnje* – iz meni neznanih, a očitno skrivnostnih razlogov zelo nezaželeno. In končno sem na vse skupaj pozabil.« (Kordaš, 2016: 141-143)

Čeprav je Kordaševa otroška izkušnja oddaljena od sedanjosti samo lučaj enega človeškega življenja, si predvsem mlajše generacije, za katere je dostop do pornografije na medmrežju popolnoma samoumeven in si zlahka ogledajo na tisoče posnetkov *ta zadnje* in *ta sprednje*, težko predstavljajo, zakaj bi lahko bile take zgodbe iz preteklosti še kakorkoli relevantne zanje. Se ob njih lahko le prizanesljivo nasmejimo, saj smo jih prerasli in se jih popolnoma osvobodili?

Če je odgovor pritrdilen, zakaj je potem knjiga Milene Miklavčič Ogenj, rit in kače niso za igrače: *Kako so seksali in rojevali pred sto leti* (Miklavčič, 2014) dvignila toliko prahu. Avtorica meni, da je tudi to dokaz, da smo Slovenci na področju spolnosti še vedno zavrti in da imamo malo izrazov, ki bi o njej govorili na empatičen način in ne bi bili prostaški (Mager, 2014). Ali ni čudno, da je ob vsej sodobni vednosti na področju spolnosti, praktično to prva knjiga, ki poljudno, a etnološko dragoceno popisuje spolne običaje naših prednikov v začetku 20. stoletja na Slovenskem? Podatke je začela zbirati v devetdesetih letih prejšnjega stoletja, potem ko je za radio pripravljala prispevek o običajih pri žetvi pšenice in je naletela na starejšo gospo, ki ji je povedala kar nekaj zanimivih zgodb, ki so ji vzbudile veliko radovednost o spolnih navadah naših prednikov:

»V zelo krščanskem okolju je bilo vse, kar je bilo povezano s spolnostjo, *na-gravžno*. In ženske so se, tudi po načelih moje mame, ločile na *poštene* in *nepo-*

štene. Prve so šle k poroki nedolžne, tiste druge pa ne. In potem sem to gospo vprašala, kako so ženske vendarle uspele ostajati do poroke *poštene*, pa se je le smehljala, preden je dodala, da so znali, če je bilo treba, tudi malo pogoljufati. Pokazala mi je, kako so se naslonile na steno, fant je dvignil *kiklo* gor, spodaj so bile brez hlač, pa je naredil dvakrat ali trikrat *not in ven*, vendar ne *gor*, temveč *postran*, in vsa tista *moška svinarija* je stekla dol. Ona je ostala nedolžna, fant pa zadovoljen. Tako in tako ni bilo pomembno, da bi ona uživala [...]

Spolni odnosi niso bili nič kaj prijetni, predvsem ne za ženske. Moški so opazovali v hlevu, kako to med seboj počnejo živali, in so potem tudi oni žensko naskočili od zadaj. Duhovniki so imeli takrat neizmerno pomembno vlogo kot nekakšni zaupniki, svetovalci ljudem. Pripovedovali so mi o možu, ki je šel duhovnika vprašat, kaj to pomeni, da žena vsak mesec krvavi. Spet drugi niso vedeli, kaj naj naredijo, da se bo spočel otrok. Pa je župnik lepo povedal, kako in kaj: žena naj se uleže na hrbet, da vse štiri od sebe in leži pri miru, da bo mož čim hitreje našel *tisto zadevo* in da bosta, upoštevajoč sram in vse ostalo, na tak način hitro opravila. Skratka da se ne bo naredil greh. To pa je pomenilo, da žena pri tem ne bo uživala.« (Mager, 2014)

Kar še posebej pade v oči v pripovedih, ki jih je zbrala Miklavčičeva, je družbeno podrejena vloga žensk, ta pa se je začela temeljito spreminjati šele po drugi svetovni vojni. Znani angleški sociolog Anthony Giddens (2000) je v svoji študiji o samopomočnih gibanjih na področju partnerskih odnosov pokazal, kako je do t. i. »preobrazbe intimnosti« v Evropi in ZDA prišlo šele v drugi polovici dvajsetega stoletja. Neločljivo je povezana z demokratizacijo družbenih odnosov, predvsem z večanjem enakopravnosti žensk, pojavom kontracepcije in z opolnomočenjem gejev in lezbijk. Ker gre za tako kratko obdobje, je demokratizacija intimnih odnosov še krhka in polna senc preteklosti, saj so se izkušnje spolnosti, v katerih prevladuje nelagodje, transgeneracijsko prenesle in so v povojnih generacijah velikokrat potlačene, ne pa še predelane. Zato ni presenetljivo, da se v velikih študijah o spolnosti kaže, da je osvobajanje iz spon utesnjujoče preteklosti dolg in zahteven proces (npr. Hite, 2004). Sodobna ženska je v postelji še vedno polna strahov, pot do sproščenosti in užitka pa je veliko bolj ovinkasta, kot je to prikazano v tonah popularnih revij, ki so polne tehničnih nasvetov o širokih cestah, ki naj bi vodile do boljših orgazmov.

Kot velika past se je pokazala tudi medikalizacija in patologizacija tesnobe žensk, ki jo doživljajo na področju intimnosti. Diagnosticiranje spolnih motenj, ki prevladujoče psihosocialni pojav ožijo v polje psihiatričnih motenj, ima protislovne učinke (Tiefer, 1999, 2006). Predvsem v ZDA se je v drugi polovici dvajsetega stoletja razvila prava industrija spolne terapije. Na račun pretiranega poudarjanja fizičnih vidikov spolnosti se v medicinskem (psihiatričnem) pristopu zdravljenja, pa tudi v pretirano specializiranem psihoterapevtskem pristopu, zanemarjajo zgodovinski, kulturni in sociološki dejavniki, ki bistveno vplivajo na kvaliteto novodobne spolnosti.

Stari ideali v sodobni preobleki pretiranih ljubezenskih pričakovanj

De Botton opozarja, kako se je sredi 18. stoletja v novo nastajajočem družbenem sloju, buržoaziji, začel oblikovati nov, mogočen ideal: »Vseboval je idejo, da se od tistega časa zakonci ne bi smeli več zadovoljiti s toleriranjem drug drugega zaradi svojih otrok; namesto tega in dodatno k temu bi morali sprejeti za svojo dolžnost medsebojno globoko ljubezen in poželenje. Njihovi odnosi naj bi združevali romantično energijo trubadurjev s seksualnim entuziazmom libertincev.« (de Botton, 2015: 99)

V skladu z buržoaznim idealom ima torej sodobna ženska ali moški v našem kulturnem okolju v partnerskih odnosih izjemno visoka pričakovanja, na kar opozarja tudi Precht (2010). V enem samem odnosu bi morali najti romantično, erotično in družinsko izpolnitev. Poleg zanesljivega zakonca, na katerega naj bi se varno navezali, bi morali v njem ali njej najti neizčrpen vir romantičnega navdiha in čim dlje trajajočo močno strast in poželenje. Čeprav so tudi taki primeri, so izjemno redki. Večinoma pa zaradi prevelikih pričakovanj še povečujemo pritiske nase in na partnerja ter s tem frustracije in razočaranja.

Zato eno ključnih nalog psihoterapevtov vidim v tem, da sebi in klientom pomagamo k ozaveščanju prevelikih pričakovanj v spolnosti in ljubezni. Da bi vse bolj cenili, da so lahko dragoceni že drobci ljubezni in da za več zadovoljstva na področju intimnosti in v življenju nasploh ni nujen cel kolač. Da bi sprejemali prikrajšanost in pomanjkanje (čustveno in spolno) kot neizogiben del zrele ljubezni (Verhaege imenuje zrel odnos »trikotna ljubezen«, ker vsak partner nosi svoj manko in ob tem še vedno lahko veliko daje in sprejema, za razliko od »zrcalne ljubezni«, kjer vsak pričakuje od drugega, da bo zapolnil njegov primanjkljaj (Verhaege, 2002: 77-8)) in da bi sprejeli dejstvo, da nas nikjer ne čaka ta prava ali ta pravi oziroma duša dvojčica (Možina, 2014b).

Na prevelika pričakovanja opozarja de Botton tudi glede prešuštva. Po eni strani je pretirano, če pričakujemo, da je zvestoba samoumevna, po drugi strani pa je naivno prepričanje, da je možno čudežno preurediti vse pomanjkljivosti zakona z zunajzakonsko avanturo: »V dobro uravnoteženem zakonu si zakonca ne bi smela očitati občasne nezvestobe; prav nasprotno, morala bi biti ponosna, da jima je večino časa uspelo ostati zvesta svoji zvezi. Preveč ljudi začne zvezo z napačnim moralnim izhodiščem, samovšečnim roganjem skoku čez plot kot nečemu gnusnemu in nezamisljivemu. V resnici pa je zvestoba tako čudovita in vredna občudovanja, čeprav jo prevečkrat razumemo kot samoumevno in kot naravno stanje stvari. Pripravljenost para na opazovanje minevanja življenja iz kletke zakona brez odzivanja na seksualne dražljaje zunanjega sveta, je civilizacijski čudež in dobrota, za katero bi morala biti oba vsak dan hvaležna. Zakonca, ki si ostaneta zvesta, bi se morala zavedati stopnje žrtvovanja, ki ga vlagata v svojo ljubezen in otroke, in biti ponosna na svoje junaštvo [...] Zvestobo bi morali obravnavati kot dosežek in jo vseskozi slaviti – še najbolje s podeljevanjem medalj in javnim zvonjenjem, ne pa je podcenjevati kot nepomembno normo, katere kršitev s skokom čez plot mora povzročiti partnerjev bes.« (de Botton, 2015: 105-6)

Kaj početi s kondomi in »pičko«?

Menim, da psihoterapevti lahko pomembno prispevamo k bolj realni naravnosti in zmernejšim pričakovanjem glede ljubezni in spolnosti tudi s samorazkrivanjem. To je po eni strani možno na mikro ravni, ko podelimo svoje izkušnje klientom in kot učitelji edukantom psihoterapije, in na družbeni ravni, ko z refleksijo lastne izkušnje prispevamo k bolj realnemu javnemu diskurzu o spolnosti. Standardi poklica nam namreč narekujejo, da se moramo v lastnih (učnih) terapijah soočiti s strahovi, ki nas hromijo v intimnih odnosih, jih sprejeti, raziskovati in reflektirati. Zato želim podeliti nekaj izkušenj, o katerih večkrat spregovorim tudi s svojimi študenti, da bi zmehčal njihove in lastne zadrege.

Čeprav sem bil v času seksualne revolucije leta 1968 star 11 let, so moji spomini na otroška in najstniška leta iz vidika razvoja spolnosti lep primer sprehajanja po senčnih poteh, kjer sem se soočal z veliko tesnobe, sramu, negotovosti in prepuščenosti samemu sebi. Da bi se o svojem lulčku in z njim povezanih zadevah pogovarjal s svojo mamo, si nisem mogel predstavljati niti v sanjah (kot si tudi ona ni), edina možnost bi bil oče. Vendar kljub temu da je bil zdravnik, nisva nikoli spregovorila o spolnosti. Sam ga nisem zmogel vprašati, on pa mi tudi ni prišel naproti. Ko sem vstopil v najstniška leta, sem v njegovi omari s knjigami našel učbenik ginekologije. V njej je bilo veliko takšnih in drugačnih skic s prerezi ženskih spolnih organov, vendar si nisem znal dobro predstavljati, kako naj bi moški vtaknil penis v nožnico. Spomnim se, kako sem obračal knjigo sem in tja, da bi si lažje predstavljal, v kakšnem položaju je nožnica, če ženska stoji ali leži, preverjal položaj svojega tička, ko je od samozadovoljevanja nabrekli, vendar se koti niso izšli. Knjigo sem odnesel tudi v šolo in v odmorih je postala prava atrakcija, kjer sem se seveda poskušal pokazati kot nekdo, ki ve in sem, neveden, poučeval druge.

Težka je bila tudi pot spoznanja glede kondomov v gimnazijskih letih. Kot nedolžni, deviški najstnik sem najprej mislil, da ga je potrebno natakiniti pred spolnim odnosom. Tako sem si ga nadel vsakokrat, ko sem ocenil, da obstaja najmanjša možnost, da bi lahko prišlo do tega tako zaželenega dogodka, na primer pred kakšno zabavo. Seveda je zadeva padala dol, se mi »rolala« po spodnjih hlačah in sem moral vedno znova hoditi na stranišče in si ga natikati. Jasno je tudi, da sem jih porabil veliko, saj ko ga enkrat odvišeš, ga ne moreš več zaviti nazaj, »odrolanega« pa ne moreš natakiniti na ud. Potem pa je prišlo razsvetljenje. Nek konec tedna sem prespal pri sošolcu in zvečer sva se zapletla v pogovor z njegovim starejšim bratom, ki si je v spolnosti že nabral nekaj izkušenj. Ne vem po kakšnem srečnem naključju (saj sam nikakor nisem zmogel direktno vprašati, ampak sem se pred sošolci vedno delal, da mi je vse jasno) je beseda nanesla na kondome in njihovo uporabo. Živo mi je ostalo v spominu, da je brat vzel banano, nataknil gor kondom in komentiral, da je to potrebno narediti tik pred koitusom, ko imaš primerno trdega. »Ah, tako!!!« mi je odleglo na veke vekov.

V času svojega izobraževanja za učitelja sistemske psihoterapije v drugi polovici devetdesetih let sem prebral knjigo Bernieja Zilbergelda *Moška spolnost*, ki je kasneje izšla v novi izdaji tudi v srbskem prevodu (Zilbergeld, 2003). Prvo izdajo je v ZDA doživela leta 1978 in je vzbudila veliko zanimanje, saj je bilo takrat (in še danes) relativno malo knjig napisanih o moški spolnosti, večina se je ukvarjala z žensko. Ob branju odlomka, kjer opisuje, kakšna je bila običajna oblika komunikacije o spolnih temah med

ameriški najstniki v sedemdesetih, sem se takoj prepoznal v izpovedi ameriškega vrstnika:

»Probam vprašat folk, kva se počne s pičko. Ampak nočm, da bi frendi zvedl, da ne vem nč o tem, kva počet s pičko. Ampak kako zvedet, kako se to dela, ne da bi se izdal, da ne vem, kako se to dela?

Tako pristopm k frendu in mu rečm: 'Ej, stari, a si že kdaj kaj počel s pičkam?'

In on reče: 'Sm.'

In js rečm: 'Pa stari, kako ti je najbolj všeč?' In on reče: 'Pa tko, na običajm način.'

In js na to: 'Ej, sem slišu, da obstajajo razni načini, kako se to dela.'

In on reče: 'Ja, je ful načinov, ampak zdi se mi... tko, na običajm način...'

In js rečem: 'Aha, dobr star običajm način, kva počet s pičko, a ne!'

In tko, grem js in si probam zmislit, kako se to dela. Ko bom pršu tja, mi bo najblj bedn, k bom mogu sleč hlače. Sej veš, kr naenkrat, čist gou pred to punco. In kaj se zgodi pol? Al bi... al bi sam... sploh ne vem, kva nej nardim... js bom samo stau tm, in ona bo rekla, ne veš, kako se to dela? In js ji bom reku, vem, vem, ampak sem pozabu. Nikol nisem niti pomislu, da bi mi ona lahko pokazala, sej sm jst moški in ne želim, da bi mi ona kazala – nočem, da mi kdorkol pokaže, ampak bi rad, da b mi nekdo lahko podtaknu plonkič.« (Zilbergeld, 2003: 17)

Z nekaterimi sošolci sem ure in ure debatiral o seksu, a kaj, ko tudi oni še niso imeli izkušenj. Ker pa nas je bilo sram, smo se podobno kot ameriški vrstniki drug pred drugim delali, da vemo, kako je treba s pičko – na običajen način pač...

Tako kot se glede položaja *ta sprednje* in *ta zadnje* lahko danes vsak otrok podrobno seznanil na medmrežju, se tudi sodobni najstnik, za razliko od Zilbergeldovega iz sedemdesetih let, lahko pouči o tem, kaj početi s pičko, vendar pa se ob poplavi pornografije pojavljajo novi problemi, ki ovirajo razvoj konstruktivne in človeško izpolnjujoče spolnosti. De Botton na primer opozarja, da »pornografija, podobno kot alkohol in droge, uničuje sposobnost prenašanja določenih vrst trpljenja, ki jih moramo doživeti, če želimo pravilno usmerjati življenje. Natančneje, zmanjšuje našo zmožnost tolerance lastnih spremenljivih razpoloženj, nedefiniranih skrbi in dolgčasa. Naši občutki tesnobe so pristni, a zmedeni signali nečesa, kar je narobe, zato jim moramo prisluhniti in jih potrpežljivo razvozlavati – to so procesi, ki se jih težko lotimo, če imamo roko na računalniku, enem najmočnejših orodij motnje pozornosti, kar so jih kdaj izumili. Na nek način je ves internet pornografski, dobavitelj neprestanega vznemirjenja, za katerega nimamo notranje obrambe, zapeljivec, ki nas vodi po poteh, na katerih se redko skrivajo odgovori na naše resnične potrebe.« (de Botton, 2015: 86)

Samorazkrivanje o spolnosti v procesu psihoterapevtskega izobraževanja

Ko sem pred petindvajsetimi leti začel poučevati sistemsko psihoterapijo, sem se veliko spraševal, kako bi na najbolj učinkovit način pomagal edukantom, da bi se teme spolnosti v psihoterapiji lotevali bolj sproščeno. Jasno mi je bilo, da poudarek ne sme biti na učenju tehnik, ampak da je ključnega pomena sprememba terapevtove osebne drža oziroma naravnosti. Vedel sem tudi, da na tem lahko največ naredimo na izkusenih seminarjih ali v individualnih učnih terapijah. Nisem pa znal postaviti dovolj

dobre strukture in sistematičnih vsebin. Pri tem mi je bistveno pomagal Peter Nemet-schek, ki me je leta 1995 z možnostjo štipendije povabil v triletno izobraževanje za učitelja in supervizorja sistemske psihoterapije (Možina, 2016). Ko sem sprejel njegovo velikodušno ponudbo, nisem pričakoval, da bom prav za delo na temi »ljubezen in spolnost v psihoterapiji« dobil toliko dragocenih informacij, zgledov in spodbud.

Peter je tipični predstavnik »make love, not war« generacije, ki je zanetila kulturno revolucijo leta 1968. Ključen del tega kulturnega premika je bila tudi seksualna revolucija, ki se je med drugim kazala v poskusih podiranja seksualnih tabujev in iskanju novih oblik spolnega in ljubezenskega življenja, na primer v komunah. Tudi Peter je veliko let živel v komunah in je vse te izkušnje koristno uporabil, ko je leta 1977 ustanovil Nemško združenje za družinsko terapijo in svetovanje (VFT – Verein zur Förderung der Familientherapie und Beratung) in začel s prvimi edukacijskimi skupinami. Večdnevne seminarje je skupaj s sodelavci vodil v skromno, a prijetno domače urejeni podeželski hiši v Höhenbergu blizu Münchna, ki sem se jih udeležil tudi sam v času triletnega izobraževanja od leta 1995 do 1998. V tem, kako je Peter uredil hišo in omogočil skupinam okoli dvajsetih edukantov, da so skupaj bivali v njej, sami skrbeli za hrano in se ne le učili, ampak tudi družili, sem takoj začutil sledove komunitarnega duha kulturnega vrenja šestdesetih in sedemdesetih let, ki ga je Peter najprej kot alternativni umetnik in nato kot psihoterapevt ohranjal pri življenju. Kot učitelj je bil vedno na dosegu roke tudi kot človek, ki ga ni bilo strah samorazkrivanja, in je radodarno delil svoje strokovne in osebne izkušnje v okviru programa in v času neformalnih druženj, ko smo na primer skupaj kuhali in jedli.

Sam sem se tega duha temeljito nalezel, ko sem od leta 1983 do 2003 kot psihoterapevt delal na poletnih t.i. *Taborih za otroke in mladostnike s psihosocialnimi težavami* in v dejavnostih, ki smo jih razvijali med letom (Možina, 2014c). Okoli jedrne skupine, ki je štela okoli dvajset prostovoljnih sodelavcev, se je kot okoli kondenzacijskega jedra spletla socialna mreža, ki je delovala po načelih »odnosne skupnosti« (Jeriček, 2004: 57). Taka skupnost posameznika varuje, ščiti, zadovoljuje njegove potrebe po druženju, pripadnosti, ljubljenosti in mu pomeni psihološki dom. Ta projekt se je začel leta 1975 in je bil neposreden odmev na kulturni obrat leta 1968, ki je pri nas z nekaj letno zamudo dosegel višek na začetku sedemdesetih. Skupina študentov, ki je dala pobudo, je bila navdušena nad idejami antiavtoritativne vzgoje, ki so bile ena ključnih sestavin družbenega preloma leta 1968. Taborne smo razumeli kot skupnostni projekt za razvijanje nove, neodtujene oblike sožitja. Ključen del nove odnosne kulture je bilo tudi iskanje novega razumevanja in doživljanja intimnosti in spolnosti. Nekateri sodelavci smo se taborov udeleževali s svojimi družinami in smo iskali novo razmejitev med osebnim in poklicnim, postavljali smo pod vprašaj ustaljene vloge očetov in mož, mater in žena, saj smo živeli v času razpadanja ideala (mita) jedrne družine.

Tudi zaradi teh izkušenj sva s Petrom hitro našla skupno frekvenco in na seminarjih sem se počutil domače. Tako nam je na t. i. »seks seminarju«, kot smo ga kratko imenovali edukanti (uradni naslov se je glasil Seksualna terapija in terapija para), dal kot eno ključnih vaj - pogovor v ženskem in nato moškem krogu, kjer smo dobili navodilo, naj podelimo svoje izkušnje o lastnem razvoju spolnosti od otroških let do takrat. Na delovnem listu smo dobili vprašanja, ki so nam lahko bila pri tem v pomoč (glej tabelo 1; gre za dopolnjeno verzijo, saj sem kasneje za delo s klienti in študenti psihoterapije dodal še nekaj vprašanj iz Charltonove knjige o reševanju spolnih problemov). V prvi rundi

smo bili moški opazovalci, nato smo se zamenjali, za zaključek vaje je sledil pogovor v veliki skupini. Kot praktično vse vaje, ki smo jih delali v izobraževanju, naj bi tudi to kasneje uporabljali pri delu z družinami:



Petrovo izhodišče je bilo, da se tudi po t. i. »seksualni revoluciji« ne zgodi pogosto, da bi odrasli otrokom zaupali čustvene plati svojega spolnega razvoja. Otrokom pa je vsekakor lažje odraščati, če starši z njimi podelijo tiste izkušnje, ki so jim pomagale, da so se v svetu spolnosti bolje znašli. Pri delu z družinami je tudi ugotovil, da osvetljevanje izkušenj teče lažje, če v krog sedejo samo družinski člani istega spola, medtem ko jih nasprotni spol zgolj poslušata.

Tabela 1: Vprašanja za pogovore o spolnosti in ljubezni (iz gradiv za seminar Petra Nemetscheka in iz Teri Quatman, Razgovor i razmišljanje o seksualnosti. V: Charlton, R. S. (ur.) (2004). Rješavanje seksualnih problema. Zagreb: Profil International: 26-58.)

Družinsko / kulturno ozadje

- Kdo je bil v tvoji družini/doma, ko si odraščal/a? Kakšno je bilo življenje?
- Kakšna je bila mama v svoji spolnosti, goloti, besednem izražanju o seksu?
- Kakšen je bil oče v svoji spolnosti, goloti, besednem izražanju o seksu?
- Katera so bila tvoja najzgodnejša izgovorjena spolna sporočila? Mamina? Očetova? Katera so bila tvoja najzgodnejša neizgovorjena sporočila? Kako je bilo z goloto?
- Koliko so bili tvoji starši v tvoji prisotnosti spolni? Koliko ti je bilo to prijetno?
- Kakšno je tvoje versko/kulturno ozadje in sporočila?
- Katerih zgodnjih spolnih izkušenj se spomniš (npr. igra Doktor; radovednost v zvezi z lastnim telesom in telesi sovrstnikov ali sorojencev; kdaj in kako si opazil/a, da si deček ali deklica)? Koliko si bil/a takrat star/a (sam s seboj, s sorojenci, hišnimi ljubljenci, z drugimi istega spola, z drugimi drugega spola, v mešanih skupinah)? Kako si se počutil/a v zvezi s tem? Kako si prenašal/a sram in po drugi strani radovednost? Kako so starši postavljali meje? Kakšna je bila tvoja vloga? Si se poskušal/a skrivati? So te kdaj ulovili? Kakšne so bile posledice? Kakšen občutek imaš, ko se o tem naglas pogovarjaš?
- Koliko si bil/a »ženskasta« deklica ali »dečkasti« deček? Do kakšne mere te je zmedlo doživljanje lastnega spola?
- Ali si imel/a kot otrok spolne izkušnje z odraslimi? Ali si to kdaj za nekaj časa potlačil/a v nezavedno? Kje si v premagovanju travme teh doživetij?

Puberteta

- Opiši svoje doživljanje pubertete: (prva) menstruacija – postajam ženska!!, nočni izlivi/erotične sanje – postajam moški!!, telesne spremembe, pritiski, občutki, ki si jih doživljal/a ob vsaki od teh tem. Kaj si opažal/a pri prijateljih/cah? Katera vprašanja ste si postavljali?
- Kakšne uspehe in neuspehe si imel/a pri zmenkih in pri zvezah: prvi poljub, platonske ljubezni, sram, radovednost, užitek?
- Opiši svojo prvo spolno izkušnjo z drugo osebo. Kakšen vtis je to pustilo v tebi? S kom si se pogovarjal/a o tem?

Odraslost

- Kaj ti je na tvojem telesu všeč in kaj ne?
- Koliko so te zadovoljile tvoje glavne heteroseksualne ali homoseksualne zveze? Kaj so bile najbolj pozitivne spolne izkušnje tvojega življenja? Kaj je bila najbolj negativna spolna izkušnja tvojega življenja?
- Imaš spolne fantazije? Opiši jih!
- Kakšen je tvoj spolni življenjski stil/vedenje, vključno s pomembnimi spremembami?
Kakšne so tvoje trenutne spolne aktivnosti, nagibi, kako jih uresničuješ?
- Kako se ti in tvoj partner/ka pogovarjate o svojih spolnih odnosih?
- Kakšna je tvoja osebna teorija glede biseksualnosti in homoseksualnosti?
- Ali si imel/a zdravstvene probleme (npr. neplodnost), ki so vplivali na tvojo spolnost? Imaš zdaj spolne probleme? Ali si jih imel/a v preteklosti? Kaj si v zvezi z njimi ukrepal/a?
- Ali je v tvoji spolni aktivnosti prišlo do sprememb zaradi spolno prenosljivih bolezni?
- Kaj misliš, kakšna bo tvoja spolnost v prihodnosti?
- Katere vzorce prepoznaš, ko pregleduješ svojo spolno zgodovino? Kaj ti je všeč in kaj bi želel/a še izboljšati?

Kot strokovnjak/inja, psihoterapevt/ka

- Kako se kot terapevt/ka učiš spremljati druge pare v njihovi spolnosti in ljubezni? Kakšne izkušnje imaš pri psihoterapevtskem delu, ko obravnavaš spolnost in ljubezen?

Oddahnil sem si, da nismo bili prvi na vrsti moški. Kolegice potem niso samo prebile ledu začetne zadrege, ampak sem bil kar šokiran, koliko odkritosti so bile sposobne. Še posebno, ker se je pokazalo, da jih je od štirinajstih kar osem imelo relativno hude izkušnje spolne zlorabe, medtem ko so ostale poročale o bolj mehkih oblikah spolnega nadlegovanja. Priznam, da me je postalo kar sram, da sem moški. Bolj kot kdajkoli sem se zavedel, da živim v kulturi, ki je kljub humanističnemu napredku še vedno preveč seksistična, v kateri moški, gledano na splošno, kljub vse večji enakopravnosti žensk in kljub emancipatornim prispevkom feminističnih gibanj še vedno daleč pre pogosto neobčutljivo prestopamo meje.

Ko smo v notranji krog sedli moški, pa je sledilo še drugo presenečenje. Od osmih kolegov so imeli kar trije izkušnjo spolne zlorabe. Naenkrat so se mi zazdele vse moje stiske, zadrege in težave na področju spolnosti relativno nedolžne in mi tudi ni bilo težko podeliti, kako sem kot najstnik in študent imel probleme s prezgodnjim izlivom, o čemer v tako veliki skupini nisem še nikoli spregovoril.

Zavedel sem se, da sem imel kar srečo v svojem učenju na področju spolnosti. Naenkrat se mi je namreč obrnila perspektiva: tisto, kar sem do tega pogovora doživljal kot problematično oziroma kot svojo šibkost, sem zagledal v veliko bolj pozitivni luči. Do takrat sem na primer mislil, da je bila moja izkušnja prvega koitusa pri osemnajstih letih relativno pozna in da sem bil preveč obotavljiv in neroden. Ko pa sem slišal, kako so kolegice in kolege boleče zaznamovale prezgodnje izkušnje spolnih odnosov, sem jasno začutil, da je imel moj spolni razvoj v mladostništvu, od prvega poljuba do prvega koitusa nek naraven ritem. Kot da me je vodila neka notranja modrost in ne (samo) šibkost. Naenkrat se mi je moj prvi dolgotrajnejši odnos pri sedemnajstih letih s punco, ki mi je dovolila samo peting in sem bil stalno frustriran, da ni privolila na koitus, tako da sva se prej razšla, kot je prišlo do njega, zazdel prav zaradi tega dragocen. Manj je bilo v bistvu več. Iz primerjave s kolegi sem tudi spoznal, da sem se skozi svoje težave s prezgodnjim izlivom veliko naučil o svojem telesu, o čutenju, o razlikah med žensko in moško spolnostjo, veliko več, kot če teh problemov ne bi imel.

Poleg te vaje smo naredili na seks seminarju še veliko drugih, ki sem jih potem prenesel v program izobraževanja iz psihoterapevtske propedeutike in iz sistemske psihoterapije, ki ga danes izvajamo na Fakulteti za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani. Veliko vsebin, ki so bila povezana s spolnostjo, nam je Peter predstavil tudi na seminarju o delu s telesom, kjer sem prišel v stik z bioenergetiko in z metodami telesnih terapij in na t. i. seminarju za pare, kamor smo člani edukacijske skupine pripeljali tudi svoje zakonce oziroma partnerje/ke. Ta seminar, ki temelji na delu na sebi, je sedaj v programu naše fakultete eden najbolj priljubljenih.

Terapevtska drža pri obravnavanju spolnosti

Za konec naj na osnovi svojih izkušenj in iztočnic, ki jih je zbral Charlton (2004), povzamem nekaj napotkov za razvijanje konstruktivne terapevtske drže pri obravnavanju spolnosti, ki je predpogoj za to, da bomo tehnike in metode uporabljali bolj učinkovito in po meri klientov:

- gojimo spoštljiv odnos do kulturne nevroze naših klientov – zavedajmo se, da smo skupaj s klienti del iste kulture, ki je glede preobrazbe intimnosti v zadnjih desetletjih naredila velik razvoj, a pot je še dolga;
- razvijajmo avtentično spoštljivost s kontinuiranim reflektiranjem lastnih izkušenj v ljubezni in spolnosti ter s terapevtskim delom na lastnih problemih;
- zavedajmo se, da kot terapevti nastopamo »in loco parentis« - to pomeni, da zaradi transferja pri klientih neizogibno vzbujamo vzorce njihovih odnosov s starši (oziroma primarnimi skrbniki), ki predstavljajo njihovo ljubezensko matrico. Pripravljeni moramo biti na to, da nas bodo klienti idealizirali, podobno kot ko se zaljubljujejo, in da lahko pride do erotičnega transferja, katerega korektna obravnava lahko privede do izjemno dragocenega in in-

tenzivnega učenja. Kjer je transfer, je tudi kontratransfer, zato velja isto tudi za nas, terapevte. Ni potrebno, da se bojimo, če v določeni fazi idealiziramo svoje kliente in če se ob njih včasih vzbudi erotični kontratransfer. S pomočjo supervizije in intervizije lahko kljub temu ohranjamo korektne meje, da ne pride do zlorab klientov;

- ravnajmo s taktiko treh p-jev - počasi, postopno in pazljivo – in po principu manj je več, saj posegamo v področje občutkov krivde, sramu in potlačevanja;
- nelagodje je običajno in pričakovano ter predstavlja avtentičen vstop v področje spolnosti. Proslavljajmo, da bo vedno težko govoriti o seksu. Naj živijo zadrege! Tudi če bomo izumili še stotine psihoterapevtskih modelov in tehnik, naj to ne nadomesti naše eksistencialne, človeške odprtosti do klientov kot sopotnikov. Prav neukrotljiva sila spolnosti nas vedno znova spominja, kako krhki in ranljivi smo.
- veselimo se vznemirljive avanture raziskovanja spolnosti, saj ne poznamo dobro vode, po kateri sicer stalno plavamo;
- bodimo skromni, saj ne moremo spoznati pravih odgovorov, dokler ne bomo spoznali pravih vprašanj;
- spoznavajmo lastne rane, saj so največje in najbolj boleče med njimi povezane ravno s področjem ljubezni in spolnosti.

Naj zaključim z mislimi, s katerimi se konča sijajna knjižica Alaina de Bottona: »Lahko bi se celo sprijaznili z bolečino, ki nam jo povzroča spolnost, saj brez nje ne bi tako dobro razumeli umetnosti in glasbe [...] Mnogo manj bi bili seznanjeni z agonijo, posledično pa veliko bolj kruti in manj pripravljeni na smejanje samemu sebi.« (de Botton, 2015: 113)

Glede pričujoče številke Kairosa naj se v imenu uredniškega odbora najprej opravičim, da smo po dveh enojnih številkah v drugi polovici leta 2015 letos znova prešli na dvojne številke. Glavni in edini razlog je finančni. Ker so štiri številke stroškovno dražje, si jih v letošnjem letu glede na bilanco SKZP, nismo mogli privoščiti. Upamo pa, da bomo v letu 2017 spet lahko prešli na štiri enojne številke. Tudi zato, ker so člani SKZP enoglasno podprli predlog upravnega odbora, da se letna naročnina Kairosa vključi v šolnino novih generacij edukantov, tako da bodo le te avtomatično dobivale revijo. Prav tako je Fakulteta za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani sprejela sklep, da bodo nove generacije njenih študentov psihoterapije redno naročene na Kairos po istem ključu. S tem naj bi se povečalo število naročnikov do takega obsega, da bo možno financiranje štirih ločenih številk letno.

Tokratna poletna dvojna številka vam bo spet lahko popestrila »poletno šolo« med poležavanjem pod borovci, na obalah ali kjerkoli boste že preživljali poletni oddih. V znanstveno strokovnem delu lahko najdete:

- psihologinji Lucija Pažek in Sanja Roškar iz Oddelka za psihologijo Filozofske fakultete v Ljubljani sta skupaj z izr. prof. dr. Gregorjem Žvelcem vzeli pod drobnogled koncept mentalizacije, to je zmožnosti za razumevanje lastnih mentalnih stanj in mentalnih stanj drugih ljudi, ki je v zadnjih letih kot skupni faktor

različnih psihoterapevtskih smeri za psihoterapevte vse bolj zanimiv. Tudi zato, ker je predmet številnih raziskav, kar avtorji pregledno prikažejo. Na koncu podajo nadaljnje možnosti raziskovanja;

- as. dr. Anja Kozina iz Fakultete za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani je, potem ko je v prvi dvojni številki Kairosa leta 2015 objavila članek o povezavi med nezvestobo v partnerskem odnosu in travmatičnimi izkušnjami v primarni družini, na podlagi svoje doktorske disertacije o nezvestobi pripravila nov zanimiv prispevek. Tokrat je s pomočjo anketiranja 29 zakonskih in družinskih terapevtov preverila, koliko so pri delu s primeri nezvestobe v partnerskih odnosih odkrili razne oblike zlorabe v njihovi primarni družini in kateri pomembni dogodki v psihoterapevtskem procesu so pomagali pri predelavi teh težav;
- doc. dr. Kristina Brajović Car iz Fakultete za medije in komunikacijo, Univerze Singidunum v Beogradu, TA psihoterapevtka, je skupaj s študentom te fakultete Patrickom Ellerischem in doc. dr. Jasmino Nedeljković iz Fakultete za pravne in poslovne študije v Novem Sadu s pomočjo Testa gonil 35Q prikazala razlike med srbskim in hrvaškim vzorcem s ciljem, da bi preverili psihometrične značilnosti testa v srbskem in hrvaškem prevodu. Pri tem se je pokazala zanimiva kulturna razlika med gonili »Pohiti« in »Bodi popoln«, pri katerima se se pokazale višje vrednosti na srbskem vzorcu;
- psihologinja Karmen Urška Modic iz Družbenomedicinskega inštituta ZRC SAZU je skupaj z izr. prof. dr. Gregorjem Žvelcem s 16 klienti izvedla kvalitativno analizo pomagajočih vidikov terapevtskega odnosa v integrativni psihoterapiji. Z vidika terapevtovega doprinosa k zdravilnemu terapevtskemu odnosu sta se izkazali kot najbolj pomembni kategoriji empatična uglašenost in sprejemanje;
- dr. Matej Černigoj, predavatelj na Fakulteti za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani, je skupaj s študentko magistrskega študija Kognitivne znanosti na Univerzi v Ljubljani, Julijo Podbevšek, temeljito pretresel uporabo pojmov zasvojenost in odvisnost, ki je v svetovni strokovni literaturi nediskriminativna in kaotična. To ima zaradi njenih različnih pomenov neugodne posledice za praktično delo s prizadetimi ljudmi, za znanstveno raziskovanje te problematike, pa tudi za širši družbeni odnos do nje. Avtorja se na podlagi poglobljene analize zavzemata za rehabilitacijo in pretežno uporabo izraza zasvojenost, pri čemer izpostavita tudi področja primerne uporabe izraza odvisnost;
- Gregor Humar, ki na Fakulteti za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani študira psihoanalizo in je v prvi dvojni številki Kairosa v letu 2015 objavil članek o pojmu transferja pri Lacanu, bo tokrat marsikakšnega bralca seznanil z novo motnjo, t. i. mizofonijo, pri kateri oseba doživlja zelo močne in nesorazmerne čustvene odzive na pogoste zvoke ali vizualne podobe;
- plodno pero psihiatra in psihoterapevta doc. dr. Roberta Oravecza, ki je eden najbolj priljubljenih predavateljev na Fakulteti za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani, se je tokrat razpisalo o poklicni, preneseni travmi. Gre za pojav, ko se pacientove travme lahko prenesejo na terapevta, tako da pride do negativnih posledic na njegovi osebnosti, kapaciteti za empatijo in vedenju;
- Silvana Kokol, specializantka psihoanalize na Fakulteti za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani, je skupaj z dr. Marjo Kuzmanič, ki je magistrirala iz eksistencialne psihoterapije v Londonu in ki dela na področju zasvojenosti v Amsterdamu, podala pregled doprinosa Irvina D. Yaloma k

psihoterapiji. Njun članek se je dobro ujel z majskim izidom prvega slovenskega prevoda ene od Yalomovih knjig pri nas. Pri založbi UMco je namreč izšel *Rabelj ljubezni*, v katerem ta mojster psihoterapije in pisane besede prikaže deset svojih primerov iz prakse. Če še niste zapolnili svojega poletnega bralnega programa, ne odlašajte s to poslastico, ki prikazuje psihoterapijo v njeni najboljši luči.

V informativnem delu pa vas tokrat čaka:

- nagovor Tomaža Flajsa, ki ga je imel ob prevzemu funkcije predsednika Slovenske krovne zveze za psihoterapijo 22. 9. 2015. V času od svojega imenovanja je na svoj temeljit in deloven način že uresničil marsikaj od obljubljenega;
- poročilo predsednice Društva za transakcijsko analizo Slovenije – Sloventa, Slavice Ravnik, o strokovnem srečanju z naslovom Otrok in mladostnik na poti v zdravo odraslost, ki je bilo v Ljubljani januarja 2016, kjer je bila ena glavnih organizatork in uvodna govornica;
- poročilo dr. Lucije Hrovat o kongresu z naslovom Medsebojni odnosi in spremembe v terapiji, ki je bil 8. in 9. 4. v Ljubljani. To je že sedmi kongres, ki ga od leta 2010 organizira Združenje zakonskih in družinskih terapevtov Slovenije, katerega predsednica je trenutno prav Lucija;
- pretresljiva izkušnja au pair pri dunajski družini, ki jo je slikovito in s psihoterapevtsko občutljivostjo opisala Maruša Grešak, študentka ekonomije in psihoterapevtske propedeutike na Fakulteti za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani;
- ponatis intervjuja, ki sem ga aprila 2016 imel za spletno revijo Žurnal in v katerem sem opisal svoje nekajletno sodelovanje s starši otrok, ki so zboleli za rakom;
- program in povzetki predavanj in delavnic 13. Študijskih dni SKZP z naslovom Spol in spolnost v psihoterapiji, ki so potekali od 3. do 5. junija 2016 na Rogli in ki jih je uredila Tamara Trobentar.

Naj vam poletno vročino osvežijo ustvarjalne misli, ki jih bodo vzbudile vsebine tokratnega *Kairosa*, in obogatijo vašo strokovno in osebno pot!

Viri

Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and Its Disorders*. Second edition. New York: The Guilford Press.

Bateson, G. in Bateson, M. C. (1987). *Angels Fear*. New York: MacMillan.

Botton, de A. (2015). *Kako še drugače misliti o seksu*. Ljubljana: Medijski partner.

Charlton, R. S., (ur.) (2004). *Rješavanje seksualnih problema*. Zagreb: Profil International.

Giddens, A. (2000). *Preobrazba intimnosti*. Ljubljana: cf.

Hite, S. (2004). *The Hite report*. New York: Seven Stories Press.

Jeriček, H. (2004). *Skupnost, izziv osamljenosti*. Ljubljana: Jutro.

Kordaš, M. (2016). *Eros in psihe: filozofija ljubezni*. Ljubljana: Založništvo J. Jezernik.

Mager, I. (2014). Intervju z Mileno Miklavčič, avtorico knjige *Ogenj, rit in kače niso za igrače*. <https://www.dnevnik.si/1042659827>

Miklavčič, M. (2013). *Ogenj, rit in kače niso za igrače: Kako so seksali in rojevali pred sto leti*. Žiri: Jutri 2052.

Možina, M. (2014a). Ljubezen je glavna tema mojega življenja in ena ključnih tem psihoterapije: intervju z Miranom Možino. *Slovenska revija za psihoterapijo Kairos*, letn. 8, št. 1-2: 175-215.

Možina, M. (2014b). Ljubezen pri psihoterapevtu: esej k drami Andrewa Bovlla Samba lantana. *Gledališki list Mestnega gledališča ljubljanskega*, letn. 64, št. 10: 27-39.

Možina, M. (2014c). Vzgoja in psihoterapija za skupnost po sistemsko. V Lojk, B. (ur.). *Vzgoja v očeh psihoterapevta - pogledi in praksa različnih pristopov: predstavitev psihoterapevtskih šol, udeleženk strokovnega srečanja Vzgoja v očeh psihoterapevta, Ljubljana, 28. februar - 1. marec 2014*. Kranj: Inštitut za realitetno terapijo: 215-251.

Možina, M. (2014d). Partnerski odnos v očeh psihoterapevta. V Lojk, B. (ur.). *Partnerski odnos v očeh psihoterapevta - pogledi in praksa različnih pristopov : predstavitev psihoterapevtskih šol, udeleženk strokovnega srečanja Partnerski odnos v očeh psihoterapevta, Ljubljana, 10.-11. oktober 2014*. Kranj: Inštitut za realitetno terapijo: 127-160.

Možina, M. (2016). Od učnih let do sopotništva s Petrom Nemetschkom. V Nemetschek, P. *Sistemska družinska terapija z otroki, mladostniki in starši: Model reke življenja in analogne metode*. Ljubljana, Vienna: Sigmund Freud University Press: 401-438.

Precht, R. D. (2010). *Ljubezen – kaotično čustvo*. Tržič: Učila International.

Tiefer, L. (1999). »Female sexual dysfunction« alert: A new disorder invented for women. *Sojourner: The Women's Forum*. October: 11.

Tiefer, L. (2006). Female Sexual Dysfunction: A Case Study of Disease Mongering and Activist Resistance. *PLoS Med* 3(4): e178. doi:10.1371/journal.pmed.0030178

Verhaege, P. (2002). *Ljubezen v času osamljenosti*. Ljubljana: Orbis.

Zilbergeld, B. (2003). *Nova muška seksualnost*. Beograd: Rad.