

Silvo Šinkovec

## Vsiljivost in nemoč

Na pogovor je prišel mož srednjih let in prosil: "Pomagajte mi. Zasvojen sem z internetom." "In kaj vas vleče na internet?" povprašam. "Ne morem se premagati, da ne bi šel na strani s pornografijo. Tam visim ure in ure. Delo pa čaka. V službi mi grozijo z odpustom." Neki študent pravi: "Pridejo dnevi, ko ne zmorem reči ne. Upira se mi, da bi šel na te strani, pa vendar vedno znova pristanem tam. Potem se počutim obupno." Trpi delo, trpijo odnosi, trpi samospoštovanje. Po vsaki novi izkušnji zasvojenosti se samospoštovanje zniža. Človeka mučijo neprijetna čustva: sram, krivda in jeza. Temu se pridruži še strah. Kaj, če drugi to odkrijejo? Ne bi se rad drugim razkril takšnega. Zaradi negativnih občutkov se je težko soočiti s seboj, s padci in vzroki zasvojenosti. Človek se spet vrne k alkoholu, drogi, spolnosti, v igralnico itd. Vsi negativni občutki se ponovijo. Krog zasvojenosti se sklene in zelo težko ga je prekiniti. V takšni situaciji človek kot obrambni mehanizem uporablja zanikanje. Zanika in minimalizira problem. "Saj ni nič hudega, saj problema sploh ni!" prepričuje sebe in druge.

Ameriški pastori so uvedli nedeljska srečanja, na katerih ljudje, ki so zasvojeni s pornografijo, izpovedujejo svoje težave. Pastorji, ki se za to pripravljajo, komentirajo njihove izkušnje in zanje molijo. To je mnogo bolje, kot da bi jih samo obsojali. Dolgo časa smo na primer na alkoholike kazali s prstom, se posmehovali in jih obsojali; danes jim pomagamo, da se odločijo in bolezen zdravijo brez občutkov sramu in s podporo družine ali skupnosti. Tudi zasvojenim s pornografijo je treba pomagati: delovati preventivno in zasvojenost zdraviti.

Prvi korak je ta, da zasvojenec izpove svojo težavo in jo s tem sebi in drugim prizna. To lahko stori osebi, ki ga zares razume in brez obsojanja sprejme. Drugi korak je, kot pri vseh zasvojenostih, vzdržnost. Tretji element je skupnost. V skupini človek dobi podporo, ker vidi, da ni sam s to izkušnjo in da ni edini, ki se je napotil na pot zdravljenja. Podpora skupine je zelo pomembna. Pomembno pa je tudi, da mu strokovnjak pomaga raziskati vzroke za težavo. Tako globlje razume sebe in se uči novih vzorcev vedenja. To osvobaja. Soočiti se je potrebno s simptomi, raziskati vzroke in se učiti novega vedenja.

Skoraj ni šole in doma, kjer otroci ne bi iskali internetnih in časopisnih strani, ki niso namenjene njim. Vsiljivost pornografskih materialov je velika. Časopisi, ki ležijo po družinskih kuhinjah in dnevnikih sobah, na primer, ne bi smeli imeti reklam za vroče linije. To tja ne sodi. Otrok ne bi smel imeti možnosti klicati na vroče linije, pred tem mora biti zavarovan. Če ne ravnajo etično ponudniki storitev, bi morali reagirati učitelji in starši. Mogoče se zbudijo šele takrat, ko dobijo mnogo previsok telefonski račun. Podobno je s kabelsko televizijo, kioski in trgovinami. Nedopustno je, da na krajih, kjer otroci kupujejo kruh, čokolado in lizike, bulijo v pornografske materiale. Vsaka šola, ki ima računalniško učilnico, bi morala poskrbeti, da otroci ne bi vstopali na internetne strani preko njihovih linij. Iz sodnih postopkov spolnih zlorab zvemo, da storilci spolnega nasilja uporabljajo pornografijo zase, pa tudi v samem nasilnem spolnem dejanju.

Lahko pričakujemo, da bo nov zakon o medijih prinesel nove navade ljudi? Bomo bolj pozorni do otrok in do oseb, ki imajo težave na tem področju? Ni prav, da so otroci izpostavljeni pornografskemu materialu: preko revij, časopisov, televizije, interneta, mobilnih telefonov itd. To je nasilje nad njimi. Vsi, ki vzgajamo, se moramo na tem področju mnogo bolj potruditi. Za otroke gre! Če imamo otroke res radi in če imamo sebe radi, se bomo potrudili. Vsi.