

"Otrok naj bo dvakrat na dan lačen"

Viljem Ščuka. Pediater, psihoterapevt in nasprotnik potrošništva. Vsi naši politiki so se izkazali kot slabi gospodarji, pravi. Stanje duha družbe pa ocenjuje kot mizerno.



- **Specialist za obravnavo psihosomatskih težav otrok in mladine**
Viljem Ščuka. Pediater s 40-letno prakso, psihoterapevt za mladino ter raziskovalec zdravja duha in osebnosti. Zdravnik, ki se je dodatno specializiral v šolski medicini, dispanzerski metodi dela in psihoterapiji ter opravil štiri podiplomske študije, da je svojo strokovno dejavnost lahko usmeril na področje odklonov v vzgoji, čustvovanju in vedenju ter v obravnavo psihosomatskih težav otrok in mladine. V Novi Gorici je v okviru zdravstvenega doma osnoval pedopsihiatrični dispanzer, vodil komisijo za razvrščanje otrok z motnjami v razvoju in organiziral ambulanto za obravnavanje boleznih odvisnosti.

"Starši običajno o svojih otrocih ne vedo nič ali prav malo. Narobe je, da smo vsi, ne le otroci, preveč nepotrpežljivi," pravi Vilijem Ščuka.

Kakšna je vaša ocena stanja duha v naši družbi? Vtis je, da nas vrtinči v totalnem kaosu – političnem, moralnem, gospodarskem, socialnem ...

Politike prav nič ne maram, to vam kar naravnost povem; naši politiki, levi in desni, so se izkazali

kot izrazito slabi gospodarji, v naši politiki manjka strokovnjakov. Sicer pa ocenjujem stanje duha družbe kot mizerno, kakovost bivanja je slaba. Zaznavam izrazit upad kulturne ravni oziroma življenjskega sloga, pa ne govorim o standardu. Ljudje se ne znajdejo, so preveč razvajeni, preveč odvisni od države, služb, potrošništva, razmišljajo o tem, ali bodo dobili

višjo plačo, kam bodo šli na dopust in podobno, premalo pa razmišljajo o sebi, svojem življenju.

Družba se ne razvija, ljudje so izpraznjeni in ne vedo več, kaj je sreča in kako malo je potrebno zanje – sprehod z družino; iskanje prvega zvončka v naravi z otroki lahko prinese veliko zadovoljstva, stane pa ne nič. A se tega ne zavedamo, ne znamo biti srečni? V bistvu so ljudje izpraznjeni, ne nesrečni.

Nakupovalni vozički so opremljeni s sedežem za dojenčke in malčke. Pravite, da zato, da bi ti čim prej spoznali hipermarkete, ki bodo postali sestavni del njihovega življenja, ampak tukaj vam je mogoče oporekati – sedež imajo zato, da olajšajo nakupe mamicam

...

Veste, kaj bi takšni mladi mameci svetoval? Naj gre otrok ob njej raje peš. Če ne hodi, naj ga vozi v vozičku, ampak ne po trgovinah, temveč naj ga raje pelje na sprehod v naravi, po parku ... Smo prazni potrošniki, ki se "tolažimo" s tem, da si kaj kupimo. Oglasi ustvarjajo neke umetne potrebe. Človek se kot bitje nagiba k ugodju; to ugodje, ki ga dajejo nakupi, traja nekaj sekund, a vendar ga človek išče, saj je to ugodje relativno preprosto ponavljati. Trgovci in neoliberalni politiki pa to izkoriščajo; ljudje postajajo odvisni od trgovin. To je globalni problem.

Odtujeni smo sami sebi; potrošništvo je velika slabost za razvoj človekove osebnosti, pomeni zastoj v njenem razvoju.

Je ugodje ob nakupu kaj daljše pri tistih, ki si kupujejo drage blagovne znamke in zanje zapravijo vrtoglave zneske denarja?

Odgovoril vam bom s ponazoritvijo dveh besed – "rabota" in "trošč". Prva pomeni porabo – če si torej porabnik, kupiš nekaj zato, da boš s tem nekaj počel, ustvarjal. Če pa si potrošnik, kupuješ zaradi prestiža. To daje le kratkotrajen občutek zadovoljstva, ubija našo kulturo in zmanjšuje domet našega duha. Človek postaja vse bolj izpraznjen, se ne zaveda samega sebe, krivda pa je absolutno v načinu šolanja.

Kaj pa starši – ali ni njihova primarna vloga tudi vzgoja?

Pa saj jih ni nihče nič naučil o vzgoji. Na cesti in na protestih bi se morala pojaviti akademska elita, ta pa molči, je ležerna, brezciljna, ne vidi možnosti napredka. In tudi ne ljubi se ji; lažje je brati knjige, pisati, nekaj raziskovati, pogosto tudi v prazno ... Slovenci smo na robu kulturnega zloma.

Stanje pri nas me spominja na dogodek v mestu Gogi. Naši intelektualci se oglašajo, ko so ogroženi njihovi statusi, bojujejo se za svoje plače – to pa je tako nizkotno! Zavzemati bi se morali za osebnostno zrelost, osebno svobodo, odgovornost, za to, da bi bilo njihovo poslanstvo resnično vzgoja otrok brez megle v glavi. Akademska elita večinoma ne zna usmerjati mladih. Pogosto me sprašujejo, zakaj se ukvarjam s šolstvom, če sem zdravnik. Moj odgovor je: zato, ker se s posledicami slabega šolstva srečujem kot zdravnik.

V svoji ambulanti imate tudi nekemične odvisnike. Kako uspešni ste?

Uspešnost mojih terapij je okoli 60-odstotna. Med drugim obravnavam fanta, ki napiše od 1.600

do dva tisoč SMS-sporočil na mesec; še med poukom na skrivaj piše, ne more si pomagati, in to ga seveda dekoncentrira. Zdravim z gibalno terapijo in tudi s terapijo z dotikom. Na začetku so me večkrat ozmerjali s pedrom, pa sem jim odgovoril, da sem morda res, a

lezbičen ... Potem pa ugotovijo, da dotika le ni tako grozno prenašati, nasprotno, da je človeško prijetno. Ljudje potrebujejo dotik, a ne le tistega, ki ga občutijo na koži. Staršem svetujem, naj otrokom med učenjem ali delanjem naloge nikakor ne dovolijo viseti na spletu. In še to – magična beseda pri vzgoji je “počakaj”. Z njo je treba vzgajati otroke.

Prav šokirana sem, ko slišim, da se v šolah dogaja tudi to, da učenci med poukom učitelju zabrusijo “Puši ku*”. Zatajila je vzgoja, kje je avtoriteta učitelja?**

Tak mladostnik nič ne razmišlja oziroma misli samo na to, kaj bi izrekel, da bo “kul”.

Pa kako je lahko kletvica “kul”?

Ker tak mladostnik ne razmišlja o sebi, svoji osebnosti. Je pa seveda tudi res, da avtoritete učiteljev ni več. Učitelj kot srednji razred in eden od stebrov izobraženstva je povsem propadel, ni ga več. Pa ne zato, ker ima nizko plačo, temveč ker ima malo znanja in je slabo ozaveščen. Nekateri učitelji so sicer zelo dobri, a ti večinoma gredo s šol, ker ne morejo sprejeti, da jim ne dovolijo svobode, jim ne dovolijo biti izobraženci, jim ne pustijo minute svobode, temveč jih nenehno zalagajo s programi, papirji, različnimi administrativnimi posli, tako da so povsem okupirani, ne mislijo s svojo glavo in nimajo časa za nič. V takšni družbi ne bi hotel biti učitelj, ne bi hotel biti prostitut nikogar. To, kar delajo ministri in politika z učitelji, je podlo.

Imate kakšen odziv šolnikov na to vaše razmišljanje?

Imam – učitelji so žalostni; pravijo, da sem eden izmed redkih, ki jih razumejo. A hkrati ne bi naredili nič; strah jih je za položaj in službo.

Zakaj pravite tudi, da je naša znanost obtičala?

Ker daje vtis, da je sama sebi namen. Zastala je pri razumu. Znano pa je, da razum in izkušnje dajo pamet. Če tej dodamo zavest o sebi, pa dobimo modrost.

Pred časom je na Obali združba fantov in dekleta vdrla v eno od prikolic v nekem avtokampu, se šla oralni seks, to posnela in dala na YouTube. Kdo je tu zamočil?

Virtualni svet računalnikov in spleta med mladimi je dejstvo. Na mariborski fakulteti so v neko

raziskavo zajeli okoli 27 tisoč mladostnikov; 53 odstotkov jih s svojimi prijatelji komunicira “virtualno”, manj kot polovica pa ima dejanski osebni stik. Tu se ne da nič, svet je dejansko postal virtualen. Različne objave na spletu so običajno tudi želja mladostnikov po petih minutah

slave, v konkretnem primeru pa se deklina verjetno ne zaveda, da bo posnetek na spletu ostal še dolga leta. In da bo, ko bo odrasla, zaznamovana s tem, težje bo dobila resnega partnerja, saj bo veljala za lahko. Žal mi je zanjo! Ne zaveda se posledic sedanjih nepremišljenih dejanj za svojo prihodnost. Razkazovanje telesa na spletu se mladostnikom ne zdi nič posebnega. Pa tudi sicer se jim preveč mudi odrasti, prehitujejo v vsem, ker jih nismo naučili biti potrpežljivi.

Sicer pa primer, ki ga omenjate, ni edini. Leta 2007 me je denimo poklicala ravnateljica Osnovne šole Šentvid pri Ljubljani in me prosila, naj pridem pogledat, kaj se dogaja. Nekaj 14-letnih učencev je seksalo po grmovju okoli šole kot zajci, dekleta so hodila v šolo brez spodnjic in se razkazovala ...

Ali ni to problem vzgoje doma?

Starši običajno o svojih otrocih ne vedo nič ali pa prav malo. Narobe je, da smo vsi, ne le otroci, preveč nepotrpežljivi.

V svoji dolgoletni praksi pediatra ste se srečali z izrazito spremenjenimi stanji duševnosti – včasih, pravite, otroci psihosomatskih motenj skoraj niso imeli, zdaj pa je teh veliko.

Ko sem začel delati kot zdravnik, je bilo psihosomatskih motenj malo, kakšno lulanje v posteljo in podobno, nič dramatičnega, zdaj pa se je izjemno povečalo število otrok s čustvenimi težavami. S starostjo otrok je vedno več čustvenih motenj, motnje mladostnikov, s katerimi se srečujem in so stari od deset do 22 let, so zelo različne. Največ je takih z različnimi vedenjskimi motnjami; 85 odstotkov se jih manifestira navzven, v uporništvu, zunanji agresivnosti in drugem, 15 odstotkov pa se jih umakne vase. Stereotip, da imajo težave predvsem otroci razdrtih družin, ločencev ter družin z različnimi težavami, kot je alkoholizem, ne velja. Največkrat so težavni otroci iz urejenih družin, ki so preveč razvajeni in jim starši niso privzgojili delovnih navad.

Pravite, da je permisivna vzgoja imela uničujoče posledice za otroke in da se šola ne more spopadati s tem.

Benjamin Spock, znan ameriški pediater, eden od utemeljiteljev permisivne vzgoje, je razlagal takole: če boste od otrok pretirano zahtevali delavnost, bodo imeli negativne socialne vzorce iz otroštva in bodo pozneje postali nevrotiki. Otrokom je treba dati vse, jim vse dovoliti ... No, za svojo zмотo se je javno opravičil. To vam pove veliko. Da ne bo pomote: sam nisem zagovornik kaznovanja in vzgoje z uporabo sile. Sem za vzgojo skozi frustracijo, to pomeni, da otrok sprejme svojo odločitev in njene posledice, kakršnekoli že so. Konkretno – če za kosilo noče jesti, mu to dovolite, a mu hkrati povejte, d se s tem tudi odloča, da bo jedel šele zvečer, do večerje pa bo torej lačen. Otrok bo sprejel odločitev, hkrati z njo pa njene posledice.

Pa ni narobe, če je otrok lačen?

Prav nič ni narobe s tem! Otrok mora biti vsaj dvakrat na dan lačen, da mu pade krvni sladkor;

starši se ne zavedajo, kako trdoživi so otroci, prav nič se jim ne smejo smiliti. Če bo otrok lačen

od pol ure do uro na dan, bo tudi dejavnejši. Napotki, da je treba jesti petkrat, šestkrat na dan,

so neumnost. Najbolje je dobro jesti zjutraj in za kosilo, vmes pa uživati sadje, drugega ne. Raziskave namreč kažejo, da lahko celice napolnimo z vitaminom C ali glukozo. Če so celice lačne, gre vitamin C vanje hitreje, vanje dobimo več kisika in smo bistrejši. Če gre v celice glukozo, če jih torej nasitimo, so site in lene. Sploh pa je znano, da vitek človek hitreje razmišlja.