
PISMO MLADIM V OBDOBJU IZOLACIJE

Dragi mladi,

čas izolacije je za vas še posebej naporen. Odrezani ste od prijateljev in družjenja, ki je za vas v obdobju mladosti kot zrak, ki ga dihate. Izgubili ste svobodo, svoj mir in prostor zase.

Zdaj vam je odvzeto najpomembnejše in morate biti zaprti med tiste, ki vam gredo v tem obdobju najbolj na živce – ves dan morate prenašati svoje starše, brate in sestre. Prej ste se lahko zaprli v svojo sobo, imeli dolge ure miru, ko nikogar ni bilo doma, ali pobegnili proti večeru ven na klepet s prijatelji. Zdaj to ni dovoljeno.

Dragi mladi, razumemo vas. Vemo, da vam ni lahko. Tudi vaši starši vas razumejo, čeprav včasih tega ne znajo povedati ali pokazati. Ko gledate svoje starše, vidite, da so napeti in tečni, njihov pogled je mračen in čutite njihov strah. Situacija v družini postane napeta večkrat na dan, občutek imate, da so se vsi zarotili proti vam, da vam vse to počnejo nalašč. Za znoret!!!

Vam se zdi, da vsi skupaj že pretiravajo. Kaj pa je en navaden virus? Zboliš, preboliš in mir. Le kaj je treba vsega tega cirkusa??

Dragi mladi,

zdaj nosite pomembno nalogo za ta svet. Vi ste tisti, ki imate v sebi veliko novih idej in energije in zdaj jo lahko uporabite za to, da boste čuvali druge okoli sebe.

Čuvajte svoje stare starše in prijazne stare sosede, ki so vam vsako jutro pomahale z okna, kadar ste šli v šolo. Zanje virus ni enostaven. Je nevarna oblika pljučnice, ki lahko prekine pot njihovega življenja.

Svet se je zdaj postavil na glavo. Če smo starši prej želeli, da sem čim več družite v živo, zdaj zahtevamo, da ostanete doma. Zdaj vam dovolimo, da se pogovarjate po telefonu, da uporabljate Snapchat, Instagram, Viber, Zoom... Se nam je čisto zmešalo? Nenavadni časi.

Pogovarjaj se s prijatelji in znanci preko družabnih omrežij, nikakor pa ne z neznanci! To pravilo še vedno velja, nikoli ne veš, kdo je na drugi strani, če osebe nisi srečal prej v živo.

Ne zapri se samo za računalnik, igrice, ne bodi preveč na družabnih omrežjih. Poskrbi tudi zase, za gibanje. Ko postanemo tečni, moramo čim prej ven, da prekinemo tok temnih misli, ki nas začne prevevati.

In kaj z vsemi primerki, ki so zdaj doma in jim je ime brat in sestra, mama in oče? Ne boj se iti na sprehod z njimi, ne boj se z njimi nasmejati in jim podariti prijazen pogled. Skuhaj jim kaj dobrega, saj znaš. Poišči nove recepte na netu, izmisli si kaj novega.

Tvoji možgani so zdaj v obdobju ko se vsak dan spomnijo kaj zanimivega. Tudi v teh čudnih okoliščinah se lahko zamotiš. Potegni ven instrument, ki si ga po koncu glasbene šole vrgel v najtemnejši kot omare. Privošči si uro slikanja - brez navodil, samo ti in tvoja domišljija. Zapiši si svoje misli, tudi tiste najbolj temne. Ko jih daš ven iz sebe, postanejo svetlejše.

Pogovarjaj se, ko je težko. Poglej svoje starše. Zares poglej. Niso vedno le tečni zmaji, tudi oni ne vedo, kako dolgo bo trajalo in kaj je še pred nami. Pripovedujte si o tej negotovosti.

In ko zares potrebuješ mir, povej ostalim, da ga potrebuješ. Poišči prostorček zase, pojdi na sprehod, daj slušalke v ušesa in poslušaj glasbo, ki te pomiri. Pokliči prijatelja, da mu poveš, kako tečno postaja že vse skupaj...

Upoštevaj navodila. Če se družiš s prijatelji v živo, se lahko okužiš. Ko se vrneš domov, okužiš še družinske člane in obdobje karantene se lahko za vas še podaljša. Najbrž si ravno tega ne želiš? 😊

Dragi mladi prijatelj,

TUDI TO NENAVADNO OBDOBJE BO MINILO. Vem, da je kakšen dan že neznosen, so dnevi ko kar nekako gre in tudi v tej situaciji lahko poiščemo kaj dobrega.

Vidim vas na sprehodih s svojimi starši, tudi zelo nasmejani ste.

Srečala sem očeta in mladostnico, ki že dolgo zaradi očetove službe nista bila skupaj. Vidim fanta, ki je bil prej samo še v Fortnite svetu, zdaj je spet zunaj in meče ne koš. V sosednji ulici je dijak prvič v življenju zagrabil za kosilnico in ne moreš verjeti – ob tem je bil celo nasmejan!

Življenje se bo vrnilo v stare tirnice, vmes moramo samo malo počakati in najti potrpežljivost v sebi.

Tudi ti zmoreš preživeti to obdobje! Celó z nasmehom na obrazu, verjamem vate! Pa naredi kaj za šolo, šolske obveznosti so ta trenutek dober pripomoček za preganjanje dolgčasa!

In če je kdaj pretežko, pokliči ali napiši mail tistim, ki se z mladimi radi pogovarjamo, z veseljem ti bomo prisluhnili!

Sabina Dogenik, socialna pedagoginja

www.posvetovalnica.si

sabina.dogenik@guest.arnes.si

tom telefon: 116 111

