

---

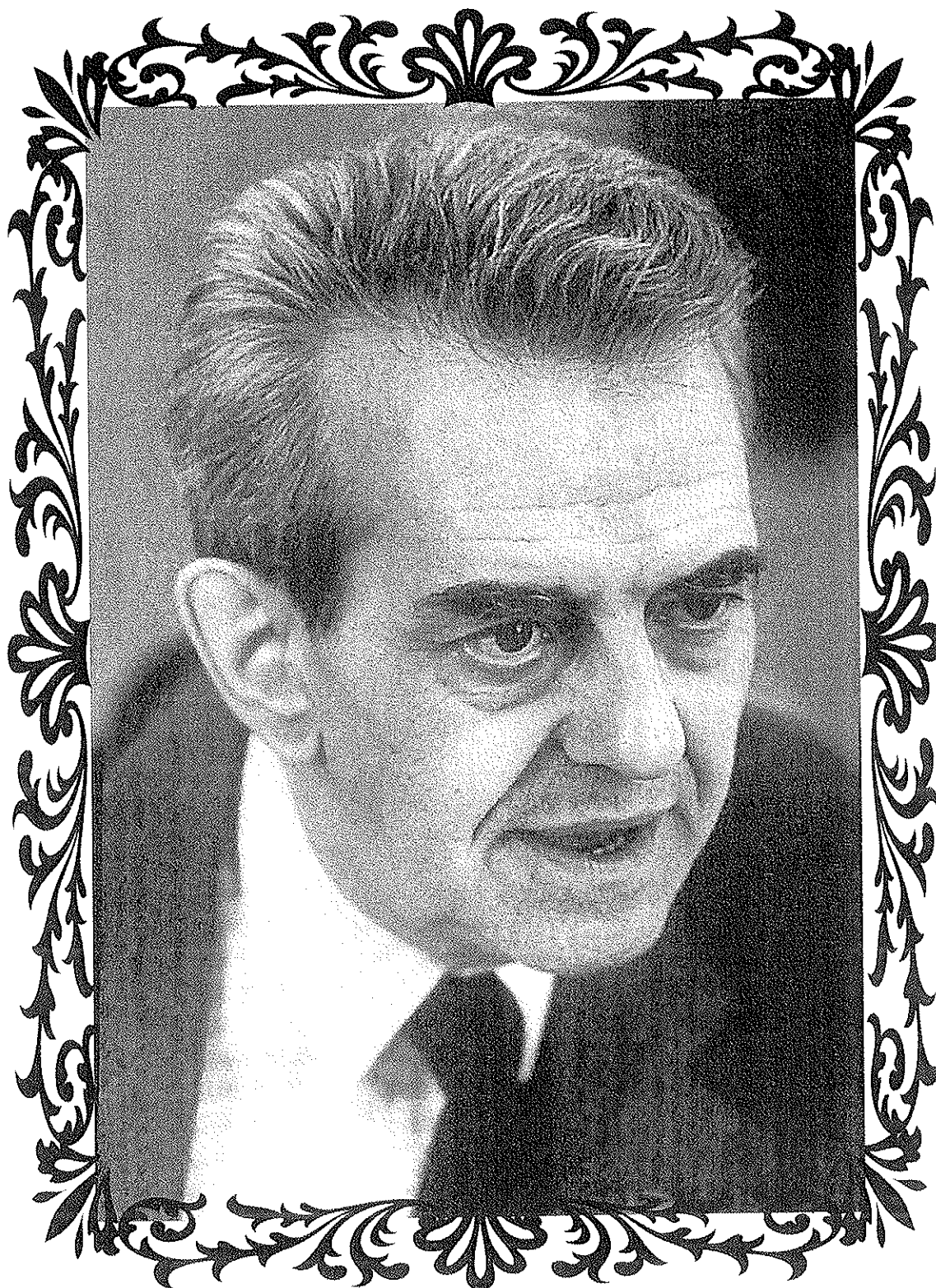
# PERO PAUNOVO

godina I, broj 1 septembar 2014.





# POSVEĆENO SENIMA



prim. dr Branko Gačić  
(1931. - 2014.)



## Reč urednika

Dragi čitaocē,

sadržaj našeg uvodnika u časopis „*Pero Paunova*” pripremale su olovke prepune mastila entuzijazma, ljubavi, posvećenosti i pažnje.

Cilj nam je bio da okupiramo tvoju pažnju i podstaknemo tvoju maštu. Da te vratimo na trenutke kada se sa uživanjem čitao „*Politikin zabavnik*”, u parku, u udobnoj fotelji tokom nekog kasnog poslepodneva ili pred spavanje.

Naša najveća nagrada je melodija svih tihih šumova stranica koje se okreću, osmeha i uzdisaja dok čitaš „*Pero Paunova*”.

Sa nadom da će tvoje ruke ostati verni listaši našeg časopisa,

Urednički tim časopisa „*Pero Paunova*”:

Angelina Perić,  
Anđelka Jelčić,  
Varja Nešić,

Danica Bošković-Đukić,  
Katarina Tošić,  
Lela Kamerić,

Nikola Tošić,  
Ružica Važić,  
Tanja Adamović



## Kako je sve počelo...

Osnivačka skupština Porodičnog kluba „*Paunova*” održana je 10. aprila 2014. godine u prostorijama Dnevne bolnice za bolesti zavisnosti u Paunovoj ulici, Klinike za bolesti zavisnosti Instituta za mentalno zdravlje u Beogradu.

U svečanom delu Osnivačke skupštine Porodičnog kluba „*Paunova*” prisutne su pozdravili načelnik Klinike za bolesti zavisnosti dr **Ivica Mladenović**, šef Dnevne bolnice za bolesti zavisnosti u Paunovoj dr **Vladan Jugović** i terapeuti Kluba **Danica Bošković Đukić** i **Tanja Adamović**.

### Podrška stručnog tima

Na nivou stručnog tima dnevne bolnice u Paunovoj, definisan je minimum kriterijuma za funkcionisanje Kluba. Imenovani su terapeuti koji će voditi Klub, definisan je način pristupanja Klubu: članstvo, radno vreme i dan u nedelji kada će raditi Klub u skladu sa drugim aktivnostima dnevne bolnice u Paunovoj.

### Podrška pacijenata

Pacijenti i druge osobe zainteresovane za osnivanje kluba, održali su četiri radna sastanka. Sastanke su organizovali i vodili terapeuti imenovani da stručno vode Klub od strane Tima Klinike i dnevne bolnice,

Tanja Adamović i Danica Bošković Đukić.

U ranim večernjim časovima, na satancima Kluba, radna grupa je radila na pripremi neophodnih dokumenata za Osnivačku skupštinu. Predlozi su usaglašeni sa dokumentima drugih Klubova (KLA „*Palomtićeva*”) i Zajednice **KLAS**. Jednoglasno su usvojeni formalni akti za postojanje Kluba: Statut Kluba, Pravilnik o radu Skupštine i Pravilnik o radu Izvršnog odbora Kluba, kao i Organi Kluba.

### Za svakoga ponešto - sekcije Porodičnog kluba „*Paunova*”

U okviru Porodičnog kluba postoji nekoliko sekcija:

- Kulturno umetnička sekcija
- Sportska sekcija
- Informativna sekcija
- Sekcija za međuklubsku saradnju
- Muzička sekcija
- Turistička sekcija
- Sekcija domaćina i
- Sekcija za prihvat novih članova

Uz skromno posluženje za sve prisutne osobe, koje su organizovali članovi Kluba i zaposleni u Dnevnoj bolnici, Porodični klub Paunova krenuo je na svoje, nadamo se dugo, putovanje kroz živote njegovih članova.





# Srce kluba su njegovi članovi

**S**ekcija za prijem novih članova neumorno obavlja svoj posao. Osim pacijenata iz rehabilitacionih grupa i grupa iz intenzivne faze lečenja, dobrodošlica se ne uskraćuje ni onima koji pružaju podršku pacijentima. Pomalo suzdržane i zbunjene pri prvom dolasku, nove članove kluba dočekuju stari članovi, upućuju ih na sekcije i otvaraju im vrata mnogobrojnih mogućnosti ličnog angažovanja.

Na pitanje: *Šta mi znači klub?* svaki odgovor je značio snažniju vezu, doprinos ličnog u zajedničkom:

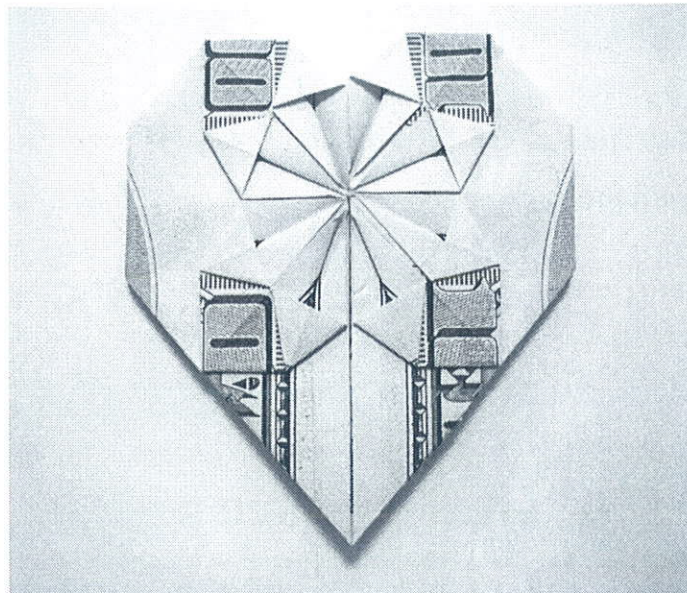
*„Sjajno mi je da razgovaram sa nekim ko me razume i da tim oplemenjujem sebe. Održavam vezu sa ustanovom, pomaže mi da ne zaboravim da sam nekada bio u problemu. Štiti me od razmišljanja o kaficima, jer imam grupu ljudi i druženje koje me štiti.”* A.D.

*„Poluformalna atmosfera sa puno ljudske topline. Mogu da naučim nešto. Osetio sam da i mi možemo da predložimo radionicu.”* D.K.

*„Izgledalo je kako sam zamišljao. Radionice, pomoć, druženje, učenje novih stvari.”* V.T.

## Lično i zajedničko

Mreža oformljenih klubova ukazala je podršku i prepoznala potrebu za međuklupskom saradnjom sa Porodičnim klubom Paunova. U svoj već osnaženi sistem aktivnosti, Socioterapijski klub lečenih alkoholičara „Palmotićeve” i Klub antialkoholičara i apstine-

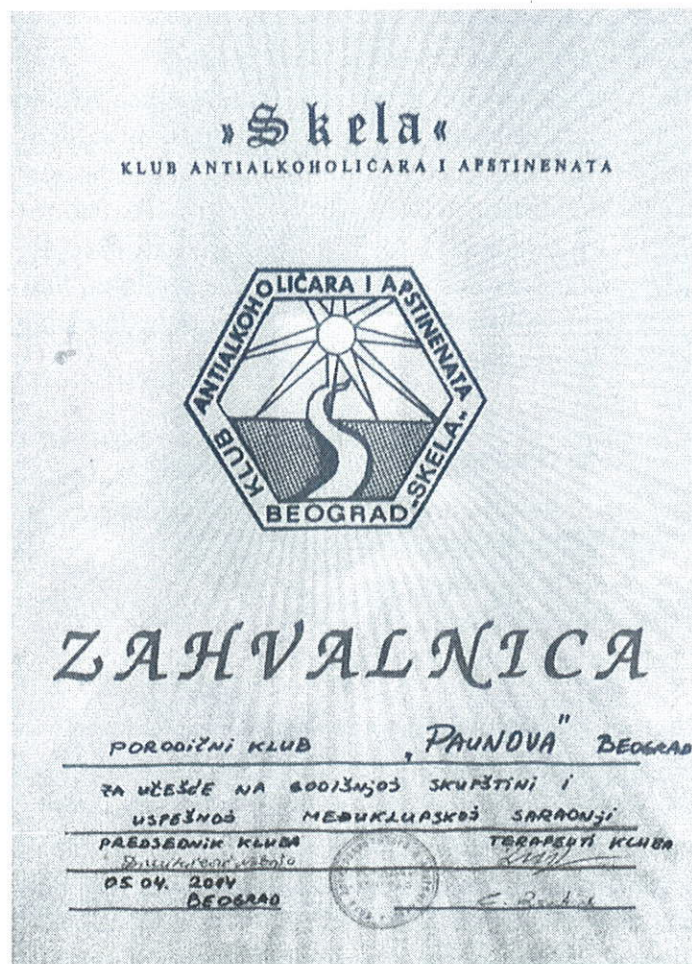


nata „Skela” uključili su i članove Porodičnog kluba „Paunova”. Od posebnog značaja je prisustvovanje obeležavanju četrdesetogodišnjice Kluba antialkoholičara i apstinenata „Skela”.

Sa porukom o višedecenijskoj uspešnosti i istrajnosti aktivnosti kluba, prisutni su bili bogatiji i za nova znanja nakon predavanja prof. dr **T. Sedmaka**. Prepričavanje ovog značajnog događaja oslikava i srpsko kolo koje su igrala deca u narodnim nošnjama, kao i trenutak predstavljanja Porodičnog kluba „Paunova” i prijema zahvalnice.

Poseta Socioterapijskom klubu lečenih alkoholičara „Palmotićeve” je takođe značajan događaj za članove Porodičnog kluba „Paunova”. Upoznavanje sa članovima drugog kluba, uvid u njihovo iskustvo i odlazak na predavanje na temu motivacije koje je održao dr sci **S. Filipović** bila je posebno planirana aktivnost, o kojoj se, sa novim idejama o saradnji, govorilo u Paunovoj 2.

U ovom skromnom tekstu, u kom se ne mogu izneti svi doživljaji, entuzijizam, uvažavanje, pripadnost, odajemo zahvalnost svim klubovima na pruženoj podršci pri prvim koracima Porodičnog kluba „Paunova”.



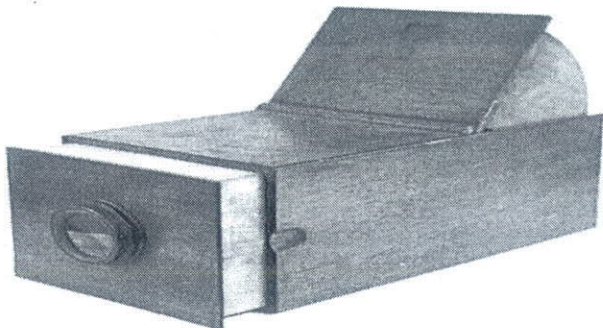




## Camera obscura-mračna soba

Nekada su naši preci fotografijom beležili, zauvek hvatali u vremenu posebne trenutke. Odlazili bi doterani da naprave uspomenu.

Specifičan položaj tela, pa čak i izraz lica na mnogim "starim" fotografijama, određivanje mesta na kom će fotografija biti izložena u kući, obavezno ar-



hiviranje u albume ili kutije koje će ih čuvati od zuba vremena, upućuje nam da se samom činu fotografisanja pridavao poseban značaj, posebno mesto u životu pojedinca i porodice.

Deluje kao da je do pojave digitalnih fotoaparata duh iz **camere obscurae** (mračne sobe) prilikom svakog fotografisanja bio prisutan sa po kojom rečenicom iz beleški o eksperimentima, trudu i žaru sa kojim su arhitekt **Antemije**, **Žoze Nisefor Nieps**, **Jozef Nićifor Niće** i mnogi drugi od poliranog tanjira, asfalta, letnjih sunčanih dana, biljnih ulja i drugih elemenata stvorili prve fotografije.

*Prve trajne fotografije vezuju se za ime izumitelja Jozefa Nićifora Nića.*

*Njegove fotografije bile su izrađene pomoću poliranog tanjira, napravljenog od posebne metalne legure, prekrivenog derivatom petroleja, čudnog imena „bitumen Judeje”. Bitumen se stvrdne kada se izloži svetlosti, a materijal koji se ne stvrdne se ispere. Posle ispiranja ostaje čist otisak koji se potapa u mastilo i potom štampa.*

U vremeplovu fotografije zaplovio je i Porodični klub „Paunova” tokom nekoliko predavanja mlade učesnice srednje Grafičke škole na smeru fotografije, **Lele K**, koordinatorke foto sekcije. Prezentovanjem evolucije fotografije kroz istoriju, prenošenjem sopstvenih znanja i iskustava, kao i prikazom samostalno urađenih fotografija, članovi Porodičnog kluba Paunova imali su priliku da zajedno sa koordinatorkom foto sekcije osete „hvatanje” posebnih trenutaka, ne samo kroz portrete ljudi već i u prirodi, enterijeru i eksterijeru prostora.

## Od simbola do poezije

U okviru rada Kulturno-umetničke sekcije održane su tri literarne radionice. U svet poezije, na stazi od stihova, članove Porodičnog kluba „Paunova” uvela je profesorka srpske književnosti **Varja N.** koordinatorka literarne sekcije. Uzimajući u ruke rukopise svojih omiljenih pesnika, članovi kluba su oblikovali poetski ambijent, što je samoj radionici dalo poseban pečat.

Izdvajajući osećanje koje prati njihov doživljaj pesme, sliku koja se izdvaja u svesti tokom čitanja i misao koja reprezentuje određenu ideju, radionica je plenila slobodom iznošenja stava.

Druga radionica se bazirala na uočavanju, povezivanju i odgonetanju čestih simbola unutar pesništva koji su prethodno ponuđeni. Učesnici su obrazlagali zašto određenu pojavu vezuju za neki simbol.

Treća radionica po redu je bila pravo otkriće poetskih talenata. Učesnici su čitali svoje autorske pesme koje su simbolično prikupljene u zbirku pesama Porodičnog kluba „Paunova”.

Rasprave o utiscima su bile izvor smeha, ali i pokretač ozbiljnih egzistencijalnih tema. Učesnici su bili uključeni u dijalog i omogućeno im je da iskažu svoju kreativnost. Imali su priliku da osveže svoj vokabular i da se uče slobodnom govoru pred drugima, inspirisani najdubljim mislima i osećanjima. Ovim trima radionicama literarna sekcija je, u skladu i saglasju sa likovnom, tek otvorila put za dalji rad.

### **CVEĆE**

*Moja mala devojčica bere cveće,  
Da bi napravila venac ya mamu.  
Trčim ya njom, da je ne pustim samu.  
Tako je i bilo nekad, velika radost!  
Toplina ya sve i još jedno dete cveća  
Sad su samo dva cveta, jedina sreća.*

### **PRUGA**

*Pruga duga, sam čelik, Baš Čelik,  
Od detinjstva mi čitali, baba i čiča.  
Voz se klackao preko pragova i šina,  
Samo mi je falila obična tišina.*

### **SOBA**

*U moju sobu probija se svetlosna snena  
I pored mene leži sada druga žena.  
Pomislih: Da nije ženina i moja stara soba?  
Ali ne! To je opet moje momačko doba*

*Aleksandar Delević*





## Radionice

### Lik muzike u ogledalu Porodičnog kluba „Paunova”

U avgustu mesecu, Porodični klub „Paunova”, poklonio je letu melodije svojih prvih kompozicija. Kroz interaktivno, grupno stvaranje muzike, zajednički su radili profesionalci i oni koji to nisu, dokazujući da sviranje i komponovanje nisu samo za profesionalne muzičare.



Muzikom mogu da se bave svi koji to žele, svi koji je osećaju. Instrumenti ne moraju biti smo oni formalni, mogu se izmišljati, može se koristiti sopstveno telo, sopstveni glas, pa i tišina je na kraju krajeva svojevrsni instrument!

*„Neki od članova grupe su se prvi put susreli sa nekim od instrumenata. Atmosfera je u početku bila disharmonična ali vesela. Članovi su delovali smešno, smotano i pomalo uplašeno sve dok se atmosfera nije potpuno opustila kada je došlo do spontanog spajanja sluha sa ritmom. Svaka grupa je imala zadatak da napravi kompoziciju koristeći nasumično izabrane instrumente.*

*Svi smo uspešno obavile zadatak i dobili aplauz od ostalih, uz mnogo smeha.”*

*„Došlo je do izražaja koliko je tim kao celina važan i podsticajan.”*

*„Osećao sam se posebno.”*

Mnogobrojne ciljeve muzičkih radionica, muzikolog **Nikola Tošić** pretvarao je u note.

Kroz muzičke radionice prevaziđen je jaz između umetnika i ne-umetnika, sa finalnim uvidom da ta razlika u stvari i ne postoji.

### Origami-umetnost savijanja papira

Uz zvuke japanske muzike, leptiri origamija doleteli su kroz otvorene prozore Porodičnog kluba Paunova. Noseći sa sobom i svoje poreklo cenjenih savijutaka papira nastalih u drugom veku u Kini, novi origami oblici stvoreni su tokom radionice koju je održala umetnica **Angelina R.**

*Prema legendi, onaj ko napravi hiljadu ždralova, jedan od njih će oživeti.*

Baš kao što su u davnoj prošlosti Samuraji razmenjivali poklone ukrašene sa vaši, papirom koji simbolizuje sreću, članovi kluba su kroz origami veštinu razvijali nove veštine razmišljanja i pamćenja a krajnji rezultat, gotovu figuru simbolično podelili sa drugima. Tokom radionice, kao u priči o **Abe no Seimei** koji je napravio pticu od papira, a zatim je pretvorio u pravu pticu, učesnici su oživljavali listove papira stvarajući od njih prelepe oblike srca.

### Shabby chic-novo, a staro

Pred dolazak jeseni, u Porodični klub „Paunova” ušle su nove nijanse plave, zelene i zlatne boje. Radioničari **Jelena** i **Dejan K.** demonstrirali su umetnost stvaranja elegantnog antikviteta od novog nameštaja.

Demonstrirali su jednostavnost i pobedu krea-

*Shabby chic je forma dizajniranja nameštaja u cilju postizanja izgleda antikviteta. Smatra se da je nastao u Velikoj Britaniji, evociranjem izgleda enterijera velikih kuća sa izbledelem zavesama i sofama, ali i sa odrazom dobrog, skromnog ukusa.*

tivnosti nad novcem, besplatan put oplemenjivanja prostora i duha. Koristeći se svećom, šablonima i tonerima, povelili su sve prisutne nežnim tonovima i jedinstvenom tehnikom shabby chic do sasvim novog doživljaja jednog, naizgled običnog stočića. Neke je, do tada bezlična površina stočića, asocijala na morske talase, neke na prostranstvo zelenkastih livada. Do tada neprimetni komad nameštaja postao je predmet divljenja i inspiracije.

Veliko interesovanje članova kluba za navedenu tehniku, kao i za druge slične tehnike u farbanju (dekupaž), zadovoljeno je zakazivanjem još jedne radionice, koju će voditi gošća kluba, diplomirani likovni tehničar **Bojana P.** Tada će svi članovi kluba, uz Bojaninu pomoć i instrukcije, samostalno dekorisati svoje omiljene predmete od drveta.







## Predavanja

### Tatina ćerka i mamin sin

**P**rizma kulturno-istorijske i naučno-psihološke perspektive otvorena je članovima kluba kroz interesantan pristup predavača na temu „Tatina ćerka i mamin sin“.

Isticanje specifičnosti odnosa između roditelja i deteta suprotnog pola je obrađeno kroz književnost, mitologiju (poznate priče o Edipu i Elektri), religiju, uloge majke kroz vekove, pozorište, film, crtani film, karikaturu, fotografiju, medije, muziku i posebno kroz psihološku nauku.

Mr. sci. med. **Danica Bošković-Đukić**, specijalni pedagog, porodični psihoterapeut okupirala je pažnju članova kluba i pvela ih na zanimljivo, prebogato putovanje. Na svakoj od usputnih stanica članovi kluba su saznali ponešto o prirodi psihološkog fenomena emocionalne povezanosti između dece i roditelja suprotnog pola.

Obrađujući navedenu temu kroz stihove, isečke iz filmova, prikaz fotografija i ritualnih događaja kao što su svadbe i krštenja, članovi kluba su imali jedinstvenu priliku da razmišljaju o produktima kulture inkorporiranim u svakodnevni život i odrastanje. Predavanje je oblikovano da predstavi humor kao moćno terapijsko oruđe, generator zadovoljstva i promene i prilikom obrade jedne ovako začajne teme („Bolje Grčka komedija, nego Grčka tragedija“).

Objašnjavajući ose organizacije strukture i dinamike porodice, obogaćivanje vs opterećivanje porodične dinamike i organizacije, rizike po mentalno zdravlje pojedinca, porodice, društva mr. sci. med. **Danica Bošković-Đukić**, govorila je o prepoznatljivim oblicima ovog psihološkog fenomena. Mamin princ,

mamin dečak, večito dete i Tatina princeza, tatina devojčica, večito dete. Postoje u svim epohama i svim kulturama, od Kineske, Afričke, Hindu do naše. Žive u zlatnim kavezima, opterećeni relacionim poteškoćama, proizvodom vidljive ili nevidljive lojalnosti bliskom roditelju.

*Edipov kompleks je koncept koji je razvio Sigmund Frojd, koji je inspirirao Karla Gustava Junga (on je opisao koncept i naveo naziv „kompleks“), kako bi objasnio razvoj dečaka kroz identifikaciju s ocem i željom prema majci. Dobio je ime po starogrčkom mitu o Edipu, koji je ubio svog oca Laja i vjenčao se sa svojom majkom Jokastom.*

Društveni fenomeni „Hotel mama“ i bumerang deca predstavljeni su u mnogim filmovima (npr. *Kidults*, *Mamosexuals*, 2001 francuski film). Davanje podrške razvoju dece i stvaranje uslova da se za nove generacije koristi termin pero, a ne bumerang, jer će se na taj način slobodno i nesputano kretati svojim putem, leteti nošeni životom, je dugotrajan proces koji zahteva i lično i porodično i društveno angažovanje. Uvažavanjem roditeljskih sličnosti, ali i razlika kao što su pol, uzrast, ličnost, preferencije, davanjem deci i korena, al ii krila, omogućava se poletanje dece iz gnezda, otvaraju se vrata zlatnog kaveza, za prvi skok sa trampoline.

### Psihološke karakteristike supruga alkoholičara

Danas je opšteprihvaćeno mišljenje da je alkoholizam bolest međuljudskih relacija, pre svega bolest porodice. Postavljajući radnu hipotezu: Supruge alkoholičara se bitno razlikuju u pogledu psiholoških karakteristika od supruga nealkoholičara, mr. sci. med. **Tanja Adamović**, specijalni pedagog, porodični psihoterapeut predstavila je članovima kluba rezultate svog istraživanja.

Navodeći termine „kozavisnosti“ i „omogućavanje“, predavanjem su prikazane specifičnosti kozavisničke simptomatologije i adaptivna funkcija omogućavanja, pod kojim se podrazumevaju uticaji individualaca, porodice, organizacije ili institucije u službi pojačavanja ili održavanja alkoholizma.

Predavanjem je dotaknuta i osetljiva tema zabluda i predruda u našoj kulturi, velikoj gratifikaciji koja se daje ženama alkoholičara kroz uloge žrtve, paćenice, poštene i mučene, velike majke, odane supruge koja







## Predavanja

kroz lične žrtve ostaje u problem. Isticanjem odgovornosti same ličnosti u pronalaženju najefikasnijih odgovora, spremnosti da se uporno traga za najoptimalnijim rešenjima problema na koje osoba nailazi, predavanjem je istaknuta odgovornost svakog pojedinca za relacije koje formira i održava.



### Zavisnost od Boga ili ljubav prema Bogu

Uoči Vaskrsa 2014. godine, u Paunovoj 2. održano je predavanje „Zavisnost od Boga ili ljubav prema Bogu”. Prepoznajući poteškoću da govori o smislu praznika u svetu koji slabo poznaje ritam bogoslužnja, mlada profesorka srpske književnosti **Varja N.** nije se bavila objašnjenjem određenih običaja koji prate najveći hrišćanski praznik, niti se bavila opravdavanjem religioznog puta. Podelila je nešto mnogo bogatije i intimnije.

Podelila je svoje sasvim lično iskustvo značaja života u veri, posmatranje vere kao jedne mogućnosti da se



„prebiva u Božijoj ljubavi” i da se smrt zaista pobedi – ili pobeđuje, baš kao što se tokom terapijskog procesa uči o stalnoj i upornoj borbi. Predavanje je koncipirano i kao razgovor, i kao debata i kao ispovest. Slušaoci su postajali aktivni učesnici, postavljajući pitanja i govoreći o značaju svog ličnog susreta sa verom. Nizala su se pitanja o tome kako prebivanje u Crkvi može postati još jedna zavisnost, a ne odgovornost, šta čovek dobija živeći s religioznom svešću, prožeta intimnim doživljajima. Uoči Vaskrsa 2014. godine, članovi Porodičnog

kluba Paunova izašli su sa predavanja obogaćeni i spremni da se suoče sa prazničnim raspoloženjem, spremni da o smislu i značaju svakog verskog praznika razmisle iz jedne drugačije perspektive.

Spremni da ne razmišljaju samo o običaju, već i o sopstvenom životu u kontekstu praznične pobede nad svim nesrećama, prolaznostima, bolestima.

### Značaj zdrave ishrane

Mens sana in corpore sano – u zdravom telu zdrav duh, izreka je dobro poznata većini ljudi. Uglavnom korišćena da bi podsetila na značaj vežbi, dinamiku urbanog života i druge rizike koji ugrožavaju čovekovo zdravlje, ali i kao podsetnik o značaju zdrave ishrane.

Članove Porodičnog kluba Paunova, umesto navedene izreke, na ishranu kao jednu od bioloških potreba čoveka, podsetio je specijalni pedagog **Darko Jovanović**. Višestruka uloga zdrave ishrane ogleda se u obezbeđivanju pravilnog razvoja organizma, prevenciji bo-

*Svake godine oko 4 miliona ljudi izgubi život zbog posledica pušenja. U duvanskom dimu nalazi se preko 4 000 štetnih i 43 kancerogene materije koje izazivaju preko 40 različitih vrsta oboljenja.*

lesti, ubrzanju lečenja i prevenciji komplikacija, kao i u psihičkoj i fizičkoj rehabilitaciji obolelih. Vraćanjem na teme koje se često provuku kao trivjalne, a zapravo su preduslov svakodnevnog funkcionisanja, članovima kluba su predstavljene količine proteina, ugljenih hidrata, masti, minerala, vitamina, ali i vode, neohodne da bi čovek mogao normalno da živi.

Navođenjem životnih namirnica u kojima se navedene materije nalaze i predstavljanjem formule za izračunavanje indeksa telesne mase, sadržaj predavanja je članovima kluba postao praktično primenjiv.

Neizostavni segment predavanja bile su i posledice nezdrave ishrane, kao i štetnost upotrebe duvana.

