

Neovisni novinarski portal

**Povratak otpisanih:****Nula najavila novi album nakon 20 godina i knjigu o bendu****Devastacija:****Na makarskoj Cvitački bespravno betoniraju i nasipaju obalu****Land Art:****Osječki umjetnik nagrađivao otpalo lišće i stvorio impresivna umjetnička djela****Na sunčanoj strani:****Prva zajednička nabava malih sunčanih elektrana u Hrvatskoj****Obnovljeno planinarsko sklonište na Bijelim stijenama najljepše je u Hrvatskoj****Danas imamo sedam godina:****Kako bi napunili osam, trebaju nam dobrotvori na HR4923900011199009684****Javne tribine o aktivizmu, medijima, toleranciji, okolišu****Radionice novinarstva i medijske pismenosti****Video serijal o pravima, mogućnostima i potrebama****Tiskana publikacija TRIS za generacije treće životne**

- [Naslovna](#)
- [Politika](#)
- [Gospodarstvo](#)

Neovisni kulturni portal

- [Intervjui](#)
- [Sena](#)
- [Komentari](#)
- [Logija](#)
- [Portaže](#)
- [Izdvojeno](#)
- [Ljudi](#)
- [Portreti](#)
- [Voda](#)
- [Zdravlje](#)

žena



Nina

Nasmijana Nina Živković (foto Tris/G. Šimac)

[Goran Šimac](#) • 29/12/2022 u 15:01 •

Sviđa i

Nina Živković je Šibenčanka, psihoterapeutkinja, donedavno dugogodišnja socijalna radnica, vedra, optimistična, nasmijana i susretljiva, planinarka, avanturistica i svjetska putnica koja je obišla glavninu kontinenta, friška povratnica sa duljeg putovanja po Himalaji i Nepalu, na kojem je bila sa svojim partnerom Josom Gracinom Jokom, planinarom, speleologom i putopiscem... Jedna od osnivačica [Udruge Ardura](#), a odnedavno i [Iskre – obrta za mentalno i tjelesno zdravlje](#) kojega je pokrenula s Ivanom Čularom i Jelenom Kendel Čular.

Ovaj bi uvod mogao biti stvarno dug, kada bi se nabrojale sve aktivnosti koje je provodila i provodi, a posebice u sferi pružanja pomoći osobama kojima je potrebna pomoć. Ili kada bi se spomenula sva njezina putovanja po svijetu, planinarenja, speleološki i drugi doživljaji. S obzirom da smo na nekima bili i zajedno, ovaj razgovor, logično je, vodimo 'na ti'. Sjedimo na terasi slikovite kućice s pogledom na šibenski kanal, u kojoj živi s [Josom Gracinom Jokom](#). On je upravo priredio ručak, kupus s krumpirom 'na lešo'. *Dobro dođe nakon blagdanske mesine*, veli on. Kušamo njegovo gusto maslinovo ulje iz maslinika na vrhu jednog brda iznad Primoštena.



Nina Živković (foto Tris/G. Šimac)

Oko nas troje sjede u nekom neobičnom skladu njihova ljubimica ovčarka Una i nekolicina mačaka koje kod njih redovito dolaze na ručak. Formalno započinjem razgovor...

Što je najznačajnije što bi trebalo stajati u uvodu našeg razgovora?

Da sam zaljubljena u život, haha...

‘Moraš slijediti sebe’

To je vidljivo, ali možda ipak još nešto...

Devet godina sam radila u Caritasu i pet u Centru za socijalnu skrb. Možda bi u uvodu trebalo stajati kako se od 2004. godine educiram na području psihoterapije i da sam 2009. godine osnovala **Udrugu Ardura** sa prijateljicama **Smiljanom Zorić Kocić** i **Tatjanom Ninić**. Tamo smo svo ovo vrijeme radile na onome što smo zamislili, a to je da radimo preventivno i tretmansi s ljudima. Dakle, nešto čega nije bilo u našoj županiji. A to bi bi bile radionice za djecu, savjetovašta za roditelje, sve ono zašto smo znali da postoji negdje drugdje u Hrvatskoj, a namjera nam je bila baviti se posebice s djecom u riziku. Uglavnom socijalne teme... Dakako, paralelno uz to smo radile svoje osnovne poslove.

U međuvremenu si prošla kroz razne škole, edukacije... za to čime se baviš...

Da... Od 2003. godine sam se krenula educirati u psihoterapijskom smjeru. 2015. godine sam diplomirala za [integrativnog Gestalt savjetnika](#), a sad moram diplomirati i za psihoterapeuta. Potom slijedi edukacija u sferi emocionalno fokusirane terapije za parove, brojne edukacije iz dramske pedagogije, psihosocijalnih tretmana za počinitelje nasilja u obitelji... Luda za učenjem. To bi ja rekla (*smijeh*).



Nasmijana Nina Živković (foto Tris/G. Šimac)

Kakvo je bilo iskustvo raditi na takvim poslovima na kojima si desetljećima radila.. susretati se svakodnevno raznovrsnim ljudskim nevoljama i problemima?

U Caritasu je bilo dobro, u smislu da su tamo dolaze ljudi kojima možeš biti od pomoći. Ne moraš procjenjivati, donositi odluke, nego samo pomagati izravno ljudima. U sigurnoj kući su žene koje su žrtve obiteljskog nasilja i njima je nekako uvijek potrebna podrška i razumijevanje. To zapravo i nije bilo toliko iscrpljujuće. Najteže ih je bilo iz sigurne kuće pripremiti za stvarni svijet, ako su željele život nastaviti same.

A od Centra za socijalnu skrb imam PTSP (smijeh). Zato jer tamo imaš dvostruku ulogu. Imaš ulogu onoga koji pomaže i podržava, ali i ulogu onoga koji upozorava, izriče mjere, donosi neke procjene i sudjeluje u donošenju odluka zajedno sa sudom i onda si uvijek omražen. A to je grozno... Sve je to razumljivo. Korisnici Centra su osobe koje prolaze najteža iskustva u životu, imaju raznih problema, svoje načine kako ih pokušavaju riješiti i onda im socijalni radnici i psiholozi govore da moraju nešto mijenjati, činiti i ponašati se drugačije. Ne prihvaćaju svi to jednostavno i tamo si često na meti kao krivac za nečiju situaciju. Meni je osobno to bilo jako teško, to je posao koji ne možeš ostaviti na poslu, već ga stalno nosiš sa sobom, j svojoj glavi. Ono što mi je bilo dobro tamo su moji kolege i timski rad. Ako to ne štima, ne možeš raditi tako težak, podcijenjen i omražen posao.

Odnedavno više nisi u državnoj službi... Treba li tebi možda neka pomoć? Mnogi će reći da nitko normalan u ovo vrijeme u Hrvatskoj ne napušta državnu službu i siguran posao i plaću..

Imam ja mog Joku za pomoć (smijeh). On meni kuha, sprema, pružio mi je krov nad glavom. Druga pomoć mi ne treba. Imam gdje jesti. Dat će mi Joka jesti. I moja prijateljica Smilja će mi dati jesti. I majka i otac i brat će mi dati jesti (smijeh).

Dat će ti svi jesti?

Da, dat će mi svi jesti (smijeh)...



Nina i šiška i gljiva (foto Joso Gracin Joka)

Ipak, radi se o svojevrsnoj avanturi...

Da, zato što mislim da svatko mora pratiti sebe i slušati ono što želi. I da se nitko ne bi smio potrošiti radeći nešto u čemu ne uživa svakodnevno. Moraš slijediti sebe i onda će sve biti dobro. Inače, ovdje mi se pruža prilika ostvariti svoju kreativnost, pri čemu u pristupu s ljudima mogu primjenjivati neke nove postupke, što u državnoj službi, kada govorimo o ovoj vrsti posla, nije moguće. Kad radiš u udruzi i kad imaš privatni obrt, onda možeš biti kreativan. Možeš lakše prepoznati koja ljudska potreba iskače i odgovoriti na nju. U državnoj službi se mora raditi u zadanim okvirima, u skladu s pravilnicima, statutima, prema svojim zaduženjima, no ovdje gdje sam sad možeš doista biti puno kreativniji, a time vjerojatno i uspješniji i učinkovitiji. Primjerice: sad treba nešto učiniti da se našu djecu odvoji od ekrana. Što možemo učiniti?

Ne znaju se družiti

Pa što možemo učiniti?

Pa možemo ih odvesti u prirodu. To je ideja: da ih odvedemo na ulicu i u prirodu i da igramo graničara, da ih naučimo igrati *laštik*, da im pokažemo kako se družiti. Oni se više i ne znaju družiti. Ne znaju bez da upale mobitele.

Možda samo da im se pokaže kako su se prije družila djeca... *(u razgovor se uključuje i Joka)*

Da.. da im pomognemo da to iskuše zajedno s nama. Jer kako će to iskusiti kad to ne znaju.



Nina na konju (foto Joso Gracin Joka)

Nego, je li slučaj da te sada ljudi koji ti se obraćaju za pomoć dolaze s većim razumijevanjem i željom za suradnjom i stvarnim promjenama, nego kada si to isto radila svejedno nesebično i sa žarom, ali po sili posla... recimo to tako... u navedenim službama.

Jest. Tako je. Drukčije je. Na koncu, netko i plaća za tu uslugu. Eto, neću zakasnuti na dogovoreni susret. A bila sam sklona kašnjenju (*smijeh*)... A drugo: moraš stalno napredovati. Na primjer, dođe ti netko s nekim problemom s kakvim se do tada nisi susreo – ti moraš učiti svaki put. Svaki put učiš i svaki je čovjek drugačiji.

Nego... Ovdje u Šibeniku postoji, recimo to tako, crnohumorna teza kako se tvornice grade tamo gdje u blizini ima potrebnih resursa, pilane pored šuma, a jedna od prvih ustanova za osobe s mentalnim poteškoćama je otvorena baš u Šibeniku...

Bila otvorena ludnica (*smijeh*). To sam čula...

Možda je ova šala neumjesna, ali čini se kako to više nema puno veze s geolokacijom, te kako je u zadnjih nekoliko godina posvuda mentalno zdravlje ljudi u znatno većoj ugrozi. To je postala i opća tema.

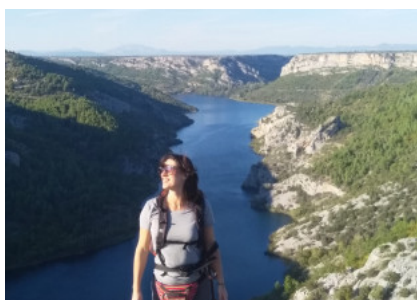
Stanje je svugdje isto. Samo u Šibeniku se tek sada prepoznaje da se potrebno ozbiljno baviti time. Evo kolegice u Zagrebu nemaju slobodnih termina. Baš mi jedna javlja kako je sve do proljeća u potpunosti *bukirano*. Kod nas u Šibeniku još uvijek to ulazi pomalo na mala vrata, kao i sve drugo. Uvijek pričam priču kako se nama na našu prvu školu za roditelje koju smo pokrenuli u Udruzi Ardura javilo svega dvoje roditelja, a na nekim drugim projektima – nitko. I onda nakon tri godine – trebalo je tri godine izdržati to da te nitko ne prepoznaje – da nitko neće doći, da nikoga to ne zanima... I onda se odjednom stvori situacija u kojoj nam se pojavi 14 volontera, do tad nepoznatih... Mislim da je za Šibenik nekako specifično da treba vremena da ljudi prepoznaju da nešto valja i da je to nešto što je u redu, i da to treba iskoristiti. Ali kad se primi, onda se primi... Šibenik nije pomodan, recimo to tako...



Nina Živković (foto Joso Gracin Joka)



Nina u stijeni (foto Joso Gracin Joka)



Nina u prirodi (foto Joso Gracin Joka)



Nina u Južnoj Americi (foto Joso Gracin Joka)



Nina u primoštesnjoj konobi pretače vino (foto Joso Gracin Joka)



Nina na konopima (foto Joso Gracin Joka)

30.12.2022.



Nina u planinama (foto Joso Gracin Joka)



Nina na konju (foto Joso Gracin Joka)



Nina se penje (foto Joso Gracin Joka)



Nina i šiška i gljiva (foto Joso Gracin Joka)



Nina negdje u svijetu (foto Joso Gracin Joka)



Neovisna Hrvatska (foto Joso Gracin Joka)

30.12.2022.



Nina u brdima (foto Joso Gracin Joka)



Nina vesla (foto Joso Gracin Joka)



Nina u domu na Martinskoj (foto Joso Gracin Joka)



NNina gleda lijepi krajolik (foto Joso Gracin Joka)



Nina u šatoru (foto Joso Gracin Joka)

Neovisni novinarski portal

30.12.2022.



Nina i pas litalica (foto Joso Gracin Joka)



Nina i maglovito brdo (foto Joso Gracin Joka)



Nina na putu (foto Joso Gracin Joka)



Nina u snijegu (foto Joso Gracin Joka)



Nina zagledana (foto Joso Gracin Joka)



Neovisni novinarski portal Živković (foto Tris/G. Šimac)

30.12.2022.



Nina Živković (foto Tris/G. Šimac)

Šta ima u prirodi

Pomaganje ljudima na način na koji ti radiš zasigurno iscrpljuje. Kako ti pomažeš sebi?

Haha. Evo ovako, kroz druženje s prijateljima. Prvo što si kao profesionalac dužan odlaziti na supervizije i dodatno se educirati, a osim toga treba imati vrijeme i granice između toga kad radiš, a kad si ti samo ti i nisi profesionalac. Moraš znati što ti paše. Ja volim čitati knjige, volim se družiti s prijateljima i volim ići u prirodu. I putovati. Maknuti se tamo gdje nema signala. To mi je najbolji način...

A šta ima u toj prirodi uopće?

-A šta ima u prirodi? Nema buke na koju smo mi navikli. Ima puno mirisa, boja, zvukova koje nećemo naći u gradu... I ima mira.

Dakle imaš podršku od ljudi koji te okružuju i ovdje prisutnog partnera?

Jee...

Partner je nju odlučio imati kao psihoterapeutkinju. S obzirom da ima PTSP onda je odlučio da je najbolje da takvu psihoterapeutkinju ima kod kuće. Jer će se tako najbolje brinuti o njemu. Tako da se mi nadopunjavamo. *(uključuje se opet Joka)*

(Svi se smiju)

Da su mi bar svi kao ti... *(smijeh)*



Nina u domu na Martinskoj (foto Joso Gracin Joka)

Čekaj... Čekaj. Da malo približimo ljudima kako to ide. Dakle, na primjer: ja sam došao kod tebe potražiti pomoć. Ostao sam u 52. godini života bez posla i stalnih prihoda, branitelj sam iz 1991. godine, prolazim presudnu bračnu krizu, muči me opća besperspektivnost, kvarna vlast u državi, krvava svjetska politika, strahujem za sina i druge mlade, pribojavam se kako će i on kao i mnoga djeca i mladi morati odseliti iz ove lijepe i devastirane zemlje, ne vidim da će se navedene okolnosti tako skoro promijeniti na bolje... Kako da se osjećam bolje? Što ja trebam napraviti?

Trebaš biti ti. I trebaš imati povjerenja da se upoznamo. Svaka promjena ide iz odnosa. Iz toga kako ćemo se mi približiti jedno drugome i koliko ćeš ti dati svog sadržaja. I onda možemo dalje eksperimentirati. Onda ćemo vidjeti što ćemo s tim.

Što to konkretno znači? Šta će mi se desiti?

Trebat će nam najmanje tri do četiri susreta da se mi upoznamo, da se ti opustiš, da se osjećaš dobro i da imaš dovoljno povjerenja u mene da mi ispričaš neke stvari o sebi koje ne bi ispričao nekom drugom. Kad ostvarimo odnos povjerenja, moj bi posao bio da ti pomognem da dođeš do uvida što te dovelo u u tu situaciju, koja ponašanja treba mijenjati, koje su ti potrebe nezadovoljene ili kako ih možeš bolje zadovoljiti, što možeš drugačije, koji su ti deficit, a koje resurse u sebi imaš, a sve to činimo na sigurnom mjestu, eksperimentirajući različitim intervencijama. A sve s ciljem da se osjećaš bolje.

(muk)

Hvala...

Da... Ne ide ništa preko noći. Kako se problemi ne stvore za 45 minuta, tako i ne odu u jednom tretmanu od 45 minuta...



Nina vesla (foto Joso Gracin Joka)

Dakle što je činiti čovjeku koji nikada prije u životu nije zatražio pomoć takve vrste?

Takav vjerojatno ni neće zatražiti pomoć ni psihijatra ni psihologa. Ali sigurno će zatražiti pomoć od svojih bliskih osoba. Tražit će podršku. Tražit će nekoga s kime može razgovarati. Kroz takav razgovor može doći do nekih uvida i imati ideju što činiti dalje. Ako ne ide ni tako onda može potražiti stručnu pomoć. Ali isto tako nije u redu vjerovati kako će se neki bitni pomaci dogoditi već nakon jednog razgovora. Svi koji dolaze s idejom kako će u jednom razgovoru riješiti sve, u krivu su.

Top ljudi u Klubu liječenih alkoholičara

Dakle sada radiš na dva mjesta: u obrtu Iskra i udruzi Ardura.

I vodim klub liječenih alkoholičara...

Da, na tu temu smo već ranije razgovarali ([poveznica na Tris op.a.](#)). Klub je, čini se, u posljednje vrijeme ekspandirao po broju članova...

Rekla bi na sreću ili na žalost. Na sreću jer to znači da su se mnogi odlučili liječiti i apstinirati, a na žalost jer mislim da je to veliki problem, ne samo kod nas, nego posvuda, u državi i svijetu. Treba o tome samo upitati obitelji koje se bore s time i koji među sobom imaju nekog ovisnika o alkoholu te koliko to utječe na čitavu dinamiku obiteljskog života.



Vesela KLicA (foto TRIS/G Šimac)

Klub je sada brojniji po članstvu...

Prošla je godina dana od formalnog osnivanja. Na klub bi išla čak i da nisam u svojstvu voditelja kluba. Zato jer su to toliko dobri ljudi koji u bilo kojem trenutku kad nekome od članova nešto treba svi uskaču. To su top ljudi. Na klubu je toliko dobro to zajedništvo i ti tulum bez alkohola na kojima na šanku stoji naš predsjednik i toči sokove i kave. I zabavljaju se.

Na koncu, evo jedno stereotipno pitanje jer se radi o seriji tekstova s egidom Žena. Što ti misliš je li ženama teže postići uspjehe u onome čime se bave nego muškarcima?

Inače, pomažuće djelatnosti su uglavnom rezervirane za žene. Kod nas su muškarci povlašteni. Dakle bilo koji muškarac koji se javi kako bi htio biti socijalni radnik, taj će se odmah zaposliti. Iz početka mi je bilo teže jer sam, na primjer, htjela raditi u odgojnom domu. Tamo me nisu uzeli zbog spola. Bilo im je važnije da je netko muško nego stručni kadar. Uzeli su radije nekog novinara i policajca da im rade s malcima nego neku ženu. Ali s obzirom da je to struka u kojoj uglavnom rade žene, nemaš neki osjećaj da si potplaćen, da ti je teže. Jer to je baš nekako tzv. žensko zanimanje.

Ja dolazim iz treće generacije žena koje rade, tako da meni to muško, žensko... ne znači previše. Naučena sam u obitelji da žena ima slobodu, da se poslovi dijele, da nema tu povlaštenih po spolu.

No ono što mi se čini da kada u obitelj dođu djeca, žena ipak ponese veći teret obveza i tada razlike mogu postati izraženije.

Ja se osjećam dobro kao žena. I voljela bi se opet roditi kao žena.

I imam dobar kontakt sa svojom muškom stranom.



Naravnost i Jordanar (kriptotekst Gracin Joka)

3. Tekst je realiziran uz pomoć sredstava iz Projekta poticanja novinarske izvrsnosti 2022. – Agencije za elektroničke medije.



Svidi mi se

Tags: [iskra obrt za tjelesno i mentalno zdravlje](#), [Joso Gracin Joka](#), [klica](#), [klub bježenih alkoholičara Šibenik](#), [Nina](#), [Nina Zdravko](#), [Kluba](#), [Ardura](#)

VEZANE VIJESTI



[Za novu Dečkovu Vlaku:](#)
[Otvoren račun za obnovu spaljene kuće Nenada Bilušića Dečka](#)



[Proključala KLiCA:](#)
[Alkoholizam nije prehlada](#)



[Ardura:](#)
[Tate i mame dodite i besplatno doznajte kako se djeca odgajaju s osvojenjem](#)

• [Najnovije](#)

Najnovije

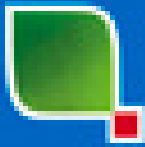
- [Na obljetnicu potresa na Brijuni Petrinjsko proljeće organiziralo prosvjede, a državni volti ostao na suprotnom u Zagrebu...](#)
- [Nina](#)
- [Sramotno spora obnova Brijuni nakon potresa: Kriva je Vlada i premijer Plenković, a vi ipak nastavite držati na budžetu, jer pred vama se nije kapitulirati nego u nju dirati...](#)
- [Vlastita proizvodnja: Nared navahlo na kućne solare, fond izdašno subvencionira, a HEP-a zahtjev za naknadu za prethodnom godišnjom i do 12 mjeseci](#)
- [Dušica](#)





KRKA
Nacionalni park
KROVSKA POVA

**BUDIMO
ODGOVORNI
ČUVAJMO SVOJE
NAJMILIJE**



PARKOVI HRVATSKE
HRVATSKE



"Revitalizacija i povezivanje atrakcija Parka prirode Vransko jezero"

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog fonda za regionalni razvoj



Operativni program
KONKURENTNOST
I KOHEZIJA

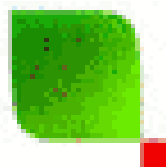


Sufinanciranoj sredstvima
Fonda za regionalni razvoj i
operativne učinkovitosti



KORNATI

Nacionalni park
National park



PARKOVI HRVATSKE



Arhiva

Odaberi mjesec ▼



TRIS
portal



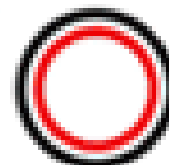
Novinski i novinarski portal

30.12.2022.

RADIO100 STUDENT

Lupiga

zarež

CrI
LGBT news portalSRPSKO
KULTURNO
DRUŠTVO
PROSVJETASLOBODNI
FILOZOFSKI
forum[®]
Pisano, ne programirano

novinarstvo unatoč svemu

NAKLADNIK:

**Udruga za promicanje civilnog društva,
medijske kulture i razmjene informacija – TRIS**

Drniških žrtava 12, Šibenik

[Impressum](#)