

Rezumatul clipului video „Nu vă amestecați”

Situația:

Cuplul Christine (83 de ani) și Fritz (86 de ani), doamna Hannelore asistentă de îngrijire personală

În acest episod, domnul Fritz suferă de boala Parkinson.

Vă rugăm să urmăriți cum evoluează conversația (CINE atacă pe CINE?)....

Cuprinsul clipului:

Doamna Hannelore servește supa, domnul Fritz nu-și poate mișca mâna încet și varsă supa.

Soția sa, Christine, îl muștră. Doamna Hannelore îi ia apărarea domnului Fritz și îi spune doamnei Christine că doar nu a făcut-o intenționat. Dar domnul Fritz nu este de acord și îi spune doamnei Hannelore să nu se amestece în problemele lor. Doamna Hannelore este dezamăgită, pentru că a vrut să îl ajute pe domnul Fritz și îi mai spune că NU îl va mai ajuta. Acum, doamna Christine îi ia apărarea soțului ei și îi spune doamnei Hannelore că nu ar trebui să se ia de el pentru asta.

Analiza:

Când domnul Fritz varsă supa, doamna Christine își muștră soțul: „Mergi, te rog, pleacă! Ai grijă”. Ea ar trebui să știe că este vorba de boală și că NU a vărsat ceva intenționat. Cu toate acestea, ea nu-și poate stăpâni supărarea. Ea spune că el „a vărsat din nou TOTUL”. După spusele ei, se pare că acest lucru se întâmplă **tot timpul**... Și cu siguranță **NU a vărsat „TOTUL”**... Ea generalizează și exagerează în acuzația ei. **Doamna Hannelore** vrea să îl **apere** pe domnul Fritz. Dar ea **NU îl întreabă** dacă își dorește acest lucru... În acest fel, ea se poziționează și **ÎMPOTRIVA doamnei Christine**. Domnul Fritz îi reproșează că se amestecă. Acum, doamna Hannelore este nedumerită. Ea nu înțelege că EA însăși a făcut greșeala de a se amesteca. **Revoltată**, ea spune că **nu-l va mai ajuta**... Îl acuză de ingraturitudine. Acest lucru o deranjează acum și pe doamna Christine. La urma urmei, doamna Hannelore a luat atitudine împotriva ei. Îi spune doamnei Hannelore, pe un ton furios, că **NU ar trebui să se ia de soțul ei** din cauza ASTA.

Reflecție:

Reproșurile sunt, în general, **problematic** pentru că adesea împiedică o conversație constructivă. Dar dacă acuzația este deja formulată, atunci acuzația trebuie să se refere la ceva ce „învinuitul” ar fi putut **controla** și preveni. Dar domnul Fritz NU a putut face acest lucru din cauza bolii sale!

Când cineva aduce un reproș, ar trebui să se refere la un eveniment **CONCRET** și, prin urmare, nu ar trebui să spună „din nou”, pentru că atunci se referă și la alte evenimente din trecut.

În plus, trebuie **evitate exagerările** (de exemplu, nu: „Ai vărsat TOTUL...”)

Prin urmare, doamna Hannelore consideră pe bună dreptate, că este „NEDREPT”. Cu toate acestea, **NU** este locul ei să **intervină fără a fi întrebată**. Ea nu știe care este istoria relației de cuplu care se ascunde în spate. Poate că a avut loc o ceartă în ultima vreme? Da, poate că doamna Christine s-a simțit tratată necorespunzător de către soțul ei în trecut și se „răzbună” acum, când acesta este slăbit - în sensul de răzbunare pentru numeroasele suferințe îndurate.

Stephen Karpman a dezvoltat modelul „triunghiului dramatic”. Ori de câte ori 3 sau mai multe persoane comunică între ele, se formează roluri foarte specifice:

Autorii (anterior și persecutorii) sunt cei care îi atacă, îi instruiesc, îi mustră, îi acuză, etc. pe alții.

Victimele sunt cele care sunt vizate de autori, deci ele sunt luate în vizor de autori, etc.

Salvatorii sunt acei oameni care simt că trebuie să ajute pe cineva. Aceștia consideră comportamentul **autorilor** nedrept și, de asemenea, cred de obicei că victimele nu se pot apăra singure. De asemenea, au tendința de a **AJUTA** fără să analizeze dacă **victimele** chiar au nevoie sau doresc acest lucru!

Aici începe mai întâi doamna **Christine** ca **autoare** (domnul **Fritz** = **victimă**); doamna **Hannelore** vrea să fie **salvatoarea** = **autoarea** pentru doamna **Christine** (**victima**). Domnul **Fritz** este deranjat de asta, deci devine **autorul** pentru doamna **Hannelore** (**victima**). Ea se apără, devenind astfel ea însăși **autoare** în raport cu domnul **Fritz** (**victima**). Acum devine doamna **Christine** **autoare** în raport cu doamna **Hannelore** (**victima**).

Acest "joc" ar putea continua acum la nesfârșit până când disputa va deveni mai aprinsă....

Adesea, persoanele implicate nu își dau seama deloc sau foarte târziu că au intrat într-un astfel de șablon de comportament.

Deprinderi:

Persoanele din exterior (doamna Hannelore) știu adesea mult prea puțin despre trecutul relațional al celor 2 persoane care se află în dispută; prin urmare, asistenții personali de îngrijire ar trebui să nu se amestece în astfel de conflicte.

Implicarea în dispute duce, de obicei, la deteriorarea relației cu asistentul de îngrijire personală. În cel mai bun caz, am putea să o întrebăm pe doamna Christine, într-o clipă de liniște, DACĂ vrea să audă și punctul de vedere al unei persoane din exterior care se ocupă de îngrijire. Și aici trebuie să fiți foarte atenți! Este o temă de „conflict”.

Trebuie să fim mai bine pregătiți pentru următoarele mese: Fără nicio față de masă valoroasă, cu hârtie de bucătărie la îndemână.

Cu toate acestea, domnul Fritz ar trebui să poată mânca independent cât mai mult timp posibil - chiar dacă din când în când mai dă pe lângă.

Reproșurile nu aduc nimic în această situație - dimpotrivă: Risc de agresivitate, retragere sau depresie.

Cei care ajută sunt puternici, persoanele care au nevoie de ajutor sunt slabe, pentru că au nevoie de ajutor, în mod evident. Astfel, cu fiecare ofertă de ajutor arătăm că cealaltă persoană este „slabă”. Chiar și numai cuvântul „ajutor” (vedeți, de asemenea, „Sisteme de memorie / inițierea”) poate declanșa deja gânduri supărătoare.

Cunoscând „triumghiul dramatic”, este mai ușor să ieșiți din astfel de situații sau să nu intrați în astfel de scenarii de la bun început. Leșirea: de exemplu, abordați în mod deschis faptul că există o dinamică nedorită, că ați vrut să fiți un salvator aici etc.

Lectură recomandată:

Chris West: The Karpman Drama Triangle Explained: A Guide for Coaches, Managers, Trainers, Therapists - and Everybody Else (Triumghiul dramatic Karpman explicat: Un ghid pentru trainerii, managerii, formatorii, terapeuți - și pentru oricine altcineva)

Wolfgang Schmidbauer: Hilfloze Helfer: Über die seelische Problematik der helfenden Berufe (Asistenți neajutorați: Despre problemele psihice ale profesiilor de ajutorare)

Căutare pe internet:

Căutare cu privire la triumghiul dramatic