

A „Szégyen” videó összefoglalása

Szituáció:

Christine asszony (83) egyedül él otthon, ebben a részben gyakran zavart. Heti 1 alkalommal meglátogatja barátnőjét, aki a közelben lakik. De az utcák néha idegennek tűnnek neki. Ebben a részben teljesen elvesztette a tájékozódási képességét. Ezért egy idegen hölgytől kér útbaigazítást.

A videóklip tartalma:

Christine asszony **eltévedt**, **pedig elvileg jól ismeri** a környék utcáit. Végül megkérdezi egy nőtől, merre van a Rosenweg: **„BOCSÁSSON MEG, ÚJ vagyok errefelé...”** - kezdi... A hölgy pedig elmagyarázza neki az utat.

Elemzés:

Christine asszony **bizonytalannak** hat. **Egyfelől** minden olyan „másnak” tűnik neki, szinte már **„idegennek”**, **másfelől** valószínűleg gyanítja, hogy el-/megtévedt. Tehát érzi a **saját hiányosságát** és hogy **nem elég**. Ez **kellemetlen** számára, és **szégyenkezik**. Hogy tudatában van-e a demencia-betegségének, nem tudjuk. Ezért a **kudarcért** önmagát **hibáztatja**. Innen ered a **„Bocsásson meg...”**, majd az **„...új vagyok errefelé...”**.

Amikor útbaigazítást kérünk, ezt **rendszerint NEM** mondjuk, hiszen a megkérdezett személy **ÚGYIS feltételezi** ezt, máskülönben nem kérdeznénk meg. Az idegenek nem feltételezik rögtön, hogy valaki zavart lehet... **Talán azért hangsúlyozza** mégis, hogy új errefelé, hogy az idegen **hölgy ne jöjjön rá**, hogy Christine asszony esetleg zavart lehet. És **talán magát is meg akarja győzni**, hogy új neki a környék, így mindezt könnyebb lenne elviselni.

Reflexió:

A **szégyenérzet** hasznos ahhoz, hogy **helyesen viselkedjünk** a társadalomban. Veleszületett érzés, és akkor jelentkezik, amikor megszegjük a szabályokat, amikor úgy véljük, hogy **hibáztunk**, vagy **nem tudunk** valamit, amit tudnunk kellene. A **szégyenérzet** a **nevelés** által alakul ki és **erősödik**. Nem minden embernél egyformán erős. Különösen **idősebb korban** a **bűntudat** és a **szégyenérzet** felerősödik. Ez stresszt okoz. Sokan izolálódnak. A stressz gyengíti az immunrendszert. Megnö a betegségek kockázata. Csökken az önbecsülés. Egyeseknél ez **dühöt** és **haragot** is kiválthat, **agresszívvá** válnak, hogy helyreállítsák önbecsülésüket. Ha **károsodik** a

homloklebeny - vagyis az agy azon területe, ahol többek között a helyes és helytelen viselkedés megítélése történik - az gyakran a **szégyenérzet elvesztéséhez** vezet, és az érintett személy olyan dolgokat mond vagy tesz, amelyeket a társadalom nem fogad el.

A **szekunder szégyen** olyan szégyenérzet, amikor mi magunk szégyenkezünk mások viselkedése miatt.

A **primer szégyen** az az érzés, amikor mi magunk is érezzük mások szégyenét.

Tanulságok:

Ha **jó bizalmi viszonyban** állunk a klienseinkkel, akkor esetleg **beszélhetünk** az ilyen **érzésekről** is, és akkor nem kell „hamis szégyenérzet” miatt kitalált történeteket mesélniük nekünk, hogy elrejtsek a saját szégyenérzetüket. Emiatt azonban nem kell azt mondanunk: „Ezért nem kell szégyenkeznie...”, mert ez az érzés nagyon is egyénileg kapcsolódik ezeknek az embereknek az élettörténetéhez.

Tehát **NEM** szabad szembesítenünk az embereket az életkorból fakadó hiányosságaikkal vagy zavartságukkal, nem szabad őket sem kritizálni, sem kijavítani (azaz nem szabad őket „megszégyeníteni”). **Hagyjuk, hogy önmaguk legyenek**, és így fogadjuk el őket emberként. **Ismerjük fel**, hogy mi az, ami **még jól működik**, mi az, ami még megvan a képességek tekintetében. Így kiépülhet hosszú távon a bizalom.

Továbbvezető anyagok:

Helga Kernstock-Redl: Schuldgefühle

Udo Baer & Gabi Schotte-Lange: Das Herz wird nicht dement (Rat für Pflegende und Angehörige)
(A szív nem válik demenssé (Tanácsok gondozóknak és hozzátartozóknak))