

Резюме на видеото „Страх“

Ситуация:

Г-жа Кристине (83), г-жа Ханелоре, домашна помощница. Синът ѝ е „всичко“ за нея. Доскоро е живеел с нея. Не е женен. Преди няколко години се преместил на 200 km в града. Но я посещава веднъж седмично.

Съдържание на клипа:

Г-жа Кристине разлиства **нервно** списанието си. Г-жа Ханелоре забелязва това и пита защо. Г-жа Кристине казва, че се **страхува**, защото нейният син Петер утре ще се подложи на **тежка операция**. Г-жа Ханелоре **опитва** веднага да я **успокои** и мисли, че всичко ще е наред. Едва **СЛЕД** нейния **опит за успокояване** я пита за **каква операция** става дума. „Херния“, отговаря г-жа Кристине.

Анализ:

Г-жа Кристине изглежда **нервна**. Г-жа Ханелоре пита какво става. Първо това е правилно и важно. Тя се **страхува**, казва г-жа Кристине, защото **синът ѝ** Петер ще се подложи на **операция**. Г-жа Ханелоре казва **веднага**, че **няма да е толкова зле**. Тя казва, строго погледнато, че тя **НЕ приема сериозно страха** на г-жа Кристине! Той **никога не е опериран**. И сега той ще претърпи **много тежка операция**, **разсъждава г-жа Кристине по-нататък**. Г-жа Ханелоре **изобщо не знае за КАКВА операция** става дума. И все пак г-жа Ханелоре **продължава да се опитва да я успокои**: Г-жа Кристине ще види, че това ще отmine бързо и всичко ще бъде наред. Това **абсолютно не е наред!** Преди да каже нещо за това, тя трябва **поне да знае за каква операция** става въпрос. И дори **ТОГАВА** тя **няма правото да казва** просто така, че **всичко ще бъде наред**. Сега тя би трябвало при всички случаи **да обърне внимание на страха** и да попита г-жа Кристине **КАКВО** я тревожи най-много. **Страхува ли се от високия риск на операцията?** Ако отговорът е да, **защо?** Какво знае г-жа Кристине за този вид операция? **Вашият син има ли рискови фактори?** Какво каза лекарят за това? **Синът също ли се притеснява?** **При това** г-жа Кристине би трябвало **да покаже**, че се интересува от тази **тема**, и би ѝ дала възможност сама да **разсъждава дали** **страхът ѝ** **изразява нейната субективна оценка** или **отразява обективен риск**. Но **простото отхвърляне на страха** изглежда по-скоро все едно г-жа Ханелоре **иска сама да се успокои** и да се **отърве от темата за „страха“**.

Отражение:

Въпреки че е разбираемо, че г-жа Ханелоре по-скоро мисли, че майката просто е „прекалено загрижена“, тя я познава от известно време. Това отговаря на по-голямата картина, че тя се тревожи ненужно: Синът ѝ е на 51 и доскоро е живеел с нея - това говори за особено тясна връзка между майка и син. **Но в този случай тя не знае КАКВА операция е това. Следователно въпросите без стойност (вижте горе) биха били много по-полезни. Страхът е именно много лично чувство и често не може да се елиминира с обективни аргументи.** Страхът е чувство на неудоволствие и идва от реална заплаха или загриженост. Дори ако хернията е рутинна операция, г-жа Ханелоре няма право, просто да отхвърли това. Разбира се, може да попита и дали г-жа Кристине не желае да се обади на сина си, за да го попита как е преди операцията и какво точно ще се прави. Може би и синът ѝ ще я успокои.

Обучение:

При всички случаи трябва да приемаме сериозно **страховете на другите**. Без значение дали страховете изглеждат основателни за НАС, за **обезпокоения страховете са ИСТИНСКИ**. Не можем да премахнем страховете, но можем да помогнем с **малки неща** и да направим нещата малко по-добри за другите:

Близост:

Седнете с тях, евентуално докоснете, прегърнете, покажете, че сте там.

Топлина:

Социалната топлина чрез нашия интерес, изслушване (без съвети, без осъждане), въпроси, спокоен тон, но също и физическата топлина могат да помогнат (одеяло, чай, супа, топли чехли и т.н.)

Ритуал:

(общо за страховете): Молитви, евентуално талисман за късмет (напр. снимка с ангел пазител), разглеждане на снимки, пеене заедно, написване на всичките притеснения в писмо и може би изгаряне, терапевтична помощ при объркани хора, добра ежедневна структура, прозрачни процеси, обяснение на действията за грижи (бавно, кратки изречения)

Препоръчителна литература:

Удо Баер и Габи Шоте-Ланге: Сърцето не изпада в деменция (съвет за домашни помощници и роднини)