

Sažetak uz video „Osnovni stavovi”

Situacija:

Bračni par Christine (83) i Fritz (86) žive kod kuće. U ovoj epizodi je gospodin Fritz često vrlo konfuzan. Svakog dana čita novine. Međutim, samo se pravi, vjerojatno ih ne može više čitati s razumijevanjem. Drži novine naopako. Ovdje se prikazuju 2 verzije kako se s time treba ponašati. Ovo vrijedi kako za članove obitelji, tako i za njegovatelje: Koja od dvije verzije je bolja?

Sadržaj 1. snimka:

Gospođa Christine donosi suprugu novine. On kaže da će ih odmah pročitati, ali ih uzima naopako u ruke. Gospođa Christine to primjećuje i želi mu pomoći: „Tako neće moći! Držiš novine totalno naopako.” Ne pokazuje ništa i samo mrmrlja: „Aha, pa da”

Sadržaj 2. snimka:

Gospođa Christine donosi suprugu novine. On kaže da će ih odmah pročitati, ali ih uzima naopako u ruke. Gospođa Christine to primjećuje, ali NE želi mu pokazati njegov nedostatak, već kaže: „Još uvijek si zainteresiran za novine. Što te najviše zanima?”
On odgovara: „...politika i ekonomija...”, a ona: „...to su važne teme!...”

Analiza:

Budući da je **gospodin Fritz vrlo konfuzan, on niti ne primjećuje da je novine otvorio naopako.** Može biti mnogo razloga zašto ne može čitati: prljave naočale, krive naočale, slab vid (oftalmolog?).

Njegova je bolest vjerojatno toliko uznapredovala da više ne može čitati pojedine riječi, inače bi to možda primijetio i sam ispravno okrenuo novine. Ali želi zadržati dojam da još uvijek može čitati novine.

U 1. videu supruga mu odmah kaže: „TAKO neće moći!” Te mu ona ukazuje na **grešku.** (Znači, ponovno je nešto pogrešno uradio...)

„Držiš novine TOTALNO naopako...”: Riječ „totalno” **dodatno pojačava njen iskaz.** Iako je optužba izrečena smireno, vjerojatno se vrlo često tijekom dana suočava sa svojim „promašajem”.

U 2. videu također primjećuje, ali ga **NE suočava s njegovim nedostatkom.** **Prepoznaje što je NJEMU važno:** Naime, nastaviti što dulje i biti percipiran kao punopravno ljudsko biće. Jer, ako

pokazujemo nedostatke, onda drugi SVE VIŠE određuju NAŠU svakodnevicu! Uglavnom to ne želimo. Zbog toga se pravimo da sve funkcionira kao uvijek.

Razmišljanja:

Očito da gospođa **Christine** (u videu 1) **nije ni primijetila** da njezin **suprug više ne može čitati**. Ona mu vjerojatno želi **pomoći**, ali ako **on** to sam **ne primijeti**, vjerojatno neće moći **čitati novine** ni ako ih **pravilno** drži. Ona samo **postiče** da se on **ponovno suoči s pogreškom**. Ponovno mora **doživjeti** da više **ništa ne može...** Neki konfuzni ljudi bi zbog toga **moгли** postati **agresivni**. Ostaje miran, želi izbjeći sukobe, vjerojatno je rezigniran.

U **2. videu** gospođa Christine vjerojatno već zna da on više ne može čitati. Ali **ona NE vidi** nedostatak, već **ono što još postoji: njegovu zainteresiranost** za mnoge stvari u životu. I to je unutarnji **stav**. Prepoznati što je drugome važno, kako se osjeća i potvrđivanje toga (**empatija**). Uzimanje drugih točno onakvima kakvi jesu (**prihvaćanje**). A ako to nije samo njezina gluma, nego tako i živi, onda su njezine misli, osjećaji i postupci „kongruentni”, tj. **podudarni**.

Carl Rogers formulirao je 3 najvažnija osnovna stava u razgovoru:

empatija - prihvaćanje - kongruentnost

Empatija je sposobnost osjećanja onoga što drugi ljudi osjećaju.

Prihvaćanje znači prihvaćanje drugih ljudi točno onakvima kakvi jesu - sa svim njihovim vrijednostima - bez da ih **MI** osuđujemo. Ne moramo usvojiti njihove vrijednosti, već prihvatiti da su one ispravne za druge ljude.

O **kongruentnosti** govorimo kada se naše misli, osjećaji i postupci podudaraju. Dakle, biti prijateljski raspoložen prema nekome tko vam se ne sviđa **NE** bi bilo kongruentno. Trebali bismo **shvatiti** da su **drugi ljudi** izgradili **drugačije vrijednosne krajolike** zbog potpuno drugačijih životnih iskustava i **drugih životnih uvjeta**. Izgradili su svoj život onakav kakav jest u skladu s uvjetima okoline. A **mi sami nikada nismo mjerilo** što je **ispravno**, a što **pogrešno**, što je dobro, a što loše.

Tema **osnovnih stavova** također se često vidi u **predrasudama koje možemo** imati mi sami ili **obitelji o kojima treba skrbiti**:

Klijenti pokazuju njegovateljima kako radi **perilica rublja** ili **televizor** jer misle da ih oni **nemaju kod kuće**. Neki su optuženi za **krađu** ili **neobrazovanost...**

Možete razgovarati s nekim obiteljima o tome i reći im da poznajete razne tehničke uređaje i da ih i sami imate kod kuće. U većini slučajeva, međutim, ima smisla ignorirati ovakvo nešto i jednostavno dati primjer da se ne uklapate u takve predrasude. A ako primijetite da drugi njegovatelji imaju problema s alkoholom, da se stalno igraju na mobitelu (umjesto da rade svoj posao) ili čak krađu, razgovarajte s njima o tome jer štete cijeloj profesiji, a time i vama!

Uvidi:

Kada negujete konfuzne osobe:

Bez ukazivanja na njihove nedostatke (OPET su nešto krivo napravili...)

Bez sramoćenja.

Nema uputa za neispravne radnje (uglavnom ne koristi!)

Prepoznavanje onoga što je važno osobama o kojima se skrbi i potvrđivanje toga.

Pokazati prihvaćanje i empatiju.

Ako je moguće, budite kongruentni, tj. volite ljude i uživajte s njima. Ako je ovo preteško, možda potražite drugo radno mjesto.

Preporuka literature:

Carl Rogers: Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie (Psihoterapija okrenuta klijentu).