

Moč pogovora: pristnost in osebna skladnost

■ **Tatjana Vertačnik**, univ. dipl. psihologinja, strokovna vodja Društva Zaupni telefon Samarijan.

Šele takrat, ko smo na zavedni ravni sposobni soočati se z lastno notranjostjo, bomo lahko do svojega sogovornika pristni, brez krinke ali fasade, z odprtimi čustvi, ki jih bomo lahko izražali, če bo to primerno. Če hočemo pomagati drugemu, moramo biti pripravljeni nenehno delati na sebi.

Kurja juhica

Na eni od supervizij strokovnih delavcev nam je sodelavec povedal zgodbo, katere sporočilnost se mu je globoko vtisnila in mu sledila v vseh letih poklicnega dela. Zgodbo o pomenu pristnosti in odnosih, tudi v profesionalnih odnosih.

Med številnimi strankami je imel tudi staro gospo. 'Mamka' jo je poimenoval. Ženica, stara čez 80 let, je živela skupaj z odraslim sinom, zaradi katerega je prihajala k socialnemu delavcu. Pogosto jo je poslušal, pogovorila sta se, kako naj kaj uredi, enkrat pa uspel tudi urediti neko malenkost zanjo. Pogovori so bili prijetni in bila mu je hvaležna za pomoč. Ženica mu je bila pri srcu, spominjala ga je na sosedo, pri kateri je bil pogosto, ko je bil še otrok.

Vedno pogosteje je prihajala in včasih je že težko našel čas za pogovor. Ob enem od njenih obiskov je imel res veliko dela in se ji je nekako skrnil, sodelavci pa so ji povedali, da je odsoten. Naročila je pozdrave zanj in povedala, da še pride. Imel je slabo vest, ni je hotel razočarati, ampak res je bil zelo zaseden. Čez teden dni mu je stara gospa prišla povedat, kako veliko ji pomeni njegova podpora, in ga povabila, naj jo obiše. Ob tem je zaznal tisti poseben lesk v njenih očeh. V naslednjih tednih se je nekako izmikal njenim vabilom, prestavljal datume obiska. Ko jo je videl na hodniku, da je namenjena k njemu, je našel kak izgovor, da nima časa ali da mora nujno na teren. Včasih se je kar

skril. Dejala mu je, da pa vseeno mora jesti, in ga povabila na kosilo. Na dobro domačo kurjo juhico. Težko je našel čas, predvsem pa mu je bilo zares težko zavriniti staro gospo. Juh ni imel rad, kurjih pa sploh ne. Težko bi ji razložil tudi, da ne more kar prihajati na obiske, strokovnih razlogov za tako pogoste obiske pa ni bilo. Čutil je, da bi ji moral povedati, a ... A mu je bilo resnično hudo prizadeti iskreno staro gospo, ki mu je bila tako hvaležna za njegovo pozornost. Nekega torka zjutraj, ko so imeli sestanek z

direktorjem in sodelavci, pa tudi sodelavci iz drugih ustanov, tajnica ni mogla ustaviti prijazne stare gospe. Namenila se je pogostiti svojega socialnega delavca, ki nikoli ni imel časa niti za kosilo, in skuhala mu je dober obrok. Z žarečim obrazom je prederj postavila cel lonec kurje juhice. Skuhana je bila po starem in z ljubeznijo. In vse tiste kurje glave in kremplji so očitajoče zrlji vanj.

Pristnost in osebna skladnost je v pogovoru s človekom v stiski zelo pomembna

Pristnost in osebno skladnost (Carl Rogers je to imenoval kongruenca) bi lahko definirali kot enotnost ali skladnost med notranjim doživljanjem (čustva, želje, vrednote) in zunanjim vedenjem, pri čemer ne gre samo za iskrenost navzven, ampak še bolj za stik s samim seboj, s svojim najbolj notranjim jazom. Pogovor s človekom v duševni stiski temelji na odnosu. Če nismo v stiku z lastnimi čustvi, če ne živimo iz sebe, ampak iz pričakovanj drugih, če je naš jaz zakopan pod množico obrambnih mehanizmov, potem ne bomo zmogli vstopiti v svet drugega, ga ne bomo mogli slišati, sprejeti in z njim vzpostaviti odnosa. Šele takrat, ko smo na zavedni ravni sposobni soočati se z lastno notranjostjo, bomo lahko do svojega sogovornika pristni, brez krinke ali fasade, z odprtimi čustvi, ki jih bomo lahko izražali



Foto: BS

li, če bo to primerno. Če hočemo pomagati drugemu, moramo biti pripravljeni nenehno delati na sebi.

Naša pristnost je pri delu na telefonu za ljudi v duševni stiski temeljnega pomena ne samo zato, ker je predpogoj za medčloveški stik, ampak tudi zato, ker na klicalca deluje razbremenilno. Pristen poslušalec, ki si upa biti to, kar je, postane model ali vzor, ki klicalca osvobaja lastnih prisil in mu pomaga doseči več pristnosti in več poguma za soočanje s samim seboj. Naša odprtost lastnim čustvom (tudi manj prijetno obarvanim, kot so jeza, strah, negotovost ...) in njihova prosojnost sogovorniku olajša odprtost in občutljivost za podobno doživljanje pri sebi. Ko govorimo o svoji pristnosti, ne mislimo na tisto pristnost, s katero se ljudje včasih hvalimo, ko rečemo: »Jaz vsakemu v obraz povem vse, kar mislim. Nisem kot nekateri hinavci ...« Pristnost pri našem delu (pa tudi sicer v življenju) ne pomeni, da nenad-

zorovano bruhamo iz sebe vse, kar tisti hip čutimo in mislimo. Gre za izbirno pristnost, to je sposobnost oblikovanja pristnih izjav, primernih okoliščinam in ciljem konkretne situacije, ter disciplinirano izražanje svojih čustev, potreb in želja. Kar izrazimo, mora biti pristno, vendar ni nujno, da povemo vse, kar mislimo ali doživljamo. Naša pristnost naj krepki klicalčevo pristnost.

V prizadevanju za lastno pristnost se zave- mo pritiskov, ki jih okolje vedno izvaja na posameznika, s tem da mu vsiljuje določene vzorce vedenja in razmišljanja. Gotovo je potrebna neka mera prilagodljivosti okolju. Če hočemo funkcionirati v družbi, se moramo podrediti določenim družbeno sprejetim normam vedenja. Zavračanje pristnosti in občutek ogroženosti bomo začutili tudi v stiku s posamezniki, ki težko vzdržujejo napetost med lastno masko in pritiskom svojih potlačenih čustev. In končno se bo prizadevanju za pristnost upiralo nekaj v



nas samih. Pot do pristnosti je pot samospoznavanja, kar pomeni naporno, včasih tudi boleče prebijanje skozi sloje priučenega vedenja do svoje ranljive, krhke človečnosti. Pristnost pomeni tudi izpostavljenost. ◀

(Povzeto po: Učno gradivo za usposabljanje novih prostovoljcev, Društvo Zaupni telefon Samaritan)

Starši

Odlogi všolanja – da ali ne?



■ **Tatjana Jakovljević**, univ. dipl. prof. defektologije, razvojna terapevtka s specialnimi znanji, kot specialna pedagoginja deluje na področju zgodnje obravnave otrok s specifikami v razvoju, pri čemer vključuje načine vstopanja v otrokov razvoj z vidika nevroloških baz v soodvisnosti s primarnim socialnim okoljem. Sistemsko deluje na področju vzgoje in izobraževanja z namenom implementiranja najnovejših znanj nevroznanosti, ki odkrivajo osnove razvoja otrokovih možganov.

V zadnjih letih se starši in vzgojitelji otrok, ki zaključujejo vrčevsko obdobje, vse bolj srečujejo z vprašanjem, ali otroku podaljšati čas v vrtcu za eno leto ali ga vpisati v šolo v petem in šestem letu starosti. Strokovnjaki, ki so postavili program devetletne šole, trdijo, da je program devetletke z res številnimi prilagoditvami pripravljen za otroke, stare od pet let in osem mesecev do šest let in osem mesecev.

Praksa kaže, da se je število odlogov v zadnjih nekaj letih več kot podvojilo in da je v letošnjem letu odloženih 12,2 % šoloobveznih otrok.

Stroka s poglobljenimi analizami išče vzroke za povečevanje števila odlogov.

Izsledki do sedaj narejenih raziskav kažejo, da se povečuje število opredelitev otrok s posebnimi potrebami, otrok tujih državljanov, s strani staršev pa je na prvem mestu odločitev za odlog všolanja potreba po podaljšanju enega leta otro-

štva njegovemu otroku.

Na drugi strani strokovnjaki svetovalnih centrov za otroke, mladostnike in starše po Sloveniji izpostavljajo, da v šolo vstopajo čedalje bolj nezreli otroci, ki imajo šibkejšo govorno-jezikovne sposobnosti,