

ΠΙΣΤΕΥΕΤΕ ΟΤΙ ΤΟ ΑΤΟΜΟ ΠΟΥ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΕΙΤΕ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΕΙ ΣΟΒΑΡΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΣΤΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΝΕΑΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΕΤΑΙ.

Η εμπειρία της αλλαγής κοινωνικού και πολιτισμικού περιβάλλοντος συχνά, συνεπάγεται διαφορετικές μορφές πίεσης για τα άτομα. Η εξοικείωση του ατόμου με τις νέες συνθήκες είναι μια διαδικασία που απαιτεί χρόνο. Οι άνθρωποι αντιμετωπίζουν πολλές δυσκολίες στην προσαρμογή σε νέες καταστάσεις, στην εξοικείωση με το νέο περιβάλλον και τη γλώσσα, στην εκμάθηση των νέων κοινωνικών κανόνων, τι είναι αποδεκτό και τι όχι. Αυτές οι δυσκολίες μπορεί να επηρεάσουν τη σχέση σας με τον/την ωφελούμενο,-η ή τον/την ασθενή σας. Σκεφτείτε το πολιτισμικό σοκ και προσπαθήστε να βάλετε τον εαυτό σας στη θέση ενός ατόμου που έρχεται σε ένα εντελώς νέο περιβάλλον. Πώς πιστεύετε ότι θα συμπεριφερόσασταν εσείς σε μία τέτοια κατάσταση;

01

Λάβετε υπόψη ότι κάθε άτομο διαχειρίζεται το πολιτισμικό σοκ με διαφορετικό τρόπο και ότι ο χρόνος που απαιτείται για την προσαρμογή μπορεί επίσης, να διαφέρει πολύ. Αποδεχτείτε ότι τα αρνητικά συναισθήματα κατά την αντιμετώπιση του σοκ είναι συχνά, κανονικό μέρος της διαδικασίας.

02

Προσπαθήστε να σκεφτείτε πώς μπορείτε να υποστηρίξετε το άτομο που φροντίζετε να ξεπεράσει το πολιτισμικό σοκ. Ίσως, μπορείτε να ενσωματώσετε ορισμένα στοιχεία που κάνουν το άτομο να αισθάνεται πιο οικεία στο νέο περιβάλλον όπως είναι διάφορα φαγητά από τη χώρα καταγωγής, η μουσική, περιοδικά, φωτογραφίες κ.α.

03

Προσπαθήστε να καταλάβετε τι πραγματικά χρειάζεται το άτομο στην κατάστασή του για να αισθανθεί καλύτερα. Προσπαθήστε να βρείτε τρόπους να του δώσετε πολλές δομημένες ενέργειες και προσανατολισμό, τα οποία μπορούν να το βοηθήσουν να έχει ένα αίσθημα μεγαλύτερης σταθερότητας.

04

ΣΤΗΝ ΠΡΑΞΗ

Η Σάρα εργάζεται ως ψυχοθεραπεύτρια σε μία κλινική αποκατάστασης για παιδιά στο Βερολίνο. Ο Άλεξ, ένα 10χρονο αγόρι, περνά μερικές εβδομάδες στην κλινική μαζί με τη μητέρα του για να βελτιώσει τα προβλήματα βάρους του. Πρόσφατα μετανάστευσε στη Γερμανία με την οικογένειά του και περνάει δύσκολα. Αν και η μητέρα του μιλάει καλά γερμανικά, εκείνος αρνείται να μιλήσει γερμανικά και έχει πολλές συγκρούσεις με τα άλλα αγόρια της κλινικής. Τσακώνεται ακόμη, με άλλα παιδιά για μικρούς λόγους. Αν και το προσωπικό της κλινικής είναι πολύ υπομονετικό μαζί του, φαίνεται όλο και πιο αντιδραστικός.

ΛΥΣΗ

Ευτυχώς, η Σάρα γνώριζε τα πιθανά συμπτώματα του πολιτισμικού σοκ και ότι η προσαρμογή σε μια νέα κατάσταση μπορεί να προκαλέσει πολύ άγχος. Ανακάλυψε ότι ο Άλεξ μπερδεύεται από τον τρόπο με τον οποίο ενεργεί το προσωπικό της κλινικής. Στη χώρα καταγωγής του, είχε συνηθίσει πολύ επίσημη μέθοδο διδασκαλίας και άλλα μέτρα για την παραβίαση των κανόνων. Στην κλινική αυτή, τέτοιες καταστάσεις αντιμετωπίζονται διαφορετικά. Τελικά, κατάλαβε καλύτερα τους λόγους για τους οποίους ο Άλεξ συμπεριφέρεται έτσι, και ανέπτυξε τρόπους να συνεργαστεί μαζί του. Για παράδειγμα, οργάνωσε μαθήματα πυγμαχίας στο γυμναστήριο, αφού έμαθε ότι παλιότερα έκανε πυγμαχία. Η Σάρα επίσης, πήρε την ευκαιρία να μιλήσει με τη μητέρα του Άλεξ για το πώς μπορεί να τον βοηθήσει να βρει το δρόμο του στη νέα κατάσταση.

Εταίροι Έργου:



Περισσότερες πληροφορίες:
www.i-care-project.net



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The I-CARE project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.