

PLÁČ

Cíl KI: vytvořit bezpečný prostor pro pláč

- pláč přijímáme, nezlehčujeme ho, nevysmíváme se
- poskytneme pro pláč prostor a svolení
 - neverbálně (krabice s kapesníky na stole)
 - verbálně (tady můžete plakat, vyplačte se)
- můžeme vyjádřit soucit s klientem, použít dotyk
- nabídnout prostor pro úpravu zevnějšku

Co brzdí:

- příliš rychlé nabízení kapesníků
- příliš velké povzbuzování k pláči „to je dobře, že pláčete“, „jen si poplačte“
- netrpělivost
- snaha o rozhovor ve chvíli, kdy klient pláče, otázky
- příliš velká emoční angažovanost – klient může mít obavy, že nás zatíží

Je potřeba být připravený na okamžik, kdy se klient uklidní a přestane plakat, často dochází k pocitům studu. Můžeme je překlenout nějakým vhodným popisem situace „slyším, že se váš pláč změnil“, „vidím, že se váš dech uklidňuje“, „zkuste mi říct, co se stalo...“

Důležitá je sebereflexe, mít na paměti „jak reaguji na pláč“ – cítím se trapně? Je mi to nepříjemné? Mám pocity viny? Mám potřebu pláč rychle utišovat? Zastavovat? Zlobím se na plačícího, že mě zatěžuje, vtahuje?

Dokážu s plačícím jen tak být?