



Biedrības „LATVIJAS SENIORU KOPIENU APVIENĪBA”

struktūrvienība „Senioru Saeima”

Reģistrācijas Nr. 40008264073, Juridiskā adrese: Maiznīcas iela 3-3 Rīga, LV-1001, [www.lskapvieniba.lve-pasts:](http://www.lskapvieniba.lve-pasts:lskapvieniba@inbox.lv)
lskapvieniba@inbox.lv, tālrunis +371 29475168

2023.gada 5.maijā

Par emocionālu atsaucību

LSKA Senioru Saeima par **empātiju**, kas ir tikai cilvēkam raksturīga pamatprasmē – spēja iejusties citas personas emocionālajā stāvoklī, izjust to pašu pārdzīvojumu.

Ja cilvēks jūt otra prieku vai bēdas tā, kā to jūt otrs, un saprot iemeslus šīm jūtām tā, kā to saprot otrs, vienlaicīgi tomēr saglabājot nelielu distanci, skatoties kā no malas, nesaplūstot ar otru cilvēku, tad viņam piemīt šī pamatprasmē. Var teikt, ka empātija ietver delikātu klātbūtni cita cilvēka izjūtām, bez vērtējuma, kritikas vai nosodījuma, un ar gatavību sniegt emocionālu atbalstu. Pēc šādas klātbūtnes ilgojas seniori un viņiem tā ir vitāli nepieciešama.

Empātija aptver līdzpārdzīvojumu - emocionālu atsaucību ar vēlmi otram palīdzēt, un simpātiju, kas balstās uz siltām, labestības pilnām jūtām pret otru cilvēku. Šo pamatprasmē nav jāsaista ar materiāla atbalsta sniegšanas problemātiku, aizbildinoties, ka līdzekļu trūkums liedz būt empātiskam kādas institūcijas darbiniekam, pie kura ar savu sāpi vēršas seniors.

Pietiekami attīstītas empātijas spējas rada labvēlīgu fonu dialoga veidošanai, kopīgu lēmumu pieņemšanai, problēmu risināšanai. Empātija ir saistīta ar emocionālu godīgumu un cieņu. Tā labvēlīgi ietekmē komunikāciju un ir īpaši svarīgas, lai spētu uzturēt seniora dzīvesprieku vai kļiedēt vientulību un atstumtību.

Dzīves pieredze ik uz soļa māca būt empātiskiem. Pārdzīvojumi ar kuriem dzīves gaitā nākas sastopties, ļauj daudz dziļāk izprast citu cilvēku jūtas. Tāpēc senioram, kuram ir bagāta dzīves pieredze, ir ļoti nepieciešama empātiska attieksme no ikvienas personas pie kuras viņš vērsas pēc padoma vai palīdzības kritiskā dzīves situācijā.

Bieži no dažādu institūciju darbiniekiem, kuru pienākums cita starpā ir skaidrot iestādes rīcību vai prasības, „es tikai daru savu darbu”, tātad burtiski izpildu iekšējo un ārējo normatīvo aktu prasības neiedziļinoties un pat neizprotot to jēgu.

Nākas konstatēt, ka institūciju darbinieki un arī ģimenes ārsti baidās būt empātiski, jo tādejādi tiks pārkāpts kāds normatīvais regulējums. Diemžēl tas sāpīgi skar seniorus.

Senioru Saima ir aktualizējusi tādu diskriminācijas veidu kā eidzisms, kas ir skāris daudzus seniorus un iedragājis viņu drošumspēju, radījis atstumtības sajūtu jau 55+ vecumā.

Tādejādi Senioru saeima nevar palikt vienaldzīga pret situāciju, kas izveidojas, ja mūžībā savu tuvinieku aprūpēts dodas seniors, kura deklarētā dzīvesvieta ir citā administratīvajā teritorijā. Seniors, kura acu priekš ir izdzisis viņa ģimenes loceklis ir sāpju nomākts, šokēts, viņš saprot, ka jārisina jautājums par mirušā nogādāšanu morgā, bet kas jādara, ja cilvēks ir miris citur navis pēc savas deklarētās dzīves vietas un nav zināms viņa ģimenes ārsts.

Situācijai nevajadzētu radīt liekas problēmas un papildu ciešanas, jo internetā var atrast atbildi, kas pamatota ar normatīvo regulējumu, ka gadījumā, ja nav zināms mirušā ģimenes ārsts vai viņš nav bijis reģistrēts ne pie viena ģimenes ārsta, tuvinieki var griezties pie jebkura cita ģimenes ārsta, kurš tad arī izlems, kas tālāk darāms.

Tomēr praksē tas nedarbojas. Vēlu vakarā šādā situācijā sazinoties ar savu ģimenes ārstu, kas nav mirušā tuvinieka (vecums 90 gadi) ģimenes ārsts, seniors saņem atbildi – mans pieņemšanas laiks ir beidzies, kolēģi ir atvaļinājumā, rīt (piektdien) mēs nestrādājam, varu pie jums ierasties pirmdien, turklāt jums jāsapņā mirušā slimības vēsture, lai varētu noformēt dokumentus par nāves cēloni.

Vai tiešām šādā situācijā ģimenes ārstam nebūtu jāsniedz šāda atbilde, nepiedāvājot alternatīvas iespējas kā nogādāt mirušo morgā? Vai tuviniekiem šādā brīdī ir jādomā par to kā no cita tikpat atbildīga ģimenes ārsta varētu saņemt slimības vēsturi, kas satur sensitīvus personas datus un nav izsniedzami personai, kas nav pilnvarota šādu datu saņemšanai arī cilvēka nāves gadījumā, pie kam nāves fakts nav apstiprināts, jo trūkst dokumentu.

Ir zināms, ka cilvēki ar pazeminātu empātijas līmeni ir noslēgti, nereti nelabvēlīgi noskaņoti, vairāk agresīvi un spēj dziļi sāpināt citus, kā arī izvirza pārmērīgas prasības citiem cilvēkiem neattiecinot to uz sevi.

Ārsts profesors Pauls Stradiņš ir teicis, ka: "Ārsta darbs ir amats, zinātne un arī māksla." Ir svarīgi būt empātiskiem, jo tikai caur šādu spēju cilvēki varam justies harmoniskāk attiecībās ar apkārtējiem, saprast sevi un citus. Tas palīdz tuvināties vienam ar otru. Un tā ir patiesa vērtība.