

## A beteglátogatás tízparancsolata

1. A látogatás időpontját lehetőleg egyeztessük azokkal, akik szintén szeretnék felkeresni a beteget. Nem történhet meg, hogy mindenki egyszerre érkezzen, vagy hogy túl sok idő múljon el anélkül, hogy bárki is ajtót nyitna rá.
2. Ha virágot viszünk, ne válasszunk nagy csokrot. Lehet, hogy a betegszobában nincs is helye a vázának. Másrészt a túlméretezett virágcsokor olyan, mintha mögé akarnánk rejtőzni.
3. Semmiképpen se ülünk a betegágy szélére (bármennyire is meghittnek tűnik ez), és táskánkat, kabátunkat se tegyük az ágyra. A fekvőhely kizárólag a beteg léterülete. Ne romboljuk, ne szükítsük le jelenlétünkkel.
4. Hacsak mód van rá, keressünk magunknak széket. Ha ugyanis állva maradunk, az egészséges ember fölényes magassága jut kifejezésre, és olyan benyomást keltünk, mintha időhiányban szenvednénk, és sietve távozni készülünk.
5. A látogatás alatt legyünk figyelmesek, és gondoljunk arra, hogy a beteg nem képes mindig hosszan elbeszélgetni. Legyünk tekintettel a szobában levő többi betegre is: a túl hosszú és túl hangos beszéd nekik is terhükre lehet.
6. Meséljünk arról, ami kint történik a világban, a családban a beteg távolléte alatt. Azonban óvakodjunk, nehogy olyan benyomást keltsünk, mintha nélküle is minden a legnagyobb rendben volna, és családjában, munkahelyén szinte máris feleslegessé vált.
7. Ha a beteg saját gondjairól és félelmeiről kezd el vallani, ne szakítsuk félbe azonnal vigasztaló szavakkal, vagy szorongásának alaptalanságát bizonygatva. Megtörténhet, hogy ez az első alkalom, mikor valakinek megvallja legmélyebb érzéseit.
8. Minden végtel negatív dolog. Ne lépünk fel se túlzottan lakonikusan, se pedig eltúlzott sajnálkozással. A betegben mindkét esetben a meg nem értés, a tehetetlenség, a magára hagyatottság érzete kerekedik felül.
9. Ne zavarjon bennünket, ha megakad a beszélgetés fonala, és beáll a csend. A hallgatás is nagyon sokat képes elmondani. Ha megfogjuk vagy megsimogatjuk a beteg kezét – ez sokszor hasznosabb lehet minden kimondott szónál.
10. Sokan csak kezdetben mutatnak megértést és figyelmességet a beteg iránt. Ha azonban nagyon elhúzódik a betegség, az ismerősök, rokonok el-elmaradoznak. Ne szakítsuk meg a kapcsolatot a beteggel, maradjuk mellette kitarítóan egészen a felépüléséig.

(Stjepan Lice, Kana, Zágráb. 2001/9.)

## A beteglátogatás tízparancsolata

1. A látogatás időpontját lehetőleg egyeztessük azokkal, akik szintén szeretnék felkeresni a beteget. Nem történhet meg, hogy mindenki egyszerre érkezzen, vagy hogy túl sok idő múljon el anélkül, hogy bárki is ajtót nyitna rá.
2. Ha virágot viszünk, ne válasszunk nagy csokrot. Lehet, hogy a betegszobában nincs is helye a vázának. Másrészt a túlméretezett virágcsokor olyan, mintha mögé akarnánk rejtőzni.
3. Semmiképpen se ülünk a betegágy szélére (bármennyire is meghittnek tűnik ez), és táskánkat, kabátunkat se tegyük az ágyra. A fekvőhely kizárólag a beteg léterülete. Ne romboljuk, ne szükítsük le jelenlétünkkel.
4. Hacsak mód van rá, keressünk magunknak széket. Ha ugyanis állva maradunk, az egészséges ember fölényes magassága jut kifejezésre, és olyan benyomást keltünk, mintha időhiányban szenvednénk, és sietve távozni készülünk.
5. A látogatás alatt legyünk figyelmesek, és gondoljunk arra, hogy a beteg nem képes mindig hosszan elbeszélgetni. Legyünk tekintettel a szobában levő többi betegre is: a túl hosszú és túl hangos beszéd nekik is terhükre lehet.
6. Meséljünk arról, ami kint történik a világban, a családban a beteg távolléte alatt. Azonban óvakodjunk, nehogy olyan benyomást keltsünk, mintha nélküle is minden a legnagyobb rendben volna, és családjában, munkahelyén szinte máris feleslegessé vált.
7. Ha a beteg saját gondjairól és félelmeiről kezd el vallani, ne szakítsuk félbe azonnal vigasztaló szavakkal, vagy szorongásának alaptalanságát bizonygatva. Megtörténhet, hogy ez az első alkalom, mikor valakinek megvallja legmélyebb érzéseit.
8. Minden végtel negatív dolog. Ne lépünk fel se túlzottan lakonikusan, se pedig eltúlzott sajnálkozással. A betegben mindkét esetben a meg nem értés, a tehetetlenség, a magára hagyatottság érzete kerekedik felül.
9. Ne zavarjon bennünket, ha megakad a beszélgetés fonala, és beáll a csend. A hallgatás is nagyon sokat képes elmondani. Ha megfogjuk vagy megsimogatjuk a beteg kezét – ez sokszor hasznosabb lehet minden kimondott szónál.
10. Sokan csak kezdetben mutatnak megértést és figyelmességet a beteg iránt. Ha azonban nagyon elhúzódik a betegség, az ismerősök, rokonok el-elmaradoznak. Ne szakítsuk meg a kapcsolatot a beteggel, maradjuk mellette kitarítóan egészen a felépüléséig.

(Stjepan Lice, Kana, Zágráb. 2001/9.)