

Lyt til deres historie

Indenfor narrativ medicin taler man om 3 centrale grundindstillinger, som har betydning i forhold til at kunne drage omsorg for patienten.

De 3 grundindstillinger er:

1. **Opmærksomhed** – som retter sig mod vores opmærksomhed mod fortællingen. Hvad hører jeg, der bliver fortalt og hvilke ord tillægger jeg særlig betydning. Hvordan lyder stemmen, hvad siger kroppen, hvilke følelser vækkes i mig, hvad bliver jeg særligt fanget af.
2. **Skildring** – Hvordan skildrer jeg mine indtryk overfor patienten, hvilke ord bruger jeg til at genfortælle, det jeg har hørt. Hvordan fremlægger jeg det, jeg hæfter mig ved – med den største respekt overfor den anden. Hvordan formidler jeg det på skrift og hvordan kan jeg dele det med patienten?
3. **Forbundethed** – Forbundethed skaber grundlaget for medmenneskeligheden, et sted hvor der skabes tillid og tryghed. Det er også her vi taler om værdien af relationen.

Næste gang du bliver optaget af en historie, uanset i hvilken sammenhæng, du oplever det, så forsøg at skærpe din egen bevidsthed. Hvor let er det at lytte til historien og hvordan er du til stede. Til stede i samtalen og i din egen indre dialog.

Når vi lytter og træner det at lytte, så udvides vores eget perspektiv også.

"Kunsten at dvæle i dialogen" R. Stelter s. 124-127
Dansk psykologisk forlag, 2017

