

Treba li prijateljima davati savjete?

Stara poslovice kaže: „Pametnome savjet ne treba, a glup ga neće poslušati.“ Ipak, svakodnevno se svatko od nas nađe u situaciji da (često i mimo svoje volje), dijeli savjete prijatelju u nevolji. Koliko je to pametno? Koliko zapravo druga strana doista želi čuti iskreno mišljenje i koliko, u konačnici, „savjetovanje“ bliskih ljudi može biti dvosjekli mač, analizira naša suradnica Ana Mikulandra

Iskren savjet nije lako dati, a još ga je teže čuti i primiti. Ponekad je puno lakše bliskim osobama „cvrkutati“ u uho ono što znamo da žele čuti, jer se bojimo da će ih iskreno i necenzurirano mišljenje (i pragmatičan, iskren savjet) dodatno pogoditi i povrijediti, a već se ionako nalaze u problemu zbog kojeg su inicijalno povrijeđeni ili tužni. Pitanje je – treba li se ponekad „autocenzurirati“ i „upakiravati“ vlastite savjete i mišljenje kako ne bismo riskirali da se prijatelj na nas naljuti i da se dodatno deprimira, a već se ionako nalazi u teškoj situaciji. S druge strane, kakav je to prijatelj kojem ne možemo reći, iskreno i bez uvijanja, sve ono što doista mislimo, pa čak i kada je riječ o delikatnim problemima.

U životu ste se sigurno puno puta našli u situacijama da prijatelji od vas eksplicitno traže savjete ili da vas mole da ih poslušate, tražeći savjet indirektno. Dakako, jedino vi sami možete ocijeniti koliko ste s nekim duboko prisni i na koji način mu možete reći svoje stavove, savjete i mišljenja, bez da ga povrijedite i deprimirate. Svi jako dobro znamo da istina boli – ponekad dajemo savjete, ponekad ih primamo – no često riskiramo da čak i od osobe koja nas je izričito molila za savjet, naposljetku čujemo komentar – „nije na tebi da mi to kažeš“ ili „otišla si predaleko“.

Svakako, ako imate prijatelja koji se nalazi u takvoj situaciji da je više no očito kako loše stvari pogubno utječu na njegov život, potrebna je i poželjna vaša reakcija – u vidu savjeta i iskrenog iskazivanja mišljenja. Često je riječ o stresnim i nelagodnim trenucima, i za osobu kojoj je savjet potreban, ali i za vas same.

Nekoliko savjeta za „uspješno“ prijateljsko savjetovanje

Naučite slušati – ne budite egocentrični, ne prekidajte osobu dok govori te mirno pustite prijatelja da vam detaljno objasni situaciju u kojoj se nalazi. Vjerojatno postoji niz detalja i sitnica koje će vam pomoći da sagledate njegovu situaciju i pokušate se staviti u njegovu kožu.

Naučite razumjeti – u užurbanom i stresnom životu koji vodimo nije nam najdraže kada se, osim vlastitim problemima, dodatno moramo baviti i tuđim problemima. No prijatelj vam se povjerio jer mu je potrebna vaša pomoć. Zato pokušajte ne umanjivati veličinu tuđeg problema i na taj način dovesti u pitanje međusobno povjerenje. Ipak, ne pretjerujte s reakcijama i iskreno izrazite svoje mišljenje. Ako mislite da uvećava ili umanjuje problem, svakako to istaknite.

Naučite biti iskreni - načelno, uljepšavanje istine neće pomoći vašem prijatelju da bilo što riješi i samo će ga zbuniti. Budite iskreni i direktni, ali to činite blago i ležerno, uz veliku dozu optimizma te pokažite suosjećanje.

Naučite biti diplomatski – iskrenost je jedini pravi način da pomognete bliskoj osobi, ali način na koji razgovarate, način na koji gestikulirate i riječi koje birate, od velike su važnosti. Nemojte biti grubo, već budite fini u izražavanju svojih mišljenja i savjeta.

Naučite postaviti granicu – ako smatrate da je problem suviše kompleksan ili ako je osoba pretjerala opterećujući vas vlastitim problemima, postavite granicu i iskreno recite da potraži profesionalnu pomoć.