htd
hrvatsko torakalno društvo

TORAKS 2019

9. Kongres Hrvatskog torakalnog društva
9th Congress of Croatian Thoracic Society

Hotel Westin Zagreb
10.–13. 4. 2019.



KOMUNIKACIJA - ISKORISTITE SVOJ ISTINSKI POTENCIJAL

KARABATIĆ S.[1], *ZOVKO T.*[1], *RADAKOVIĆ Đ.*[1]

[1] KBC Zagreba, ZAGREB, Croatia
Zavod za tumore pluća i sredoprsja, Jordanovac

Objective: Polazeći od čuvene misli „ne može se ne komunicirati“ te činjenice da komunikacijom ostvarujemo svoje svakodnevne i životne zadaće, vraćamo se tezi da nas komunikacija ne samo određuje nego i čini osobno jačima i spremnijima za izazove. Svakoga dana svjedočimo istini da se brojne osobe ne uspijevaju samostalno izraziti, tj. iskomunicirati svoje misli i ideje pa i znanje. U razvijenim zapadnim zemljama osobe svjesne svoga problema angažiraju trenere, mentore, osobe koje će im pomoći. Trebamo početi razmišljati o podizanju pozornice koja nam treba omogućiti da doživimo veliku promjenu paradigme (načina razmišljanja kao obrasca ili modela za nešto). Ta velika promjena paradigme promjena je mentalnoga sklopa iz „moram naći tko će mi pomoći i koji će mi reći što da radim“ u usvajanje snažnijega, hrabrijeg, samopouzdanijeg stava. Svaka osobna preobrazba započinje promjenom našega načina razmišljanja i posljedične slike o sebi. Bojimo se promjene načina djelovanja (paradigme) ili uvjerenja kojeg smo se tako dugo držali. Mnogim osobama, u psihološkome smislu, svaka promjena jednaka je gubitku nade, a možda čak i gubitku osjećaja mogućnosti. To jednostavno ne mora biti tako. Da biste proveli bilo kakvu osobnu preobrazbu, potrebna je promjena i ona je obično dragocjeno iskustvo rasta i učenja. Nalazimo se gdje se nalazimo zbog izbora i odabira koje smo do sada donijeli. Neki to možda ne žele vjerovati, ali, uz iznimku vrlo male djece ili onih mentalno nedozrelih za donošenje odluke, to opće pravilo prilično je točno. Važni odabiri koje donosimo i koje oblikuju naš život izravno doprinose ili pozitivnome ili negativnom načinu kako se nosimo sa situacijama na poslu ili pak kod kuće. Takav stav može imati jak utjecaj i na liječenje i odnos pacijenta i bolesti. Kao što smo vidjeli, tijekom života donosimo određene odluke, odabire koje nam pomažu izgraditi otpornost i omogućuju nam da se nosimo sa životnim izazovima. Jeste li ikada razmišljali da svaki put kad donesemo neke ključne odluke ili odabire govorite svijetu i ljudima kako se vidite? Ako niste razmišljali, to je istina. Neovisno o tome jesu li ti odabiri dobri ili loši, ispravni li pogrešni, to su životni izbori koje donosite u tome trenutku. Također morate znati da je vaše samopouzdanje izravno u vezi s inteligencijom



odabira. Inteligencija odabira u vezi je s našim samopoštovanjem ili osjećajem osobne vrijednosti. Ako se osjećamo samouvjereno i zadovoljni smo sobom, tada obično donosimo bolje odluke i privlačimo bolje okolnosti i ljude. Odabiri koje donosimo nisu slučajni, nego odražavaju našu inteligenciju.