

2 modulis – 3 skyrius

Pagrindinės kompetencijos: emocinis intelektas ir kultūrinis supratimas

Norint sukurti palankią mokymosi atmosferą ir užmegzti pasitikėjimu bei pagarba grįstus santykius su besimokančiais, svarbu reflektuoti savo mintis, nuostatas ir elgesį.

Štai septyni būdai, kurie gali padėti atpažinti savo nesąmoningus išankstinius nusistatymus:

- 1. Savirefleksija.** Tyrinėkite ir atpažinkite savo išankstinius nusistatymus atlikdami numanomų asociacijų testus (*Implicit Association Tests*) arba taikydami kitus savianalizės metodus.
- 2. Dėmesingas įsisąmoninimas (mindfulness).** Žmonės dažniau vadovaujasi savo išankstiniais nusistatymais, kai patiria stresą ar spaudimą. Todėl praktikuokite streso mažinimo ir dėmesingo įsisąmoninimo metodus, pavyzdžiui, sąmoningą kvėpavimą.

2 modulis – 3 skyrius

Pagrindinės kompetencijos: emocinis intelektas ir kultūrinis supratimas

3. Požiūrio keitimas. Stenkitės pažvelgti į situaciją iš žmogaus, kuris patiria stereotipinį vertinimą, perspektyvos. Tai galite daryti skaitydami literatūrą, žiūrėdami vaizdo medžiagą apie tokią patirtį arba tiesiogiai bendraudami su šių grupių žmonėmis.

4. Sąmoningas reagavimas. Prieš bendraudami su tam tikrų grupių žmonėmis, trumpam sustokite ir apmąstykite savo reakciją, kad išvengtumėte impulsyvių sprendimų. Prisiminkite teigiamus šios stereotipiškai vertinamos grupės žmonių pavyzdžius – žinomus visuomenės veikėjus ar žmones iš savo artimos aplinkos.

5. Individualizacija. Vertinkite žmones pagal jų individualias savybes, o ne pagal jų priklausymą tam tikrai grupei. Tam gali padėti bendrų interesų paieška ir tarpusavio ryšių kūrimas.

2 modulis – 3 skyrius

Pagrindinės kompetencijos: emocinis intelektas ir kultūrinis supratimas

6. Sąmoningas kalbėjimas. Atkreipkite dėmesį į tai, kaip kalbate apie žmonių skirtumus. Vietoj teiginių, tokių kaip „*Mes nematome odos spalvos*“, rinkitės formuluotes, kurios pripažįsta, vertina ir skatina kultūrų įvairovę bei kitus žmonių skirtumus.

7. Teisingumo ir įtraukties stiprinimas organizacijoje. Skatinkite organizacijoje įvairovės, lygybės ir įtraukties kultūrą. Tam galite naudoti „**Equal Opportunities Tool**“ (angl. *Equity and Empowerment Lens*) (multco.us/info/equity-and-empowerment-lens), kuris padeda nustatyti organizacijos „akląsias zonas“ (nepastebėtas spragas), arba peržiūrėti biure naudojamą nuotrauką ir kitą vaizdinę medžiagą, siekiant įvertinti, ar ji stiprina, ar mažina stereotipus.

2 modulis – 3 skyrius

Pagrindinės kompetencijos: emocinis intelektas ir kultūrinis supratimas



Kova su nesąmoningais išankstiniais nusistatymais yra visą gyvenimą trunkantis procesas.

Jį reikia nuolat testuoti, ieškant naujų būdų tobulėti.

2 modulis – 3 skyrius



Venkite stereotipų.
Svarbu į kitas kultūras
žvelgti atvirai, pagarbiai ir
be išankstinių nuostatų, o
ne vertinti jas vien iš savo
kultūrinės perspektyvos.

Pagrindinės kompetencijos: emocinis intelektas ir kultūrinis supratimas

Iššūkiai

- Kalbos ir kultūriniai skirtumai gali lemti nesusipratimus ir klaidingą situacijų ar žmonių vertinimą, o tai gali trukdyti sėkmingam bendravimui.
- Svarbu nuolat ugdyti savo kultūrinį supratimą ir gebėjimą atpažinti, kaip kultūra daro įtaką mūsų pačių mąstymui ir elgesiui.
- Viena iš priemonių, padedančių stiprinti kultūrinį sąmoningumą, yra Geerto Hofstede šešių kultūrinių dimensijų modelis, pristatytas 2-ajame skyriuje.
- Šis modelis padeda geriau suprasti skirtingas kultūras ir jų daromą įtaką žmonių bendravimui bei elgesiui.

2 modulis – 3 skyrius

Pagrindinės kompetencijos: emocinis intelektas ir kultūrinis supratimas

Pateikiame keletą medicinos srities pavyzdžių, paaiškinančių kultūrinės dimensijas.

1. Galios atstumo dimensija

Ši dimensija apibūdina, kiek tam tikroje kultūroje priimtina nelygi galios ir autoriteto pasiskirstymo tvarka.

Medicinos kontekste

- Gydytojo ir paciento santykiuose **galios atstumo** dimensija atsiskleidžia per paciento lūkesčius gydytojui ir tai, kaip gydytojas pateikia informaciją apie ligą.
- Kai kuriose šalyse, pavyzdžiui, Turkijoje ar Afganistane, pacientai tikisi, kad gydytojas aiškiai ir autoritetingai paaiškins jų ligą bei nurodys, kaip reikėtų elgtis.
- Kitose šalyse, pavyzdžiui, Vokietijoje ar Austrijoje, gydytojai dažniau klausia pacientų nuomonės ir domisi, kokie sprendimai, jų manymu, galėtų būti tinkamiausi.
- Toks bendravimo būdas parodo pagarbą paciento nuomonei, padeda įtraukti jį į sprendimų priėmimą ir stiprina tarpusavio pasitikėjimą. Tačiau pacientai, kurie nėra pratę prie tokio bendravimo stiliaus, gydytojo elgesį gali suprasti kaip nepasitikėjimo savimi ženklą ir dėl to prarasti pasitikėjimą bei pagarbą gydytojui.

2 modulis – 2 skyrius

Pagrindinės kompetencijos: emocinis intelektas ir kultūrinis supratimas

2. Dimensija: individualizmas/kolektyvizmas

- Kolektyvistinių kultūrų atstovai save laiko grupės nariais.
- Jie stengiasi suderinti savo tikslus su grupės tikslais ir jaučiasi įsipareigoję bendram labui.
- Individualistinės kultūros atstovai save laiko pirmiausia savarankiškais asmenimis ir siekia asmeninių tikslų, neatsižvelgdami

Medicinos kontekste

Medicinos srityje individualizmo ir kolektyvizmo dimensija atsiskleidžia tuo, kaip užtikrinamas paciento privatumas ir kiek į sprendimų dėl jo ligos bei gydymo priėmimą įtraukiami artimieji.

Pagrindinės kompetencijos: emocinis intelektas ir kultūrinis supratimas

3. Neapibrėžtumo vengimo dimensija

Ši dimensija apibūdina, kaip žmonės skirtingose kultūrose reaguoja į neapibrėžtas, dviprasmiškas ar nenuspėjamas situacijas.

- Žmonėms iš kultūrų, kurioms būdingas stiprus neapibrėžtumo vengimas, neaiškios ir aiškių taisyklių neturinčios situacijos sukelia pasimetimo (dezorientacijos) jausmą, kuris kartais gali peraugti į agresyvią reakciją.
- Kultūrų, kurioms būdingas mažesnis neapibrėžtumo vengimas, atstovai yra mažiau linkę griežtai laikytis taisyklių, reguliuojančių privatų ir visuomeninį gyvenimą. Jie paprastai ramiau reaguoja į chaotiškas ir neaiškias situacijas.

Medicinos kontekste

- Kultūrose, kurioms būdingas žemas neapibrėžtumo toleravimo lygis, paprastai siekiama aiškos tvarkos ir nustatytų procedūrų, kad būtų išvengta nenumatytų situacijų ir su jomis susijusio streso.
- Skubios medicinos pagalbos situacijos savaime yra neaiškios ir keliančios stresą. Žmonėms iš kultūrų, kurioms būdingas aukštas neapibrėžtumo vengimo lygis, pavyzdžiui, Vokietijos ar Prancūzijos, tokios situacijos gali kelti dar didesnį stresą.

2 modulis – 3 skyrius

Pagrindinės kompetencijos: emocinis intelektas ir kultūrinis supratimas

4. Vyriškumo ir moteriškumo dimensija

Ši dimensija apibūdina, kiek visuomenėje aiškiai apibrėžti moterų ir vyrų socialiniai vaidmenys bei kokios vertybės laikomos svarbiausiomis.

- Kultūrose, kurioms būdingas aukštas **vyriškumo** lygis, moterų ir vyrų socialiniai vaidmenys yra aiškiai atskirti.
- Vyriškumas siejamas su aukštais pasiekimais, ryžtingumu, dominavimu ir materialine sėkme.
- Kultūrose, kurioms būdingas aukštesnis **moteriškumo** lygis, lyčių vaidmenys yra mažiau apibrėžti, o daugumą socialinių vaidmenų vienodai gali atlikti tiek moterys, tiek vyrai.

Medicinos kontekste

- Kultūrose, kurioms būdingas aukštas vyriškumo indeksas, pavyzdžiui, kai kuriose vokiškai kalbančiose šalyse ar Viduržemio jūros regiono valstybėse, vyrai visuomenėje dažniau užima dominuojančią padėtį.
- Medicinos srityje **vyriškumo ir moteriškumo** dimensija atsiskleidžia per lyčių vaidmenų pasiskirstymą. Pavyzdžiui, vyrai dažniau laikomi „natūraliais“ gydytojais ar mokslininkais, o moterys – slaugytojomis, laboratorijų darbuotojomis ar kitų pagalbinių profesijų atstovėmis.
- Dėl tokių kultūrinių nuostatų moterį pacientę į gydymo įstaigą kartais lydi vyras, kuris gydytojui aiškina jos sveikatos būklę ar kalba jos vardu, neįtraukdamas pačios moters į pokalbį.

2 modulis – 3 skyrius

Pagrindinės kompetencijos: emocinis intelektas ir kultūrinis supratimas

5. Universalizmo ir partikuliarizmo dimensija

Ar padėtumėte žmogui, kuriam reikia pagalbos, arba kolegai, jei dėl to tektų pažeisti taisykles?

Ši dimensija apibūdina, kiek tam tikroje kultūroje taisyklės laikomos privalomomis ir jų laikomasi visomis aplinkybėmis.

Universalistinėse kultūrose manoma, kad taisyklės turi būti taikomos vienodai visiems, nepriklausomai nuo situacijos ar asmeninių santykių.

Partikuliaristinėse kultūrose daugiau dėmesio skiriama konkrečioms aplinkybėms ir tarpusavio santykiams, todėl griežtas taisyklių laikymasis ne visada laikomas svarbiausiu.

Medicinos kontekste

- Pacientams iš **partikuliaristinių kultūrų** griežtas visiems vienodų taisyklių taikymas gali atrodyti nesuprantamas ir erzinantis. Jie gali jausti, kad į jų individualią situaciją neatsižvelgiama, kad su jais elgiamasi nepagarbiai, todėl kartais gali reaguoti ir agresyviai.
- Tuo tarpu pacientams iš **universalistinių kultūrų** partikuliaristinis požiūris gali atrodyti nesuprantamas ir neteisingas. Tokia sistema gali kelti nesaugumo, bejėgiškumo ir pykčio jausmą.

2 modulis – 3 skyrius

42

Pagrindinės kompetencijos: emocinis intelektas ir kultūrinis supratimas

6. Aukšto ir žemo konteksto dimensija

Žemo konteksto kultūrose informacija paprastai perteikiama aiškiai ir tiesiogiai.

Aukšto konteksto kultūrose vyrauja netiesioginis bendravimas. Norint teisingai suprasti perduodamą informaciją, svarbu mokėti „skaityti tarp eilučių“ ir atkreipti dėmesį į neverbalią komunikaciją.

Medicinos kontekste

Gydytojo ir paciento santykiuose **aukšto ir žemo konteksto** dimensija gali atsiskleisti per tai, kaip pacientai apibūdina savo simptomus.

- Žemo konteksto kultūrose, pavyzdžiui, Skandinavijos ar vokiškai kalbančiose šalyse, medicinos darbuotojai pacientams ir jų artimiesiems informaciją apie sveikatos būklę pateikia tiesiogiai (pvz., „*Jūsų kepenys yra padidėjusios*“, „*Jūsų širdis neveikia tinkamai*“), nevartodami metaforų ir nešvelnindami žodžių.
- Pacientams, kurie nėra įpratę prie tokio tiesioginio bendravimo stiliaus, toks kalbėjimas gali pasirodyti nemandagus, įžeidžiantis ar net šokiruojantis.
- Tuo tarpu pacientai iš aukšto konteksto kultūrų, pavyzdžiui, Japonijos ar arabų šalių, medicinos darbuotojams, įpratusiems prie tiesioginio bendravimo, gali atrodyti uždari arba emociškai santūrūs.

Šios dimensijos taikymo pavyzdys pateiktas 2-ajame skyriuje.