

БИОГРАФСКА ИНТЕРВЈУ - ЖИВОТНА ПРИКАЗНА

Проект: Е-МОТИОН – потенцијал на високо чувствителност (2018-1-PL01-KA201-051033)

Име: П.П.

Возраст: 46

Пол: М

Земја/град: Италија/Тиволи

Професија: социјален истражувач

Препис од интервју:

Мојот живот во поглавја:

Поглавје 1 - Моето детство: Дајте ми хартија и молив ... и јас ќе се кренам во светот!

Кога имав 3 години, веќе го цртав светот со сите негови детали, со добра точност и пропорција. Како дете, минував часови цртајќи без никогаш да се заморам. Моето уметничко чувство отсекогаш беше мојата главна форма на изразување, тоа ме прави да се чувствувам среќна и исполнета.

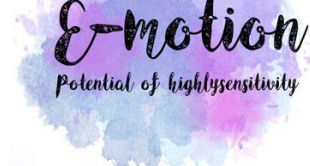
Поглавје 2 - Училиште: Една ластовичка не го прави лето!

Беше реченицата што би ја напишал мојот учител кога можев да читам на глас без да правам грешки; наместо тоа, кога и да направев грешка, таа ќе ми се смееше; не ми се допаѓаше, навистина беше отежнувачко. Но, ова ме научи да сакам ластовички и лето. Можеби ова беше мојата најниска точка.

Поглавје 3 - Адолесценција: Колку добро дете!



Erasmus+



Сите ми велеа така...и јас се чувствував задоволен: тоа

ме натера да се чувствувам како возрасен и го зајакнував чувството на одговорност.

Уште како дете, сакав ред и имав одлични..., имав сложени и длабоки мисли, луѓето го забележаа тоа, веројатно беше сосема јасно.

Поглавје 4 - Млада зрелост: Подарокот на емпатијата

Отсекогаш преземав акција за да им помагам на другите, секогаш бев таму за да им помогнам на пријател или на кој било во неволја. Ги слушам нивните зборови и секогаш имам зборови на утеха за да се чувствуваат подобро. Но, јас ретко се отворам пред други луѓе.

Поглавје 4 - На половина од мојот живот ... Среќни средби!

На колеџ, тогаш имав 23 години, еден прекрасен професор ги забележа моите вештини за набудување и одземање и ми рече: “Не треба да се плашите од пресудата на другите луѓе!” и тој ме туркаше толку многу - скоро ме присилуваше - да одржам предавање пред јавноста. Ова беше пресвртна точка. Оттогаш, никогаш не престанав да се соочувам со тешки ситуации во јавноста.

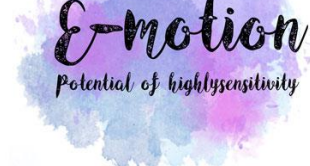
Поглавје 5 - Зрелоста: Секогаш постои нешто што можеме да го научиме!

Гледајќи назад, го гледам времето што помина и уживам во сегашноста ... на крајот на краиштата, сфатив дека не ти требаат крилја за летање, туку големо срце, моќна фантазија и силен нагон за откривање нови работи.

Имаше многу “висок” точки во мојот живот, кои ја вклучија мојата креативност, саканите, пријателите, работата. Но, приказната што решив да ја споделам е посебна за мене, бидејќи ми го смени животот засекогаш. Тоа беше денот кога го запознав мојот пријател Кирос: германски овчар кој е покрај мене 15 години. Беше попладне на 20 март 2003 година кога посетив некои драги пријатели чие куче имаше легло. Тие одлучија да ми дадат прекрасен подарок, знаејќи дека нивното кученце ќе биде во добри раце. Го одбрав најбезобразно и најинтровертно кутре: веднаш ме привлече фактот дека тој се чувствува ранлив и се обидува да се сокрие. Се чинеше дека ми се



Erasmus+



допаѓа, тој стана дел од мојот живот со години.

Причината зошто ова искуство е исклучително позитивно е дека, со Кирос, станав посвесен за едноставните работи во животот, како што се природата и луѓето што ги сакам. Живеев со него, се грижев за него и го школував. Ја споделив мојата чувствителност со Кирос и, за возврат, тој ми

покажа внимание и еднакво извонредна чувствителност. Тоа беше убава животна лекција.

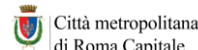
Најниската точка беше за време на моето детство.

Во основно училиште, наставникот го караше или исмејуваше секој што погрешил, особено кога гласно читал. Бидејќи имам тенденција да бидам чувствителен, понекогаш скоро до степен да бидам тенка кожа, секогаш кога ќе ми замереа, особено во јавност, тоа беше момент на големо понижување и омаловажување.

Кога бев на час, се чувствував исплашено и инхибирано и го изразував непријатноста преку соматски симптоми: скоро секое утро страдав од грчеви во stomакот, за да го искажам моето одбивање да одам на училиште, но, пред сè, за време на бескрајни часови на час, избегнував да се изразам затоа што се плашев да направам грешки и, кога направив, се чувствував многу несигурно. Сепак, оваа ситуација не ме обесхрабри да имам одлична врска со моите соученици и, пред сè, да работам напорно, бидејќи знаев дека сум добар во правење работи што не можам да ги направам добро во јавноста. Ова беше граница од која страдав долго време и секогаш се борев да ја надминам; ми даде внатрешна мотивација секогаш да работам подобро.

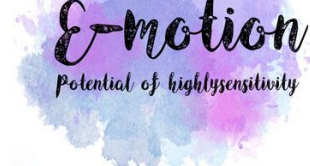
Јас го одбрав моето искуство на колеџ како пресвртна точка затоа што, навистина, беше така.

Бев на колеџ: бев запишан на Економското училиште, што не беше мој прв избор. Не ми се допаѓаше, напротив, сметав дека економските теми се досадни и воопшто не стимулираат: чиста помисла дека треба да го поминам животот зборувајќи за пари и да ги натерам другите да ги разберат лудите механизми на оданочување, да бидам затворен во канцеларија, беше стресен. Мојата вистинска вокација беше комуникација





Erasmus+



или уметност; но ќе бев задоволен со секое училиште

каде што се изучуваа креативни предмети. Во тоа време, во 1994 година, немаше курс за комуникации во Рим; со оглед на притисоците на моето семејство и неможноста да се преселам во друг град, бев принуден да го одберам она што мислев дека ќе биде помалото зло.

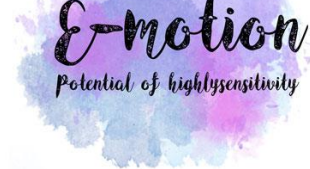
За испитот за економска политика, кој беше многу тежок, морав да присуствувам на студиска група, во која професорот, меѓународно реномиран и високо почитуван член на факултет, ќе се состане со нас и ќе нè ангажира во вежби за економска логика и политичко размислување. Еднаш, за време на една од овие вежби, дојдов до истиот заклучок како мојот професор, но преку дијаметрално спротивно и спротивно размислување. Кога го истакнав ова, професорот забележа нешто интересно; тој ми рече дека многу го цени моето размислување и ме замоли да го презентирам следниот ден на час за време на неговото предавање, пред двесте луѓе.

Бидејќи бев свесен за моите силни граници кога читав во јавноста, ја одбив неговата покана, споменувајќи илјада причини кои јасно звучеа како еден куп изговори. Мојот професор ја сфати и разбра мојата непријатност и рече: “Не плашете се од она што го мислат другите студенти; единственото мислење за кое треба да се грижите е моето мислење! Ако утре не ја дадете таа презентација, како што ве прашав нема да добијате добра оценка на вашиот испит! Ако, наместо тоа, дадете добра презентација, јас ќе ви подарам убава книга.” Што можев да направам? Прифатив, цело време го мразам тој човек. Поминав пеколна ноќ, опсесивно подготвувајќи го својот говор, замислувајќи како публиката избувнува од смеа откако станав премногу емотивен за да зборувам.

Следниот ден кога отидов на час беше како да одам до бесилка, моите емоции сè уште се живописни во сеќавањето. Професорот беше прекрасен, тој ме запозна со сите со лубезност и почит, а потоа ми даде збор, намигнувајќи ми, со смирувачки и самодоволен израз; ја пренесе целата своја самодоверба и одобрување со еден поглед.



Erasmus+



Кога зедов збор, некако поцрнев и одеднаш публиката исчезна. Се најдов како се фокусирам на оваа тема, гледајќи го само професорот што слушаше и кимна со главата. Зборував маестрално без да сфатам. Кога завршив, целата публика спонтано аплаудираше.

Во тој специфичен момент, почувствував дека ја преминав границата што ја носев во себе и ме спречи да бидам самиот себе. Тој професор, кој секогаш е во моето срце, ме деблокираше. Неговата чувствителност и професионалност го докажаа во право, ми требаше неговиот помош и тој го разбра тоа.

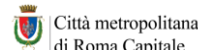
Верувам дека ова беше основна епизода во мојот живот како многу чувствителна личност, бидејќи многу негативна емоција беше претворена во длабоко позитивна, и ова го смени мојот начин на постоење и можеби и мојата професионална судбина.

Оттогаш започнав да работам како едукатор, држејќи предавања и говори пред јавноста. Почнав да ги гледам работите поинаку и да работам на себе за да ги надминам сите граници што ги носи мојата чувствителност со себе, сфаќајќи дека наместо нив, овие граници се нови хоризонти.

На крајот, ги сменив курсевите и завршив комуникациски науки.

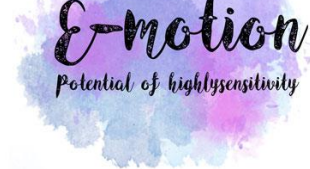
Позитивно сеќавање од детството се случи едно лето, кога отидов со моето семејство да ги посетам тетка ми и чичко ми кои живеат на село. Тоа беше ден на славење: тоа беше празник на заштитникот на селото на моите родители; традицијата беше да се руча со целото семејство. Тоа беше голема семејна средба, со сите мои чичковци и братучеди. За таа прилика, вујко ми ќе заколе јagne и ми беше жал за сиромашното животно; никогаш не бев вегетаријанец, но идејата за убиство на тоа јagne ме натера да се чувствувам тажно. На крајот, мојата душевна состојба го убеди вујко ми да се откаже од својот план, и тој го смени менито! Сепак, тоа беше убав собир и убав ден за паметење за мене.

Негативен настан што би сакал да го избришам се случи за време на мојата адолесценција, кога го натепав мојот помлад брат во бес и му го скршив черепот.





Erasmus+



Иако повремено се караме, како и сите браќа, би сакал

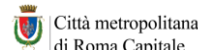
да ја избришам оваа епизода затоа што мојот гнев беше предизвикан од залудни причини: гледање филм на телевизија.

Се сеќавам дека бев заслепен од бес, веројатно заради провокативниот став на брат ми, но во тоа време тој беше само дете, додека јас веќе бев тинејџер. Тоа ми пречи затоа што сум свесен дека, и покрај моето легендарно трпеливост, може да има моменти кога гневот може да го замагли моето размислување и да станам крајно агресивен.

Еден период од мојот живот работев како едукатор во згрижувачки дом за млади. Меѓу нив беше и една ромска тинејџерка, која беше отстранета од нејзиниот камп и беше ставена под грижа на социјалните служби. Таа беше весела девојка, но понекогаш паѓаше во длабока тага што предизвикуваше да се повреди себеси; кога би имала емоционален слом, би ги исекла телото, рацете. Таа не дозволи никој од чуварите или врсниците да ја допираат, дури ни раните да и бидат облечени, освен мене.

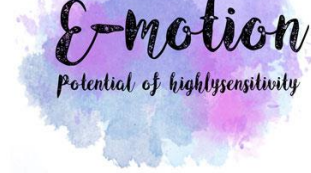
Ми веруваше, многу зборуваше со мене, често ми зборуваше за нејзините непријатности од тоа дека е “цига”, за предрасудите на луѓето, за постојаниот изглед на нетрпеливост што ја добиваше; таа рече дека не може да живее надвор од своето “гет” и да има нормален живот затоа што никој не би и верувал, не би и дал работа или внимание затоа што била циган; во исто време, таа дури и не можеше да остане во нејзиното опкружување, во номадскиот логор, бидејќи ќе биде принудена да живее на начин што не го сака. Плачејќи, таа ќе ми ги кажеше сите овие работи додека ги дезинфицирав нејзините самоповикани посекотини, секој пат кога ќе се чувствувааше презаситена од свеста за нејзината животна ситуација.

Знаејќи дека има луѓе таму кои сè уште се наоѓаат во овие околности ме прави да се чувствувам тажно, тоа ме исполнува со чувство на беспомошност, сега како што беше тогаш. Се надевам дека мојата емпатија и помогна да ја надмине својата непријатност. Искуствував емпатија многу пати во животот; емпатичноста им овозможува на луѓето





Erasmus+



да имаат значајни искуства, тоа нè тера да го гледаме животот низ очите на нашата душа.

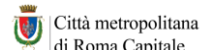
Верувам во Бог. Јас сум католик, затоа што така ме воспитаа, бидејќи потекнувам од западно-католичка култура, но не верувам во верски разлики, што мислам дека се само ритуали што се поврзани со социјалните и културните традиции.

На моменти, понекогаш во невообичаени околности, доживувам чувство на трансценденција, го чувствувам присуството на Бога или перцепирам сигнали или емоционални вибрации. Ова се случува најчесто кога гледам во природата или за време на тешки ситуации во кои сум вклучен себеси или други луѓе, во кои се чувствуваме потресени и стануваме поперцептивни.

Ќе ги сподела две такви примери. Пред неколку години, имав несреќа со мопед: ме удри автомобил со голема брзина. Додека паѓав, почувствував рака како ме штити и ме лежи на земја. Станав без гребене. Чувствував силно духовно присуство додека паѓав. Перцепцијата на времето беше изменета: сè се случи за неколку секунди, но се чувствуваа како многу подолго време. Совршено се сеќавам на сите чувства, мисли и слики што минаа низ умот; се чувствуваа како да сте во воздушен меур, заштитен и лебдечки, опкружен со позитивна енергија.

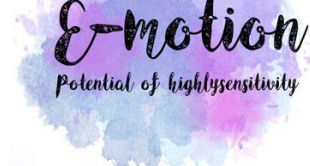
Друга незаборавна ситуација се случи пред две години, на празникот Богојавление-Водици. Бев на станицата во Рим и го чекав мојот воз, одеднаш почувствував духовна желба да одам во црква. Чувството беше интензивно, се чувствував енергично и се трогнав. Излегов од станицата, бесцелно, барајќи црква, до која лесно стигнав, привлечно. Чудна работа беше што моштите на лулката на Христос се зачувани во таа црква во Рим, и тоа беше денот на Богојавление, кога христијанската религиозна традиција го слави обожаването на Магите.

Во иднина ќе направам се што сакам да направам и се откажав. Ќе се посветам повеќе време на себе и на моите интереси, ќе поминувам повеќе време во позитивни средини, во контакт со природата, уметноста и интересни луѓе. Повторно ќе започнам да сликам и да работам креативни работи.





Erasmus+



Сакам да поминувам повеќе време слушајќи себеси, да имам поемпатичен однос со себе, да откривам скриени страни на мене: нови вештини и перспективи.

Сакам да си го посветам истото внимание што нормално го посветувам на другите, без да бидам себичен; да им дадам можност да продолжам со среќата.

Сакам да изградам позитивен простор околу мене, дел од светот каде што би сакал да живеам, оставајќи го надвор сè што е бескорисно за да се постигне среќа.

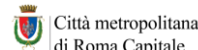
Следните три години ќе бидам професионално зафатен со академско истражување. Јас лично верувам дека работата е важен аспект на животот, но дека животот е составен од многу други важни работи. Во овој случај, сепак, сметам дека ова професионално искуство е многу стимулирачко: може да биде можност да сменам многу работи во

иднина, да ги исполнам моите соништа и други аспекти од мојот живот: правење интересни работи, запознавање нови луѓе, патувања и имајќи значајни искуства. Затоа, не гледам на мојата професионална активност како на работа, туку на голема можност за отвореност и позитивни промени. За време на мојот живот се соочував со многу емотивни предизвици: губење на моите најблиски, справување со болеста на мајка ми, желба да ги завршам студиите правејќи го она што го сакав, желба постојано да се менувам и подобрувам себеси и мојата околина.

Со сите овие предизвици се соочив со голема емоционална вклученост, секогаш знаејќи дека ќе можам да решам сè, освен да чувствувам интензивни емоции кога се случуваа работите.

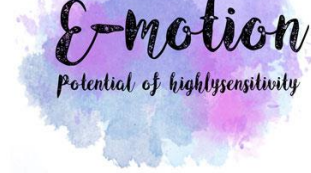
Како многу чувствителна личност, јас сум склон да ги слушам другите, секогаш да имам зборови на утеха за секого, никогаш да не им се одрекувам на другите; но превртувањето на монетата е тоа што не сум склон да се отворам, да ме слушаат, да добивам помош од други.

Никогаш не го искажувам она што го чувствувам кога се справувам со проблеми, особено со негативни емоции: вознемиреност, тага, лутина итн.





Erasmus+



Можеби ова е најголемиот проблем на кој треба да
решам. Морам да се обидам да бидам помалку чувствителен.



Universitat d'Alacant
Universidad de Alicante



Città metropolitana
di Roma Capitale

