

ИНТЕРВЈУ ИНСПИРИРАНО ОД: ИНТЕРВЈУ ЗА ЖИВОТНАТА ПРИКАЗНА
(Дан П. МкАдамс, Северозападен Универзитет)

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

Име: А.Т

Возраст: 46

Пол: Машко

Град/Земја: Такоронте/Канарски острови, Шпанија

Професија: Дизајнер за внатрешни работи (ентериер)

Јас се викам Алиша Толедо, јас сум дизајнер на ентериер и живеам во канаринци поврзани со остатокот од светот.

I. ПОГЛАВЈА НА ЖИВОТОТ

II КЛУЧНИ СЕЌАВАЊА

Сеќавања # 1

Детство – Јас во семејстви - Возраст на невиност:

Кажи ми за твоето детство.

Имав среќа да бидам прва внука на семејството, па пораснав опкружен со грижа и приврзаност. Моето семејно опкружување беше и продолжува да биде мое прибежиште.

• Кои искуства од детството можете да ги наречете најпријатни и кои ви се најтешки?

Моите пријатни детски искуства се поврзани со мојот сопствен внатрешен свет, бидејќи бев многу тивка и воздржана девојка и не ми требаше скоро ништо за да ја пуштам фантазијата.

Моите најтешки искуства беа поврзани со соочување со надворешниот свет. Мојата идеја беше секогаш да останам незабележан, и да не привлекувам внимание. Тешко ми беше да се поврзам со другите и затоа се чувствував инфериорно.

• На кои начини бевте слични на вашите врстници и како се разликувавте од нив во тоа време?

Беше многу поинакво да се биде со семејството отколку да се биде со странци, се чувствував многу непријатно кога не бев во мојата удобна зона и се затворив како полжав во мојата школка кога имав можност.

• Со што бевте горди? Што ти беше тешко?

Мислам дека концептот на гордост не беше многу присутен во моето детство. Само таа беше крајно лубопитна за сето непознато. За време на една “здодевна“ фаза од моето детство, сметав дека читањето е прекрасен вентил за бегство, и оттогаш ми се допаѓаше до денес.

Нешто што ми беше тешко во тоа време беше да се покажам како што бев; Се имитирав со другите и го направив она што се очекуваше од мене за да не привлечам внимание.

• Гледајќи наназад, што би сакале да промените во врска со вашето детство, ако можете?

Мислам дека не би сменила апсолутно ништо во врска со моето детство, бидејќи бев среќна девојка, израсната во слободна средина полна со лубов и наклонетост.

Сеќавања # 2

Образование: училиште - студии - Откажување на крилјата:

Кажи ми за периодот на твоето образование.

Почетокот на фазата на адаптација на училиште беше доста тежок, бидејќи бев изваден од мојата безбедна средина и се чувствував незаштитен и крвко.

• Кои искуства можете да ги наречете најпријатни и кои ги сметате за најтешки?

Малку по малку правев група со пријатели, имав тенденција да ги барам оние на кои никој не им обрнуваше внимание, со нив се чувствував многу попријатно, се прифаќавме како што бевме и не морав да вложувам напори за да ги задоволам.

Моето најтешко искуство беше поврзано со мојата срамежливост, поради што се чувствував невидлив, нешто што ми пречеше само на моменти. Јас секогаш избегнував да бидам гласноговорник на групата, ми се допаѓаше да бидам позади.

• На кои начини бевте слични на вашите врсници и како се разликувавте од нив во тоа време?

Она што ме направи слична на моите соученици беше униформата...внатре се чувствував многу поразлично, па дури и се потрудив да им изгледам исто, и имитирав однесување, оставајќи ја настрана мојата личност.

Како што стареев, сфатив дека мојата група со пријатели беше скоро секогаш момчиња, затоа што девојките ми досадуваа со своите разговори, а момчињата беа поприродни и зборуваа за посмешни работи.

• Со што бевте горди? Што ти беше тешко?

Не можам да кажам со што навистина бев горд, бидејќи во моето детство бев многу несигурна девојка. Често блокирав затоа што постојано се сомневав во сè. Немав сигурност. Нешто што сè уште ми се случува од време на време.

Знам дека навистина ми се допаѓаше она што беше различно и се чувствувавше и сè уште сум лубопитна за светот околу мене.

• Ако можете да промените една работа во врска со периодот на вашето образование, што би било тоа?

Јас не би менувал ништо во врска со периодот на моето образование, освен дека би сакал луѓето да знаат што значи да се биде ПАС-личност за да можев да имам повеќе разбирање од семејството, пријателите и училиштето, бидејќи многу пати се чувствував како изрод. И така, ќе се адаптирав на полесен и поприроден начин на светот околу мене.

Сеќавања # 3

Стручна работа - Еволуција:

Ве молам, кажете ми за периодот на вашата професионална работа.

По илјада битки додека не го пронајдов својот повик, поминав неколку фази од мојот живот сопнувајќи се... економија, туризам и, конечно, дизајн на ентериер. Мојата страст кон мојата работа ме предизвика многу среќни и исто така горчливи моменти.

Бидејќи сум лубопитна и умерено амбициозна личност, патував и научив да ги спојувам своите искуства со мојата работа.

• Кои искуства можете да ги наречете најпријатни и кои ги сметате за најтешки?

Моето најисплатливо искуство кога работам е да сфатам дека можам да им помогнам на другите да живеат во поудобно и пријатно опкружување. Јас давам услуга за помагање што влијае на среќата на другите.

Најтешките искуства се случуваат кога ќе сретнам клиент кој е згрозен, особено затоа што не ги исполнува временските услови за планирање, бидејќи мојот перфекционизам на работа значи дека понекогаш тој не може да биде ефикасен. Нешто што продолжувам да работам за да го подобрувам.

• На кои начини бевте слични на вашите колеги и како се разликувавте од нив?

Се чувствувам исто како и моите колеги од работа по тоа што не сметам дека имам подобри или полоши вештини од нив и се разликувам по тоа што мојот работен капацитет и напор се поголеми. Чувствувам дека имам посебна “чувствителност“ кога ја развивам мојата работа и дека секогаш се обидувам да ги надминам очекувањата на оние кои ме ангажираат за некој проект.

Студирајќи во Англија, мојата желба да научам и да знам беше толку голема што ја оставив настрана мојата срамежливост и бев прашалник на часот.

• Со што бевте горди? Што ти беше тешко?

Горд бев кога видов дека, работејќи како мравка, малку по малку ги постигнував своите мали достигнувања.

Тешко беше да работам за другите, бидејќи ги гледав моите способности ограничени од условите што ме обележуваа, затоа веќе од автоном почнав целосно да уживам во развивањето на целата моја креативност без толку многу пречки.

• **Ако можете да промените нешто во врска со овој период, што ќе промените?**

Ниту, пак, би менувал нешто од таа фаза затоа што сè што научив на патот ми значеше многу, состави ги сите искуства, и добро и лошо, ми овозможија да стигнам овде.

Сеќавања # 4 – Мојот центар

Моето семејство, пријатели и најблиски

Те молам, кажи ми за твоите блиски односи.

Моето семејство отсекогаш бил основен столб за да може да се соочи со надворешниот свет.

Моите пријатели се мојот излез, а јас сум нивни. Сакам да се чувствувам корисно не само професионално, туку и лично, и секогаш се трудам да создадам добра атмосфера.

Што се однесува до моите лични односи, не сум имал секогаш среќа, затоа што се обидов да ја задоволам соседната врата повеќе од себе. Изминатата година претрпев голема криза. Со оглед на ситуацијата, решив да побарам стручна помош и работев, правејќи терапија за да можам да ги ставам работите во ред. За среќа, мојот живот се сврти на 180 степени и конечно се чувствувам среќен.

• **Што најмногу цените во врските? Кој беше/сè уште е извор на тешкотии?**

Она што го ценам во моите лични односи е искреност и приврзаност, ова ми дава сигурност и спокојство и ме прави да се чувствувам способен за што и да е.

Понекогаш се прекинам затоа што сум сè уште несигурен и многу пати се чувствувам како да не давам сè од себе. Ова е исцрпувачко и понекогаш ме заморува многу. Мислам дека секогаш можам да дадам повеќе.

• **Дали вашите врски се разликуваат на кој било начин од оние на луѓето што ги познавате?**

Како што реков погоре, морав да “работам” психолошки за да сфатам дека вишокот на заштита за најблиските и желбата да бидам “негувател” има големо влијание врз моите лични односи.

Денес продолжувам да работам на сето ова за да научам и да добивам.

• **Што ви дава радост/задоволство во односите со најблиските?**

Едноставни работи, споделете време, смејте се, уживајте во добрите времиња.

• **Кој е најтешкиот дел од градењето и одржувањето на односите?**

Научете да се дозираам, да најдам рамнотежа помеѓу сè и ништо.

Бидете присутни во телото и умот и не фантазирајте премногу или идеализирајте ги работите, бидете пореални и попримродни.

Секавања # 5 – Внатре надвор:

Мојот внатрешен живот, приватност, хоби, интерес и соништа

Јас сум многу лубопитна личност, навистина сакам да патувам затоа што тоа е начин да се прошири умот и да се има пореално мислење за светот околу нас.

Од друга страна, јас сум исто така многу воздржан во мојот личен живот, и дозволувам само малку луѓе да влезат во него, дури и ако впечатокот е поинаков.

Ми се допаѓа спортот и особено одењето на трчање и вежбањето на јога. Читањето ме тера да патувам со мојата фантазија и сакам кога книга ме закачува. Киното исто така ме транспортира и ме тера да размислувам и да ја гледам визијата на нештата од поинаква перспектива. Музиката ме придвижува внатре и ме обзема на таков начин што понекогаш повеќе сакам тишина, за време на живеење во Англија не пропуштив концерт.

Моите интереси нормално се вртат околу мојата работа, убавината на нештата и хармонијата.

Моите соништа се дел од мојата реалност, всушност, кога сум во средина на креативен процес, обично наоѓам решенија и/или развој на проекти кои спијат, во соништата.

Те молам, кажи ми за твојот најинтимен внатрешен свет.

Со текот на времето научив да ги држам стапалата поблиску до земјата, но тоа е нешто што ме чинеше многу работа, бидејќи во мојот внатрешен свет премногу фантазирам.

Многу пати се чувствувам различно од другите, понекогаш ова не е целосно позитивно, бидејќи довело до чувство на инфериорност за долг дел од мојот живот.

• **Како можете да го наречете вашиот сопствен свет, каде се чувствувате најмногу “како дома”?**

Мојот сопствен свет сега како мајка, се врти околу мојата ќерка во која се гледам како постојано се рефлектирам, со неа се идентификувам и поврзувам на многу посебен начин. Понекогаш имам чувство дека можам да се чувствувам исто како неа, како да е мојот додаток.

• **Дали имате хоби или страст што ја извршувате?**

Мојата работа е моја страст и се чувствувам многу среќна што најдов место каде што можев да ја развијам својата креативност.

Мојата работа за мене е излез каде што ми дозволуваат да изразам чувства кои за возврат предизвикуваат сензации, тоа е магија.

• **Зошто мислите дека ова е она што сакате да го правите?**

Затоа што не чувствувам дека мојата работа е напор и затоа што сум страстена да ја гледам илузијата на лицата на моите клиенти. Тоа ми дава многу задоволство и во тежок момент од мојот живот тоа беше мојот вентил за бегство.

III. ТЕМА

Гледајќи наназад на вашиот живот како приказна со поглавја и сцени кои се протегаат во минатото и во замислената иднина, дали можете да разликувате тема, идеја или мисла што се провлекува низ целата оваа приказна? Што е тоа?

Наблдувајќи го светот околу мене на лубопитен начин.

IV. ДРУГО

Што друго треба да знам за да ја разберам твојата животна приказна?

За време на долг период од мојот живот, се пуштив да течам со цел да се чувствувам порамноправно и да бидам прифатен, да бидам потполно свесен.

Резултатот од сето тоа заврши да биде многу тежок затоа што престанав да станам лик, со квалификациските придавки што ги градеше моето опкружување.

На таков начин што поради мојот карактер и срамежливоста се покажав како замена за тоа што сум навистина.

По долго размислување и многу терапија успеав да ја надминам таа фаза да бидам јас и моите околности и да се прифатам како што сум.