

# Oczami niewidomego: odrzucenie i brak akceptacji

Data publikacji: 1.11.2017 12:35

Każdy w pewnym momencie dochodzi do wniosku, że chciałby coś zmienić w swoim życiu, swojej osobie - w wyglądzie, charakterze, zachowaniu, zainteresowaniach. Chcemy zmienić swój wygląd zewnętrzny, ubiór, fryzurę, często zmieniamy pewne widoczne części ciała. Zmieniamy swój charakter, styl życia i podejście do wielu spraw, które dzieją się wokół nas. Ale czy naszym bliskim, znajomym to pasuje i to akceptują?

□

W ubiegłym roku pisałem m.in. o szczerości – czy warto być szczerym wobec drugiej osoby, często uważanej przez nas za osobę nam bliską. Tym razem o odrzuceniu i braku akceptacji.

Każdy z nas chce czuć się chciany, kochany, akceptowany, to jedna z podstawowych ludzkich potrzeb. Jednak odrzucenie jest nieodłączną częścią naszego życia: a to ktoś nie zaprosi nas na urodziny, a to zakończy związek z nami. Możemy zostać zdradzeni, lub wyrzuceni z pracy. Nie zadzwonią do nas po rozmowie o pracę, po pierwszej randce.

Zdarzają się sytuacje w których zmienimy swój styl życia, rzucimy palenie, odstawimy alkohol i inne używki. Na początek wśród znajomych, współpracowników jesteśmy chwaleni, ludzie nas motywują w tym co robimy uważając, że jest to coś co wyjdzie nam na zdrowie, lepsze samopoczucie. Mijają dni, tygodnie i zaczynamy czuć, że chyba nie pasujemy do środowiska ludzi z którymi spędzaliśmy dotychczas wiele czasu.

Czujemy się odrzuceni, niepotrzebni.

Sytuacja, która może nas utwierdzać o odrzuceniu przez znajomych to ciężka choroba, kalectwo, utrata słuchu, wzroku, dysfunkcja kończyn oraz inne niepełnosprawności i odrzucenie przez otoczenie. Często w takich przypadkach wsparcia, pocieszenia możemy doznać tylko od najbliższych członków rodziny. Znajomi, przyjaciele tłumaczą to tym, że nie wiedzą czy można takie osoby odwiedzić, zaprosić na spotkanie czy imprezę.

Wiem co piszę, bo znam to z własnego doświadczenia, jak 5 lat temu (październik 2012 r.) utraciłem całkowicie wzrok.

„Akceptacja to przyjmowanie) – uznanie czegoś, aprobatą, potwierdzenie czegoś, pogodzenie się z czymś, czego nie można zmienić, uznanie czyichś cech postępowania za zgodne z oczekiwaniami”. Przeciwnością tego jest brak akceptacji.

Z brakiem akceptacji można spotykać się już w latach młodzieńczych. W szkołach tworzą się wśród uczniów grupki i wówczas zaczyna się pojawiać brak akceptacji wobec innych uczniów, którzy nie odpowiadają danej grupie. Często jest to ubiór, wygląd zewnętrzny, widoczne choroby czy kalectwo. Jednak sytuacje podobne mają miejsce u osób, które już opuściły wiek szkolny. Tutaj dochodzą np. podejście do życia, odmienne orientacje.

W tym miejscu nasuwa się pytanie: czy faktycznie nie chcemy zaakceptować danej osoby z uwagi na jego inne podejście do życia czy może boimy się przyznać, że to co robimy jest na pewno poprawne i dobre.

Reakcja osób, które czują się odrzucone, nie są akceptowane w swoim otoczeniu czy środowisku jest różna. Są tacy, którzy zagryzą zęby, przemyślą sytuację, poszukają innych, przychylnych osób i żyją dalej. Ale są i tacy, którzy wezmą to głęboko do serca, załamią się i popadają np. w depresję co do niczego dobrego nie prowadzi.

Tak więc zastanówmy się nad osądzeniem drugiej osoby negatywnie przed odrzuceniem jej ze swojego otoczenia czy przed brakiem akceptacji zachowania, wyglądu.

Andrzej Koenig