

Regole Del Metodo Simonton per una buona interazione verbale tra operatori professionali

1. Sii gentile con te stessa e con gli altri
2. Focalizzati su ciò che funziona bene invece di quello che non funziona
3. Il paziente ha le sue proprie risorse. Aiutalo a riconoscerle e a usarle
4. Insegna al paziente come può pensare in un modo più sano affinché possa sentirsi meglio
5. Aiuta il paziente ad usare il potere dell'immaginazione
6. Aiutalo a capire il principio del non attaccamento

Regole per una buona comunicazione

1. Fai in modo di sentirti bene (setting)
2. Lavora costantemente sulle tue convinzioni interiori al fine di lasciare aperta l'evoluzione della malattia, senza dare giudizi
3. Domanda: "come posso aiutarti? Cosa posso fare per te?"
4. Ascolta con attenzione (ascolto attivo secondo Carl Rogers)
5. Rimani sintonizzato sulla richiesta del paziente
6. Immaginati di vivere la situazione dell'altro individuando le sue emozioni, rispecchiale e attendi a sua conferma

Regole per una buona comunicazione

7a Chiedi quale è il risultato desiderato – Immaginazione

7b Lavora sulla tecnica delle trasformazioni delle convinzioni malsane

7c Aiuta il paziente a muoversi, attraverso domande gentili, verso pensieri e emozioni aperte alla leggerezza

- Cosa dovrebbe accadere affinché...?
- Cosa potrebbe aiutarti adesso?
- Che cosa ti ha aiutato prima?

7d Racconta la metafora della bilancia