CONNESSIONI DI VITA

Le interazioni che fanno bene

CONNESSIONI DI VITA: LA GUIDA PER LE INTERAZIONI CHE FANNO BENE

Per la prima volta, un'analisi neurometrica ha studiato cosa provano, ricordano e guardano gli oltre 40.000 italiani con un tumore cronico del sangue durante situazioni comuni con il proprio medico e con chi si prende cura di loro.

Connessioni di Vita è un progetto

Promosso da NOVARTIS

In collaborazione con AIPASM

Powered by MIELO Spieghi

Partnered with BrainLab Università IULM

Relazioni positive con il medico

1. Gesti che parlano

I pazienti si soffermano sul volto e sui gesti del medico il 56% in più della media, suggerendo l'importanza del suo modo di porsi. A parlare è anche il corpo, non solo le parole.

2. Il potere della semplicità

Evitare termini troppo tecnici e usare metafore migliorano il coinvolgimento emotivo dei pazienti. Anche il tono della voce del medico fa la differenza e deve essere quanto più possibile conciliante e in sintonia con quello dell'altro.

3. Mai stancarsi di spiegare

La sistematica disponibilità del medico a chiarire e ad accogliere dubbi e lamentele rimane impressa a lungo nella memoria e genera inoltre picchi emotivi positivi.

4. Quando c'è scienza, c'è speranza

Portare la malattia su un piano pratico, spiegare le possibilità offerte dalla scienza e guardare al futuro fanno registrare un incremento del coinvolgimento emotivo positivo.

5. L'empatia oltre il dato clinico

Quando il medico favorisce un legame empatico e profondo emergono emozioni positive: infatti, per il 63% dei pazienti è l'elemento che più influisce sul gradimento del proprio medico.

Relazioni positive con famigliari e amici

6. Nella stessa squadra

3 pazienti su 4 apprezzano quando famigliari e amici li coinvolgono in attività quotidiane: un atteggiamento di reciprocità che determina picchi emotivi positivi e crea senso di appartenenza.

7. Rispettare senza limitare. Suggerire senza imporre

1 paziente su 2 lamenta un atteggiamento iperprotettivo da parte dei propri cari, che comporta un picco emotivo negativo. È quindi importante aiutare sempre la persona a esprimere la propria libertà.

8. La riconquista della quotidianità

Aiutare il paziente a distrarsi dal pensiero fisso della malattia provoca in lui un picco emotivo positivo: ciò permette di andare oltre la malattia ed esprimere la propria libertà.

9. Ho stima di te

Piccoli gesti e frasi semplici di stima fanno registrare tassi positivi di coinvolgimento emotivo e possono così influire sul benessere mentale delle persone che li ricevono.

10. Non sono solo parole

Come rivolgersi a un paziente? Ci sono termini più o meno graditi in base al contesto, alle fragilità e alle preferenze personali. E così anche termini controversi come "guerriero" possono essere percepiti positivamente se usati in contesti di grande familiarità e con il chiaro intento di sostenere l'altro.