

KLİNİKTE İLK GÖRÜŞME

İLİŐKİNİN TEMELLERİ

- İliŐkinin gelişmesini hızlandırmak için belirli davranışlarda bulunabilirsiniz. Anahtar olan sizin tutumunuzdur.
- Rahat, ilgili ve anlayışlı görünürseniz, danışan kendini daha güvende ve rahat hissedecektir.

- Danışan hakkında nasıl hissettiğinizin önemli doğurguları olabilir.
- Görüşme boyunca, özellikle danışan hakkındaki bir şey sizde sıkıntı yarattığında, duygularınızın kaynağı ve doğasının farkında olmalısınız.

- İyi bir ilişki için, danışan kendisini anladığınızı bilmelidir.
 - Bağlılık ve ilgi gösteren başka bir tepki vermeniz, muhtemelen daha iyi olacaktır:
 - "Çok mutsuz hissetmiş olmalısın."
- "Çok kötü bir deneyimmiş. Seni, neyin çok üzdüğünü görebiliyorum."

- Danışanın anlayabileceği dilde konuşmak özen gerektirir. Rahat hissettiğiniz sürece danışanın dilini dinleyin ve kullanın.
- Görüşmecinin açıklığı ve iyi bir ilişki kurma arzusu herhangi bir danışanla nasıl konuştuğunu belirleyen en önemli değişkendir; bu nedenle danışanın tepkilerini izleyin ve konuşma biçiminizi buna uygun şekilde ayarlayın.

- Klinisyenlerin danışanlarıyla nasıl ilişki kurmaları gerektiği konusunda son yıllarda değişiklikler olmuştur.
- Klinikçinin danışan hakkında karar veren, otoriter, kanun koyucu geleneksel imaj pek çok çevrede yerini, sorunları ve çözümlerini danışanıla birlikte araştıran bir konum yerini daha az resmî bir tutuma sahip iş birlikçi bir tutuma bırakmıştır.

Sözel olmayan cesaretlendirmeler

- En sık yaşayabileceğiniz zorluk sessizlikle başa çıkmak olabilir.
- İsteddiğiniz danışanı rahatlatmaktır, dikkatini dağıtmak değil. Bu yüzden, anlatmak istediğiniz şeyi ifade ederken olabildiğince kısa konuşun.
- Bir ya da iki hece çoğu kez tümünü karşılar. “Evet” veya “hım hımm” açıkça malzemenin sizin tarafınızdan kavrandığını belirtir.

Şimdiki rahatsızlığın tarihçesi

- Danışanınızın bildirdiği her belirti hakkında öğrenebileceğiniz ne varsa öğrenin
- Belirtilerin tam ve doğru bir şekilde tanımlanmasına ek olarak, onların zamanlaması ve sırasını da belirlemelisiniz.
- İlk olarak, bu sorunlar ne zaman başladı? Bazı danışanlardan başlangıçla ilgili olarak çok net bildirimler alabilirken, bazen danışanın emin olmamasından ya da epizod yavaş yavaş ortaya çıktığından ne danışan ne de siz başlangıç noktasını tam olarak belirleyebilirsiniz.