



La comunicazione terapeutica è un elemento chiave del rapporto di aiuto tra il praticante di Angelic Healing e il suo cliente. Si basa su principi fondamentali che permettono di stabilire un clima di fiducia, sicurezza e comprensione reciproca, favorevole all'apertura e alla guarigione.

L'ascolto attivo è la pietra angolare della comunicazione terapeutica. Consiste nel essere pienamente presente e attento a ciò che il cliente esprime, sia a livello verbale che non verbale. Ciò implica sospendere il proprio giudizio, le proprie interpretazioni affrettate e le proprie proiezioni, per accogliere con benevolenza ed empatia l'esperienza unica della persona. Il praticante mostra di ascoltare adottando un atteggiamento aperto, mantenendo un contatto visivo dolce, annuendo con il capo o utilizzando incoraggiamenti minimi come "vedo", "hum hum".

Le tecniche di riformulazione sono anche essenziali per garantire una buona comprensione reciproca e far sentire al cliente che è ascoltato profondamente. Il praticante può riformulare le dichiarazioni utilizzando frasi come "Se ho capito bene, stai sentendo...", "Quello che sento è che questa situazione ti sta duramente colpendo...", "Sembra che stai dicendo che...". Questo permette di chiarire il messaggio, di mostrare che si sono colti i punti chiave, e di dare al cliente l'opportunità di precisare il suo pensiero.

Il questionamento aperto e benevolo è un'altra competenza importante. Si tratta di porre domande che incoraggiano l'esplorazione e l'espressione dell'esperienza, senza indurre una risposta particolare. Si preferiscono quindi domande aperte come "Come stai vivendo questa situazione?", "Cosa suscita in te?", "Puoi dirmi di più su ciò che stai sentendo?". Le domande chiuse che richiedono un semplice sì o no dovrebbero essere usate con parsimonia. L'arte del questionamento consiste nel seguire il ritmo del cliente, nel

incoraggiarlo dolcemente ad andare più lontano, senza forzarlo né spingerlo.

La comunicazione non verbale e la sincronizzazione svolgono anche un ruolo fondamentale nell'instaurare un'alleanza terapeutica di qualità. Il praticante cerca di adattare la sua postura, i suoi gesti, il tono della sua voce, il ritmo del suo discorso a ciò che il cliente esprime. Si tratta in qualche modo di sintonizzarsi con l'altro, di entrare in una sottile risonanza, per favorire un sentimento di connessione e reciprocità. Questo può passare attraverso l'adozione di una respirazione più profonda e rallentata di fronte a un cliente ansioso, o di parlare con una voce dolce e calma di fronte a una persona sopraffatta dall'emozione.

Oltre alle tecniche, la qualità della presenza e dell'autenticità del praticante è essenziale. I clienti percepiscono in modo sottile se il terapeuta è veramente in ascolto, se è sincero nel suo desiderio di accompagnarli con benevolenza e rispetto. Questo richiede un lavoro personale approfondito da parte del praticante, per chiarire le sue proprie questioni, per pacificare la sua mente e aprire il suo cuore. È stando pienamente presenti a se stessi che si può essere pienamente presenti all'altro.

Pertanto, la comunicazione terapeutica non si riduce a un insieme di tecniche da applicare. È prima di tutto una qualità relazionale, una forma d'arte che si basa su competenze di base ma le trascende in un approccio intuitivo e creativo, adattato a ciascun cliente nella sua unicità. È coltivando una presenza sia benevola che impegnata, empatica e adeguata, che il praticante di Angelic Healing sarà in grado di toccare l'anima del suo cliente e di accompagnarlo con precisione sul cammino della guarigione.

Punti da ricordare :

- L'ascolto attivo è alla base della comunicazione terapeutica: essere pienamente presenti, attenti, sospendere il proprio giudizio e accogliere con empatia l'esperienza del cliente.
- Le tecniche di riformulazione permettono di garantire una buona comprensione reciproca e di far sentire al cliente che è ascoltato profondamente.
- Il questionamento aperto e benevolo incoraggia l'esplorazione e l'espressione dell'esperienza, seguendo il ritmo del cliente senza forzarlo.
- La comunicazione non verbale e la sincronizzazione svolgono un ruolo chiave nell'instaurare un'alleanza terapeutica di qualità, sintonizzandosi con l'altro.
- Oltre alle tecniche, la qualità della presenza e dell'autenticità del praticante è essenziale. Questo richiede un lavoro personale approfondito da parte del terapeuta.

- La comunicazione terapeutica è una forma d'arte che si basa su competenze di base ma le trascende in un approccio intuitivo e creativo, adattato a ciascun cliente nella sua unicità.