

BEN-
FARE

LE PERSONE FANNO QUALITÀ

www.benfare.it



Ben-Fare
2022

Evento organizzato con il supporto dei seguenti partner:



RINATA
Gruppo di lavoro



Città dei Presepi
ASSOCIAZIONE NAZIONALE



ed
EDITRICE
D'APERTO

LINET

GENERALI
ARREDAMENTI



softwareuno
L'informatica nel sociale
ZUCCHETTI



CBA
ZUCCHETTI

ristocloud
Group Srl

wita
care

TENA

agape

Garantire il RISPETTO
dei comportamenti e degli
stati emotivi degli anziani
partendo da sé stessi

A cura di:

Silvia Grandi, Cinzia Siviero



qualità & benessere

"Restart"

*Per una RSA nel cuore della comunità:
persone, tecnologie e relazioni*





“... Garantire il rispetto dei comportamenti e degli stati emotivi, anche se non compresi, attraverso l’ascolto professionale ed empatico...”

Il metodo Validation® in questo

è stato una guida per me

un insieme di TECNICHE che ho potuto esercitare, una scelta profonda che ho potuto fare, alla cui base c’è **l’ascolto empatico.**



LA PRIMA TECNICA

Nei nostri corsi insegniamo **la centratura**, a mettere da parte cioè le nostre emozioni per qualche attimo, per poterci dedicare all'accoglienza dell'altro.

Per mettere da parte le nostre emozioni abbiamo bisogno di consapevolezza. Spesso **facciamo fatica ad ascoltarci**, a nominare i sentimenti che sperimentiamo **o identificare i nostri bisogni**.

Spesso pensiamo che la capacità di **connetterci empaticamente** con gli altri possa prescindere da un'autentica connessione con noi stessi

E DI ME CHI SI
PRENDE CURA?

→ Come mi sento?

Abbiamo bisogno di esercitare una qualche
forma di auto-connessione

Abbiamo bisogno di ritornarci su più e più
volte per prendercene cura

Ma come?



AUTO – EMPATIA

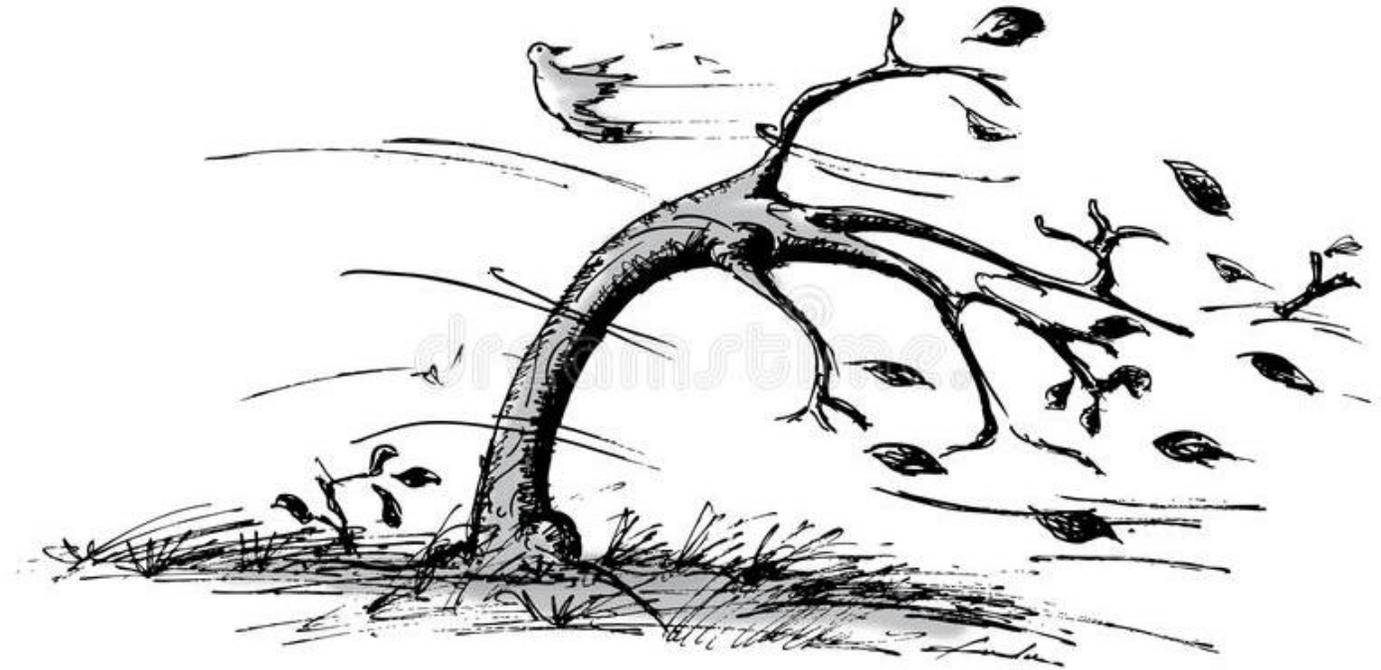
Non stiamo parlando di un dispiacerci per come stiamo o di auto-consolarci

Auto-empatia significa che una nostra parte **osserva, accetta, accoglie** e dà **valore** alle emozioni che proviamo

Sospendendo il giudizio. **Nessun sentimento è sbagliato**

«Il terapeuta, dunque, è un servitore che, avendo imparato ad essere, può esserci anche per l'altro da sé»
La nave dei pazzi D. Roccon, Editrice Dapero

Ben radicati
molto flessibili



GRAZIE

Silvia Grandi, Cinzia Siviero

www.metodovalidation.it