

ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ

Η συμβολή της ενεργητικής ακρόασης στην ανάπτυξη θεραπευτικής σχέσης στη νοσηλευτική ψυχικής υγείας

Ε. Φραδέλος, Χ. Στάϊκος

Νοσηλεύτess ΤΕ, Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Αττικής «Δαφνί».

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Εισαγωγή: Οι περισσότερες κοινωνικές σχέσεις, οι οποίες αναπτύσσονται στις μέρες μας διατηρούνται στην πλειοψηφία τους σε επιφανειακό επίπεδο. Κατά τη διάρκεια της θεραπευτικής διαδικασίας εξέχοντα ρόλο διαδραματίζει η σχέση, η οποία αναπτύσσεται μεταξύ του νοσηλευτή και του ασθενούς.

Σκοπός: της παρούσας βιβλιογραφικής μελέτης είναι η διερεύνηση και η ανάδειξη της αναγκαιότητας και της σημαντικότητας της εγκαθίδρυσης της θεραπευτικής σχέσης μεταξύ νοσηλευτή και ασθενούς στο πλαίσιο της ψυχικής υγείας.

Μεθοδολογία: Η μεθοδολογία που ακολουθήθηκε στη παρούσα μελέτη ήταν η ανασκόπηση της σχετικής βιβλιογραφίας με το θέμα αλλά και η αναζήτηση άρθρων και βιβλίων σε ηλεκτρονική μορφή σχετικά με το θέμα. Τα οποία αντλήθηκαν μέσα από ηλεκτρονική έρευνα σε διεθνείς και έγκυρες βάσεις δεδομένων όπως heal-link, pubmed, scopus, Medline, Cinahl και Iatrotek. Λέξεις κλειδιά που χρησιμοποιήθηκαν ήταν : ενεργητική ακρόαση , επικοινωνία , θεραπευτική σχέση , νοσηλευτική ψυχική υγείας.

Αποτελέσματα: Η ενεργητική ακρόαση μπορεί να χαρακτηριστεί ως μια διαδικασία δυναμική και διαδραστική η οποία απαιτεί τη χρήση όλων των αισθήσεων και περιλαμβάνει ποικίλα στοιχεία επικοινωνίας όπως την προσοχή, την κατανόηση, την ενσυναίσθηση και την ταυτόχρονη αξιολόγηση της λεκτικής και μη επικοινωνίας. Η θεραπευτική σχέση μπορεί να χαρακτηριστεί ως το θεμέλιο της ψυχικής υγείας όπως και της προοδευτικής μεταβολής της στάσης του ασθενούς απέναντι στη νόσο, την αλλαγή της συμπεριφοράς και της προοπτικής προς το μέλλον. Η σχέση φροντίδας τροφοδοτείται από την ευγένεια, την ενεργητική φιλικότητα, την αντικειμενικότητα, την αίσθηση του χιούμορ, και εν γένει από τη θετική προσέγγιση από τη πλευρά του νοσηλευτή.

Συμπεράσματα: Η ενσωμάτωση και η χρήση της ενεργητικής ακρόασης στη καθημερινή επαφή με τον ασθενή του παρέχει την ευκαιρία να εξωτερικεύσει τις σκέψεις και τις ανησυχίες του και φυσικά του αφήνει την εντύπωση πως απέναντι του έχει έναν ακροατή ο οποίος τον παρακολουθεί με προσοχή και ενδιαφέρον. Στηρίζει την ορθή οικοδόμηση της θεραπευτικής σχέσης επιτρέποντας στον ασθενή να διαπιστώσει ότι ο νοσηλευτής ψυχικής υγείας δείχνει γνήσιο ενδιαφέρον για την κατάσταση αλλά και για την πορεία της υγείας του.

Λέξεις ευρητηρίου: ενεργητική ακρόαση, επικοινωνία, θεραπευτική σχέση, νοσηλευτική ψυχική υγείας.

Παραπομπή:

Ε. Φραδέλος, Χ. Στάϊκος. Η συμβολή της ενεργητικής ακρόασης στην ανάπτυξη θεραπευτικής σχέσης στη νοσηλευτική ψυχικής υγείας. Επιστημονικά Χρονικά 2013;18(4): 213-219

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Οι περισσότερες κοινωνικές σχέσεις, οι οποίες αναπτύσσονται στις μέρες μας διατηρούνται στην πλειοψηφία τους σε

επιφανειακό επίπεδο. Κατά τη διάρκεια της θεραπευτικής διαδικασίας εξέχοντα ρόλο διαδραματίζει η σχέση, η οποία αναπτύσσεται μεταξύ του νοσηλευτή και

του ασθενούς. Ξεφεύγει από τις τοπικές σχέσεις στις οποίες οι άνθρωποι απλά ανταλλάσσουν πληροφορίες, εμπειρίες και βιώματα, σε αυτήν επίκεντρο είναι ο ασθενής ο οποίος επιχειρεί να μοιραστεί τα γεγονότα, αλλά και τις αντίξοες συνθήκες της ζωής τις οποίες αντιμετωπίζει θέτοντας ταυτόχρονα με την επικουρία ασφαλώς του νοσηλευτή στόχους, όπως για παράδειγμα, η προσπάθεια κατανόησης των γεγονότων αυτών και η συνεχής πορεία προς τη βελτίωση των συνθηκών διαβίωσης [1]. Η δημιουργία αυτής της σχέσης στην αρχή σίγουρα θα είναι δύσκολη και απαιτεί υψηλό βαθμό δέσμευσης και συμμετοχής από το νοσηλευτή, ώστε να μπορέσει η θεραπευτική αυτή σχέση, να εδραιωθεί [2, 3]. Για την επίτευξη της δημιουργίας της θεραπευτικής σχέσης θα πρέπει να υπάρχουν όλες οι απαραίτητες προϋποθέσεις για την αποτελεσματική επικοινωνία και ο νοσηλευτής να είναι εφοδιασμένος με όλες της δεξιότητες αυτής [4, 5].

ΣΚΟΠΟΣ

Σκοπός της παρούσας βιβλιογραφικής μελέτης είναι η διερεύνηση και η ανάδειξη της αναγκαιότητας και της σημαντικότητας της εγκαθίδρυσης της θεραπευτικής σχέσης μεταξύ νοσηλευτή και ασθενούς στο πλαίσιο της ψυχικής υγείας, όπως επίσης και την ανάδειξη της ενεργητικής ακρόασης ως πολύτιμη δεξιότητα επικοινωνίας των νοσηλευτών αλλά και της συμβολή της στην ανάπτυξη της θεραπευτικής σχέσης.

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Η μεθοδολογία που ακολουθήθηκε στη παρούσα μελέτη ήταν η ανασκόπηση της σχετικής βιβλιογραφίας με το θέμα αλλά και η αναζήτηση άρθρων και βιβλίων σε ηλεκτρονική μορφή σχετικά με το θέμα. Τα οποία αντλήθηκαν μέσα από ηλεκτρονική έρευνα σε διεθνείς και έγκυρες βάσεις δεδομένων όπως heal-link , pubmed, scopus Medline, Cinahl και Iatrotek. Το βιβλιογραφικό υλικό το οποίο

χρησιμοποιήθηκε ήταν της περιόδου 1998 έως και 2013. Λέξεις κλειδιά που χρησιμοποιήθηκαν ήταν: ενεργητική ακρόαση, επικοινωνία, θεραπευτική σχέση, νοσηλευτική ψυχική υγείας.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η αναγκαιότητα εγκαθίδρυσης της θεραπευτικής σχέσης.

Η θεραπευτική σχέση μπορεί να χαρακτηριστεί ως το θεμέλιο της ψυχικής υγείας όπως και της προοδευτικής μεταβολής της στάσης του ασθενούς απέναντι στη νόσο , την αλλαγή της συμπεριφοράς και της προοπτικής προς το μέλλον [6]. Η σχέση φροντίδας τροφοδοτείται από την ευγένεια, την ενεργητική φιλικότητα, την αντικειμενικότητα, την αίσθηση του χιούμορ και, εν γένει, από τη θετική προσέγγιση από τη πλευρά του νοσηλευτή [7]. Ο νοσηλευτής ανακουφίζει τον πάσχοντα από το αίσθημα δυσφορίας και ακούει ενεργά τις ανησυχίες του, τονώνει το ηθικό του και προωθεί την ενεργό συμμετοχή του ασθενούς στη θεραπευτική διαδικασία και στην ανάκαμψη της υγείας του [8]. Μόλις ο ασθενής νοιώσει το αίσθημα της ασφάλειας, τότε θα αρχίσει να δρα θετικά προς τις αλλαγές και ο νοσηλευτής παρακολουθώντας και παρατηρώντας τον ασθενή μέσα από αυτές τις αλλαγές οικοδομεί ένα κλίμα αμοιβαίας εμπιστοσύνης και μιας θεραπευτικής συμμαχίας η οποία βασίζεται στο σεβασμό της προσωπικότητας του ασθενούς, αλλά και στο ύψιστο καθήκον του νοσηλευτή που δεν είναι άλλο από τη φροντίδα της υγείας. Μέσα από τη διαδρομή αυτής της σχέσης ο ασθενής θα αποδεχθεί κατά το δυνατόν τη νόσο του και θα δρομολογήσει τις απαραίτητες αλλαγές, ως προς τη στάση που ακολουθεί απέναντι σε αυτή, ώστε να επανέλθει σε ένα πολύ μεγάλο ποσοστό στις καθημερινές του δραστηριότητες [9]. Ενώ λοιπόν η θεραπευτική σχέση στους επαγγελματίες υγείας μπορεί, αδιαμφισβήτητα, να θεωρηθεί ως θεμελιώδης έννοια, ωστόσο προκύπτουν

συνεχώς σκέψεις και προβληματισμοί για το πώς μπορεί ο νοσηλευτής και βέβαια σε πιο επίπεδο να επηρεάσει τους ασθενείς μέσα στα όρια της σχέσης αυτής. Για παράδειγμα δύναται ένας νοσηλευτής, στα πλαίσια της αποκατάστασης, να συμβάλει στη δημι-ουργία ενός πλάνου προσανατολισμού αλλά και να συμμετάσχει και στη φάση της εργασίας του ασθενούς με τέτοιο τρόπο ώστε τόσο ο ασθενής όσο και ο επαγγελματίας υγείας να βιώσουν βαθύτερα επίπεδα της θεραπευτικής εμπλοκής [10]. Τελικά, η θεραπευτική σχέση είναι ο στόχος, ένας στόχος ο οποίος εστιάζεται στη διαπροσωπική σχέση με τον ασθενή με σκοπό αφενός να προωθήσει τα συμφέροντα του ασθενούς και αφετέρου, εάν είναι δυνατόν, να αναπτυχθούν και άλλες δυναμικές και συμμαχίες που εν τέλει πάντα από-σκοπούν στο καλύτερο δυνατό από-τέλεσμα για τον ασθενή [11, 12]. Για την ανάπτυξη αυτής της σχέσης από την πλευρά του νοσηλευτή έχουν χρησιμοποιηθεί διάφορες τεχνικές επικοινωνίας, ώστε να επιτευχθεί η ίδρυση ενός κλίματος αμοιβαιότητας πάνω στη χρυσή τομή μεταξύ νοσηλευτή και ασθενούς και με αυτό τον τρόπο να πραγματοποιηθεί η πραγματική ενδυνάμωση του ασθενούς και να επιτευχθούν οι καθορισμένοι, κάθε φορά, στόχοι [12]. Τα κύρια συστατικά μιας σωστά δομημένης και σταθερής θεραπευτικής σχέσης περιλαμβάνουν: τα σαφή όρια της σχέσης αυτής καθώς και το διαχωρισμό της από τις κοινωνικές σχέσεις, τη συνοχή, τη συγκράτηση, την εμπιστοσύνη η οποία είναι απαραίτητη κατά την ανάπτυξη της θεραπευτικής σχέσης, τον αλληλοσεβασμό, την ειλικρίνεια και τη κατανόηση, την ανταπόκριση στους φόβους και τις ανησυχίες των ασθενών και τέλος έναν εξαιρετικά σημαντικό παράγοντα στην ανάπτυξή της θεραπευτικής σχέσης την ενεργητική ακρόαση [13, 14].

Η ενεργητική ακρόαση

Το να μπορεί κάποιος να χαρακτηριστεί ως καλός ακροατής είναι επιθυμητό προσόν τόσο κοινωνικά όσο και επαγγελματικά, αυτό το προσόν, όπως εύκολα γίνεται αντιληπτό, αποκτά ακόμα μεγαλύτερη αξία στους επαγγελματίες υγείας που η καλή ,σωστή και ειλικρινής επικοινωνία συμβάλει στον εντοπισμό και την αντιμετώπιση προβλημάτων . Η ενεργητική ακρόαση είναι απαραίτητο συστατικό και δεξιότητα της ορθής και εποικοδομητικής επικοινωνίας [15, 16].

Η σωστή ακρόαση πρέπει να περιλαμβάνει κάποια σημαντικά χαρακτηριστικά. Το πρωτεύον και σημαντικότερο όλων είναι η διατήρηση της βλεμματικής επαφής, ώστε ο ασθενής να αντιλαμβάνεται ότι διατηρεί τη προσοχή σας. Είναι πολύ σημαντικό να παρατηρούνται τόσο τα σωματικά όσο και τα ψυχικά σημάδια. Θα πρέπει να φροντίσουμε, όσο το δυνατόν, να μειωθούν οι περισπασμοί και οι διακοπές. Επίσης, θα ήταν καλό να αφήνεται ο ασθενής να εκφράζει απερίσπαστα τους προβληματισμούς και τα θέματα τα οποία τον απασχολούν [17, 18]. Το να υπάρχει έμπρακτη απόδειξη πως παρακολουθείται από το συνομιλητή με προσοχή είναι πολύ σημαντικό για τον ασθενή, σε σημείο όπου μια επανάληψη από μέρους μας των λεγομένων του να λειτουργήσει καθησυχαστικά την κατάλληλη στιγμή. Τέλος εξαιρετικά σημαντικό είναι να υπάρχει ανταπόκριση στο συναίσθημα το οποίο μπορεί να εκφράζει ο ασθενής και επίσης ανταπόκριση στα λεκτικά ή μη μηνύματα του ασθενή. Ο νοσηλευτής ψυχικής υγείας κατά την επικοινωνία του με τους ασθενείς οφείλει να δείχνει πως ακούει με ενδιαφέρον και προσοχή τα λεγόμενα του ασθενή. Αυτό επιτυγχάνεται με τη βλεμματική επαφή, τις εκφράσεις του προσώπου, με την επιλογή της κατάλληλης στάσης του σώματος και γνέφοντας με το κεφάλι ως σημάδι συμφωνίας και αναγνώρισης. Επίσης σκόπιμο είναι ο νοσηλευτής, κάποιες φορές, να συνοψίζει

και να επαναλαμβάνει τα λεγόμενα του ασθενή. Τόσο ο ασθενής, όσο και ο νοσηλευτής θα πρέπει κατά διάρκεια της θεραπευτικής αυτής επαφής μερικές φορές να ενσωματώνουν σκέψεις και εμπειρίες των διαπροσωπικών σχέσεων. Σε αυτή την περίπτωση, όμως, θα πρέπει ο νοσηλευτής να είναι απαλλαγμένος από προκαταλήψεις οι οποίες μπορεί να επικαλύψουν ή και να διαστρεβλώσουν την αντικειμενικότητα που οφείλει να δίδει την επαφή αυτή [19, 20]. Η αυτογνωσία είναι ένας πολύτιμος παράγοντας για την αποτελεσματική και ποιοτική επικοινωνία. Είναι η αυτογνωσία η οποία προωθεί τον αυτοέλεγχο και την αξιολόγηση των φίλτρων τα οποία χρησιμοποιούμε για την επικοινωνία, όσο καλύτερα γνωρίζουμε τον εαυτό μας, τόσο πιο πολύ μπορούμε να είμαστε αντικειμενικοί και αμερόληπτοι σε αυτό που ακούμε από τον άνθρωπο που έχουμε απέναντί μας, κατανοώντας τη μοναδικότητα και τη διαφορετικότητα του ατόμου από όπου και αν προέρχεται αυτό [21, 22].

Η ενεργητική ακρόαση μπορεί να χαρακτηριστεί ως μια διαδικασία δυναμική και διαδραστική η οποία απαιτεί τη χρήση όλων των αισθήσεων και περιλαμβάνει ποικίλα στοιχεία επικοινωνίας, όπως την προσοχή, την κατανόηση, την ενσυναίσθηση και την ταυτόχρονη αξιολόγηση της λεκτικής και μη επικοινωνίας [1]. Είναι κοινά αποδεκτό πως το να εκτιμηθούν οι ανάγκες, οι ανησυχίες και οι επιθυμίες του ασθενή είναι εκ των πραγμάτων δύσκολο. Έτσι λοιπόν η ενεργητική ακρόαση εκτείνεται πέρα από την παθητική ακοή μόνο των λεγόμενων του ασθενή περιλαμβάνοντας και την κατανόηση αλλά και την ερμηνεία αυτών που οι ασθενείς μοιράζεται εκείνη την ώρα [23]. Πηγάζει από το αληθινό ενδιαφέρον για τον ασθενή και τα προβλήματα τα οποία αντιμετωπίζει καθώς επίσης και από την επιθυμία του να κατανοήσουμε πραγματικά πως αντιλαμβάνεται ο ασθενής αυτό που

συμβαίνει στη ζωή του και την υγεία του. Με τη χρήση της ενεργητικής ακρόασης προάγεται ο διάλογος ενθαρρύνοντας τον ασθενή να δώσει το δικό του ρυθμό κατά τη διάρκεια της επικοινωνίας κάνοντάς τη με αυτό τον τρόπο άμεση και ουσιαστική. Σε αρκετές περιπτώσεις όπου οι ασθενείς αντι-μετωπίζουν σοβαρές ασθένειες όπως ψύχωση, κατάθλιψη και άλλες συναφείς διαταραχές η διαδικασία αυτή μπορεί να είναι δύσκολη· παρ' όλα αυτά, είναι ο νοσηλευτής που θα δώσει το δικό του στίγμα ώστε να συντρέξουν όλα αυτά τα δυναμικά χαρακτηριστικά τα οποία θα προάγουν την επικοινωνία και την επιθυμία του ασθενή να αλληλοεπιδράσει σε βάση διαλόγου [24, 25].

Η ενεργητική ακρόαση δημιουργεί ένα κλίμα επούλωσης των ψυχικών τραυμάτων και μειώνει το στρες και το άγχος βοηθώντας παράλληλα τους ασθενείς στο να προσαρμοστούν καλύτερα στις καταστάσεις τις οποίες βιώνουν και να επιδιώξουν αλλαγή στις καταστάσεις αυτές φυσικά προς το καλύτερο. Θα πρέπει όσο το δυνατόν καλύτερα να αναγνωρίσουμε έγκαιρα τα εμπόδια της ενεργητικής ακρόασης και να προσπαθήσουμε αν όχι να εκμηδενιστούν, έστω να μειωθούν στο ελάχιστο. Τα εμπόδια αυτά μπορεί να βρεθούν σε οποιαδήποτε φάση της επικοινωνίας και θα πρέπει να εντοπιστούν, να μειωθούν και τελικά γίνει προσπάθεια για την εξάλειψή τους [25].

Οι Θεραπευτικές αλληλεπιδράσεις μεταξύ του νοσηλευτή ψυχικής υγείας και του ασθενή στηρίζονται στον αμοιβαίο σεβασμό και απαιτούν τη θαλπωρή, την εμπιστοσύνη και την ενσυναίσθηση από μέρος του νοσηλευτή. Είναι βασικό και ζωτικής σημασίας ο ασθενής να νιώθει πως ο νοσηλευτής νοιάζεται, ανησυχεί και κατανοεί τόσο τα προβλήματα που αντιμετωπίζει ο ασθενής όσο και τις βαθύτερες σκέψεις που προέρχονται από τα προβλήματα αυτά. Ο νοσηλευτής προσπαθεί μέσα από την επικοινωνία με τον ασθενή, βασιζόμενος κυρίως στην

εμπειρία του, να δημιουργήσει ένα περιβάλλον για τον ασθενή στο οποίο ο ασθενής θα νιώθει ασφάλεια, θα ενισχύσει τη θεραπευτική σχέση, θα συνδράμει ώστε να καθοριστούν από κοινού οι στόχοι και οι προσδοκίες που αφορούν το θεραπευτικό πρόγραμμα και θα επιτρέψει στο νοσηλευτή να αναπτύξει ένα εξατομικευμένο πλάνο φροντίδας βασιζόμενο στις ατομικές ανάγκες του ασθενή με σεβασμό πάντα στη προσωπικότητα και τις αξίες του [1, 13].

Κατά τη διάρκεια της επικοινωνίας θα πρέπει ο ασθενής να αισθάνεται άνετα ώστε εκφράσει ανοιχτά όλα αυτά που σκέφτεται και αισθάνεται, χωρίς να διακόπτεται ή να αισθάνεται πως τα λεγόμενα του θα έχουν αρνητικές επιπτώσεις γι' αυτόν. Ο νοσηλευτής με τη σειρά του θα πρέπει να ακούει στωικά και με ιδιαίτερη προσοχή, να αφήνει τον ασθενή να ολοκληρώσει τις σκέψεις του και να δίνει σημασία σε όλα τα σημάδια επικοινωνίας λεκτικά και μη. Όπως ήδη αναφέρθηκε, η ενεργητική ακρόαση είναι μια επένδυση στη θεραπευτική σχέση και τη δημιουργία ενός περιβάλλοντος εμπιστοσύνης και ασφάλειας που επιτρέπει στους νοσηλευτές ψυχικής υγείας να κάνουν ακριβείς νοσηλευτικές διαγνώσεις, ορθή αξιολόγηση των αναγκών του ασθενή και να εφαρμόσουν τελικά ένα εξατομικευμένο πλάνο φροντίδας για τον ψυχικά πάσχοντα [26, 1].

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Η ποιοτική επικοινωνία με τον ασθενή είναι κυριολεκτικά το άλφα και το ωμέγα στη θεραπευτική σχέση, καθώς, χάρις αυτής συλλέγονται όλες οι σωστές αλλά και οι χρήσιμες πληροφορίες, στις οποίες βασίζεται η ανίχνευση και η αξιολόγηση των αναγκών του ασθενούς, όπως επίσης και ο σχεδιασμός και η εφαρμογή ενός

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Kneisl C, Wilson H, Trigoboff E, Σύγχρονη νοσηλευτική ψυχικής υγείας, Εκδόσεις Έλλην, Αθήνα 2009.188- 208

εξατομικευμένου πλάνου φροντίδας του νοσηλευτή ψυχικής υγείας. Η ενσωμάτωση και η χρήση της ενεργητικής ακρόασης στη καθημερινή επαφή με τον ασθενή του παρέχει την ευκαιρία να εξωτερικεύσει τις σκέψεις και τις ανησυχίες του και φυσικά του αφήνει την εντύπωση πως απέναντι του έχει έναν ακροατή ο οποίος τον παρακολουθεί με προσοχή και ενδιαφέρον, κερδίζοντας με αυτόν τον τρόπο την εμπιστοσύνη του. Στηρίζει την ορθή οικοδόμηση της θεραπευτικής σχέσης επιτρέποντας στον ασθενή να διαπιστώσει ότι ο νοσηλευτής ψυχικής υγείας δείχνει γνήσιο ενδιαφέρον για την κατάσταση αλλά και για την πορεία της υγείας του. Τέλος, βοηθά το νοσηλευτή να καταρτίσουν από κοινού το πλάνο φροντίδας και να θέσουν ρεαλιστικούς στόχους [26, 27].

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Έχουμε περάσει πλέον στην εποχή στην οποία οι πάσχοντες από κάποιο ψυχικό νόσημα απαιτούν όλο και περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τη νόσο τους και η τωρινή κουλτούρα του υγειονομικού μας συστήματος προωθεί την ενεργό συμμετοχή των ασθενών στις αποφάσεις σχετικά με τη φροντίδα τους. Η επικοινωνία μεταξύ του νοσηλευτή και του ασθενούς έχει πλέον υπερβεί το αρχικό στάδιο της απλής συλλογής πληροφοριών στην προσδευτική οικοδόμηση μιας βαθύτερης και ουσιαστικής σχέσης με επίκεντρο τον ασθενή και τις ποικίλες δράσεις οι οποίες διασφαλίζουν την ποιότητα της φροντίδας του. Η δημιουργία, η ανάπτυξη και η χρήση των επικοινωνιακών δεξιοτήτων από τη πλευρά των νοσηλευτών ψυχικής υγείας είναι αδιαμφισβήτητα απαραίτητα και ζωτικής σημασίας για την άρτια και αποτελεσματική άσκηση του νοσηλευτικού επαγγέλματος.

2. College of Nurses of Ontario. Standard for the therapeutic nurse-client relationship and registered nurses and registered practical nurses in Ontario. College of Nurses of Ontario. Ontario 1999.3-11
3. Spiers AJ, Wood A. Building a Therapeutic Alliance in Brief Therapy: The Experience of Community Mental Health Nurses. *Arch Psychiatr Nurs.* 2010;24:373-386
4. Scanlon A. Psychiatric Nurses Perceptions of the Constituents of the Therapeutic Relationship: A Grounded Theory Study. *J Psychiatr Ment Health Nurs.* 2006;13:319-329.
5. O'Brien, L. Nurse-Client Relationships: The Experience of Community Psychiatric Nurses. *Aust N Z J Ment Health Nurs.* 2000;9: 184-194.
6. Moyle W. Nurse-patient relationship: A dichotomy of expectations. *Int J Ment Health Nurs.* 2003; 12:103-109.
7. Webb L. *Nursing: Communication skills in practice.* Oxford University Press. Oxford, 2011:3- 19.
8. Beeber LS. Treating depression through the therapeutic nurse-client relationship. *Nurs Clin North Am.* 1998; 33:153-172.
9. Peplau HE. *Interpersonal relations in nursing.* G. P. Putnam & Sons. New York 1952:270-315
10. Gardner A. Therapeutic friendliness and the development of therapeutic leverage by mental health nurses in community rehabilitation settings. *Contemp Nurse.* 2010; 34:140-148.
11. Registered Nurses Association of Ontario. *Establishing therapeutic relationships.* Registered Nurses Association of Ontario. Toronto 2006.11:15
12. Spiers JA. Wood A. Building a therapeutic alliance in brief therapy: The experience of community health nurses. *Arch Psychiatr Nurs.* 2010;24: 373-386.
13. Ραγιά Α. Νοσηλευτική ψυχικής υγείας, Ψυχιατρική νοσηλευτική, 4^η Έκδοση βελτιωμένη ,Αθήνα 2004: 111-162
14. Fox S. *Relating to Clients,* Jessica Kingsley Publishers, London 2008.
15. Μούγια Β. Επικοινωνία: Διαπροσωπικές σχέσεις και νοσηλευτής. Στο Παπαγεωργίου - Βασιλοπούλου Α. Ψυχική υγεία και νοσηλευτική επιστήμη - Σύγχρονες τάσεις. Ιατρικές εκδόσεις Βήτα. Αθήνα. 2012:19-26
16. Kourkouta L., Barsamidis K., Lavdaniti M. Communication skills during the clinical examination of the patients. *Prog Health Sci.* 2013; 3:119-122.
17. Κυριακίδου Ε, Κοινοτική Νοσηλευτική. Εκδόσεις Τάβιθα. Αθήνα 2004:103-157.
18. Σαπουντζή Δ. Χρόνια ασθένεια και νοσηλευτική φροντίδα ,Μια ολιστική προσέγγιση. Εκδόσεις Έλλην .Αθήνα 2004: 103- 111.
19. Bach S , Gran A. *Communication and Interpersonal Skills for Nurses.* Learning Matters Ltd. U.K 2009: 8- 23.
20. Gosbee, J. (1998). Communication among health professionals. *BMJ.* 1998; 316: 642.
21. Koch T, Marks J, Tooke E. Evaluating a community nursing service: Listening to the voices of clients with an intellectual disability and/or their proxies. *J Clin Nurs.* 2001; 10:352-363.
22. Webster D. Using Standardized Patients to Teach Therapeutic Communication in Psychiatric Nursing. *Clinical Simulation in Nursing.* 201;10:81-86
23. Gidman J .Listening to stories: Valuing knowledge from patient experience. *Nurse Educ Pract.* 2013; 13: 192-196.
24. Crabb J, Razi E. *Essential Skills for Mental Health Care Basic Needs.* Ghana: Basic Rights; 2007: 14- 22.
25. Stickley T, Freshwater D. The art of listening in the therapeutic relationship. *Mental health practice.* 2006; 9:12.

26. Chapman, Kimberly B. Improving Communication among Nurses, Patients, and Physicians. *Am J Nurs* .2009;109:21-25.
27. Cusack E , Killoury F. A Vision for Psychiatric/Mental Health Nursing- A shared journey for mental health care in Ireland. Office of the Nursing Services Director. Ireland 2012: 93-113

REVIEW

The contribution of active listening to the development of therapeutic relationship in mental health nursing

E. Fradelos, Ch. Staikos

RN, Psychiatric Hospital of Attica "Dafni"

ABSTRACT

Introduction: Most of all social relations nowadays are mainly in the superficial level . During the healing process the relationship which is developed between the nurse and the patient is significant .

The purpose of this literature review is to explore and highlight the necessity and importance of the establishment of the therapeutic relationship between nurse and patient in the context of mental health.

The methodology followed in this study was a literature review of books and articles concerning the subject and it was conducted with an online search on international databases such as heal-link, pubmed, scopus Medline, Cinahl and Iatrotek. Keywords that were used were: active listening, communication, therapeutic relationship, mental health nursing.

Results: The active listening can be described as a dynamic and interactive process which requires the use of all senses and includes a variety of contact skills such as attention, understanding, empathy and simultaneous assessment of verbal and non- communication. The therapeutic relationship can be described as the foundation of mental health as the progressive change of the patient's attitude towards his disease, changes in behavior and with a future perspective . The therapeutic relationship fueled by kindness, friendliness energetic , objectivity , sense of humor, and in general the positive approach from the side of the nurse .

Conclusions: The implementation and use of active listening in everyday contact with the patient provides the opportunity to externalize their thoughts and concerns , and of course gives the impression that the nurse has a listener who watches him with attention and interest . Supports the development of the therapeutic relationship allowing the patient to establish that the mental health nurse shows genuine concern for the state and for the state of his health.

Keywords: active listening, communication, therapeutic relationship, mental health nursing.

Citation:

E. Fradelos, Ch. Staikos. The contribution of active listening to the development of therapeutic relationship in mental health nursing. *Scientific Chronicles* 2013;18(4): 213-219