

DESARROLLAR HABILIDADES

Preguntas de ejemplo para conocer a un bombero

A continuación se presentan el tipo de cosas sobre las que hay que tener curiosidad cuando se conoce a un bombero. Estas preguntas pueden ser formuladas por el terapeuta (acceso directo) o por el propio cliente (comunicación interna).

Una buena manera de empezar es con la simple pregunta “¿Qué te gustaría que supiera de ti?”

- ¿A qué te dedicas? ¿Qué clase de cosas dices por dentro?
- ¿Las otras partes te hacen pasar momentos difíciles? ¿Y otras personas?
- ¿Cómo intentas ayudar?
- ¿A qué estás reaccionando, que te genera tanta urgencia?
- Parece muy importante para ti responder de manera extrema. ¿Puedes contarme más sobre esto?
- ¿Qué temes que pasaría si no hicieras lo que haces?
- ¿Cuándo asumiste este trabajo? ¿Qué estaba pasando en ese entonces?
- ¿Qué pudo haber pasado entonces si no hubieras tomado el mando?
- ¿Cuántos años crees que tiene (nombre del cliente)?
- ¿Qué más te gustaría que entendiéramos sobre ti?
- ¿Cómo te sientes al hacer este trabajo? ¿Qué coste ha tenido?
- ¿Estás protegiendo a más de una parte, o incluso a todo el sistema?
- Si fuera posible cuidar la vulnerabilidad a la que estás reaccionando para que no fuera tan vulnerable, ¿te gustaría eso?
- ¿Hay algo que preferirías hacer en vez de lo que haces, si internamente sintieras que todo está seguro?
- ¿Te gustaría encontrar una forma más fácil de ser escuchado por (nombre del cliente)?