

„Simontowska metoda walki z chorobą nowotworową”

Dr O. Carl Simonton był amerykańskim lekarzem, onkologiem-radioterapeutą, pionierem psychoonkologii. Podczas studiów na University of Oregon Medical School w Portland badał wpływ czynników psychologicznych na chorobę nowotworową i zauważył, że wielu pacjentów nie korzystało z programów naświetlań nowotworów. Okazało się, że główną przyczyną takich decyzji było poczucie beznadziei, braku wiary w możliwość wyleczenia. Szukając sposobu na poradzenie sobie z tym problemem Carl Simonton natrafił na szkolenia z psychologii motywacyjnej stosowanej w biznesie, w której to biznesmeni wyobrażając sobie pożądany efekt osiągał lepsze wyniki finansowe. W kwietniu 1971 r. zastosował tę technikę po raz pierwszy w pracy z pacjentem, któremu lekarze nie dawali już żadnych szans. Dzięki terapii pacjent szybko wyzdrowiał i nie miał żadnych ubocznych objawów wysokich dawek promieniowania.

W 1973 r. wprowadził pracę z rodzinami pacjentów jako standard w psychoterapii dla chorych na nowotwory. Carl Simonton uważał, że kluczem do zdrowia jest treść naszych myśli i wyobrażeń. Rozwinął techniki zmiany tych myśli w zdrowym kierunku oraz sposoby ćwiczeń wyobraźni, które pozwoliły pacjentom na stanie się ekspertem w używaniu swojej wyobraźni w sposób sprzyjający zdrowiu. Metoda Simontona obejmująca wszystkie sfery życia i oparta o psychoterapię pacjenta i jego najbliższych okazała się skuteczną terapią dla chorych na nowotwory, zwiększyła skuteczność, podniosła procent wyleczeń, zmniejszyła ilość przerzutów. A co najważniejsze poprawiła znaczenie jakości życia chorych i ich najbliższych.

Program terapeutyczny Simontona jest wszechstronnym i spójnym podejściem psychoterapeutycznym odnoszącym się do wielu problemów poprzez pojmowanie zdrowia w sposób całościowy, holistyczny. Uczy jak rozszerzać zdrowy system wsparcia, poznać wzorce radzenia sobie ze stresem, a także dostrzec swoje potrzeby, które ciągle odkładamy na później. Odnosi się do duchowych, filozoficznych i religijnych wyzwań, jakie napotka osoba chora. Pomaga zachować zdrową nadzieję na wszystkich etapach życia i leczenia; zmienia na korzystne nastawienie chorego do leczenia, a także skłania do aktywnego zaangażowania się w cały proces leczenia.

Ogólnopolska Organizacja Kwiat Kobiecości

ul. Kasprówicza 16, 01-871 Warszawa, tel.: 022 832 24 06
Bank BPH oddział w Warszawie, ul. Nowogrodzka 50
NR 26 1060 0076 0000 3200 0124 9403

www.kwiatkobiecosci.pl

Carl Simonton mawiał: „ *Nie możemy pozwalać, by to, czego jeszcze nie wiemy, powstrzymywało nas przed zastosowaniem tego, o czym już wiemy*”.

Osobom, które chciałyby zagłębić się w podejście terapeutyczne doktora O. Carl'a Simonton'a do chorób nowotworowych polecam książki:

- O. Carl Simonton, Reid Henson „*Jak żyć z rakiem I go pokonać*”
- O. Carl Somonton „*Triumf życia*”