



PRESIDENZA DEL CONSIGLIO DEI MINISTRI
Ministro per la Cooperazione Internazionale e l'Integrazione
Dipartimento Politiche Antidroga

Ascolto, orientamento, motivazione al cambiamento e mantenimento nel counseling educativo motivazionale



Obiettivi della presentazione

- 1) Il counselor degli adolescenti - le competenze
- 2) Obiettivi e metodi del counselling educativo motivazionale con gli adolescenti
- 3) Il profilo motivazionale
- 4) Gli stili relazionali
- 5) Le credenze



Intervento intensivo: counselling motivazionale educativo





Counseling educativo motivazionale

Modificazione potenziamento dei fattori protettivi del ragazzo e dell'ambiente in cui vive:



Favorire l'espressione e la comprensione delle emozioni (proprie e dell'altro) tramite strategie razionali-emotive



Favorire supporto psico-emotivo (tecniche di ristrutturazione cognitiva)



Favorire riduzione dell'ansia



Favorire la messa in atto di strategie e di comportamenti adattivi (tecniche di problem solving)



Il counselor degli adolescenti



Competenza comunicativa



Ascolto



Empatia



Lavoro sulle resistenze (originate dall'impulsività propria del periodo adolescenziale)



Il counseling educativo motivazionale

Macro obiettivo

“rafforzare le competenze emotive e cognitive, in modo da rendere l'adolescente in grado di costruire proprie abilità (skills) che gli permettano di rielaborare i momenti di difficoltà e di prevenire i fattori di rischio...”





Il counseling educativo motivazionale

1) Abilità personali:

- la capacità di prendere decisioni
- risolvere i problemi

2) Il pensiero creativo e critico

3) La comunicazione efficace

4) La capacità di relazioni interpersonali

5) L'autoconsapevolezza

6) L'empatia

7) La gestione delle emozioni e dello stress





Metodi

L' **efficacia** del Counseling Educativo Motivazionale con gli adolescenti si spiega per

- metodo (**ascolto, riflessività, empatia, domande aperte**)
- Lavora su **ambivalenza, frattura interiore, autoefficacia**
- **bilanciamento continuo del profilo motivazionale** evitando le dispute e i consigli dell' esperto.



La comprensione empatica

“....Sentire il mondo personale del cliente come se fosse il mondo dell'operatore, senza mai perdere la qualità del “come se”, in modo che, chi opera attraverso il counseling, non perda il punto di vista del cliente, altrimenti sarà possibile analizzarlo e valutarlo, ma non capirlo ...”

(Burkard e Knox, 2004)





Profilo motivazionale



Il counselor deve essere capace di cogliere e utilizzare il profilo motivazionale che rappresenta la struttura funzionale del mutamento dinamico di un equilibrio volitivo



Profilo motivazionale





Disponibilità al cambiamento

“Disponibilità a progredire lungo il ciclo degli stadi del cambiamento”

**Riconoscere il
problema, impegnarsi
ad affrontarlo**

**Quanto PRONTO è il
giovane a rivedere il suo
comportamento?**



Frattura interiore

“L’ importanza attribuita al cambiamento e la preoccupazione per lo stato attuale”

**Importanza al
cambiamento e
preoccupazione
per le conseguenze**

**Quanto IMPORTANTE è per
il minore affrontare il suo
cambiamento gestendo la
frattura interiore tra il
disagio e paura di questo e
le aspirazioni future ?**



Autoefficacia

“Riflette la fiducia nella propria capacità di conseguire l’obiettivo”

**Valutare il “profilo
motivazionale”
dell’area problematica
dello specifico
comportamento (non
uso)**

**Quanto è FIDUCIOSO
l’adolescente di saper
affrontare il suo
comportamento? (abilità di
coping percepite)**



Sintesi

Disponibilità al cambiamento, autoefficacia e frattura interiore vanno a delineare il profilo motivazionale che il counselor deve essere capace di cogliere e sul quale deve agire di conseguenza attraverso uno **stile di relazione** specifico





Gli stili relazionali



Stili relazionali che
aumentano i conflitti

Stili relazionali che
tendono ad aumentare la
motivazione a cambiare





Stili relazionali che aumentano le incomprensioni e i conflitti

**Confrontare
le
resistenze**



Consolare

Etichettare



“Confrontare le resistenze”

1. Opporre, disputare (minacciare, dare avvertimenti).
2. “Fare l’esperto” (cercare di persuadere, dare consigli, dare direttive e comandi, fare prediche).



Aumentano le resistenze;
l’adolescente “difende” il
suo comportamento.



- Diminuisce la disponibilità al cambiamento
- Aumentano i Pro del comportamento contestato e i Contro del cambiamento



“Etichettare”

1. Drammatizzare (interpretare)
2. Biasimare (giudicare, criticare)



L'adolescente viene
passivizzato



- Diminuisce l'Autoefficacia
- Aumenta
eccessivamente la Frattura
interiore



“Consolare”

1. Rassicurare, giustificare.
2. Concordare, lodare.



Il problema viene banalizzato e
la Frattura interiore viene
nascosta



Stili relazionali che tendono ad aumentare la motivazione a cambiare

**Non
confrontare**

SOS

**Esprimere
interesse**

**Favorire
l'esame**



Non “confrontare”

1. Non “confrontare” le resistenze.
2. Evitare di giudicare e biasimare.
3. Ascoltare, osservare e restituire riflessivamente ciò che si comprende.



Aiuta il giovane a fare i conti con la propria ambivalenza

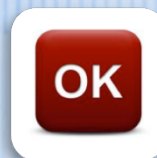
OK

- Le resistenze diminuiscono
- Aumenta la disponibilità al cambiamento
- Aumentano i pro del cambiamento e i contro del comportamento contestato



Esprimere interesse

1. Sostenere, infondere fiducia.
2. Incoraggiare, dare rinforzi positivi.



Cresce l' Autoefficacia, la
fiducia nella riuscita



Favorire l'esame della situazione

Favorire l'esame che il Adolescente può fare dei disagi e dei vantaggi derivanti dalla sua situazione



OK

Viene elaborata la frattura
interiore, per tenerla nel range
efficace



Sintesi

Numerose indicazioni secondo cui il Counseling Motivazionale è particolarmente accettato dai giovani in quanto

- **non è confrontazionale**
- tende a far **emergere gli obiettivi** dal giovane piuttosto che imporre quelli dell'adulto





Credenze: correlazioni a problemi di comportamento

...il ruolo svolto dalle credenze non è da sottovalutare perché sembrano correlate a problemi di comportamento...

Bryant et al., 2003

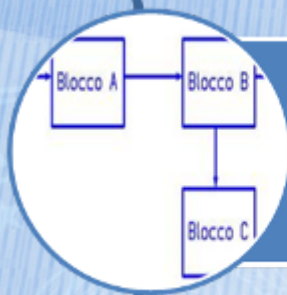




Credenze: definizioni



Convinzioni basate su una verità aprioristica, frutto di un apprendimento o di una elaborazione pseudo filosofica



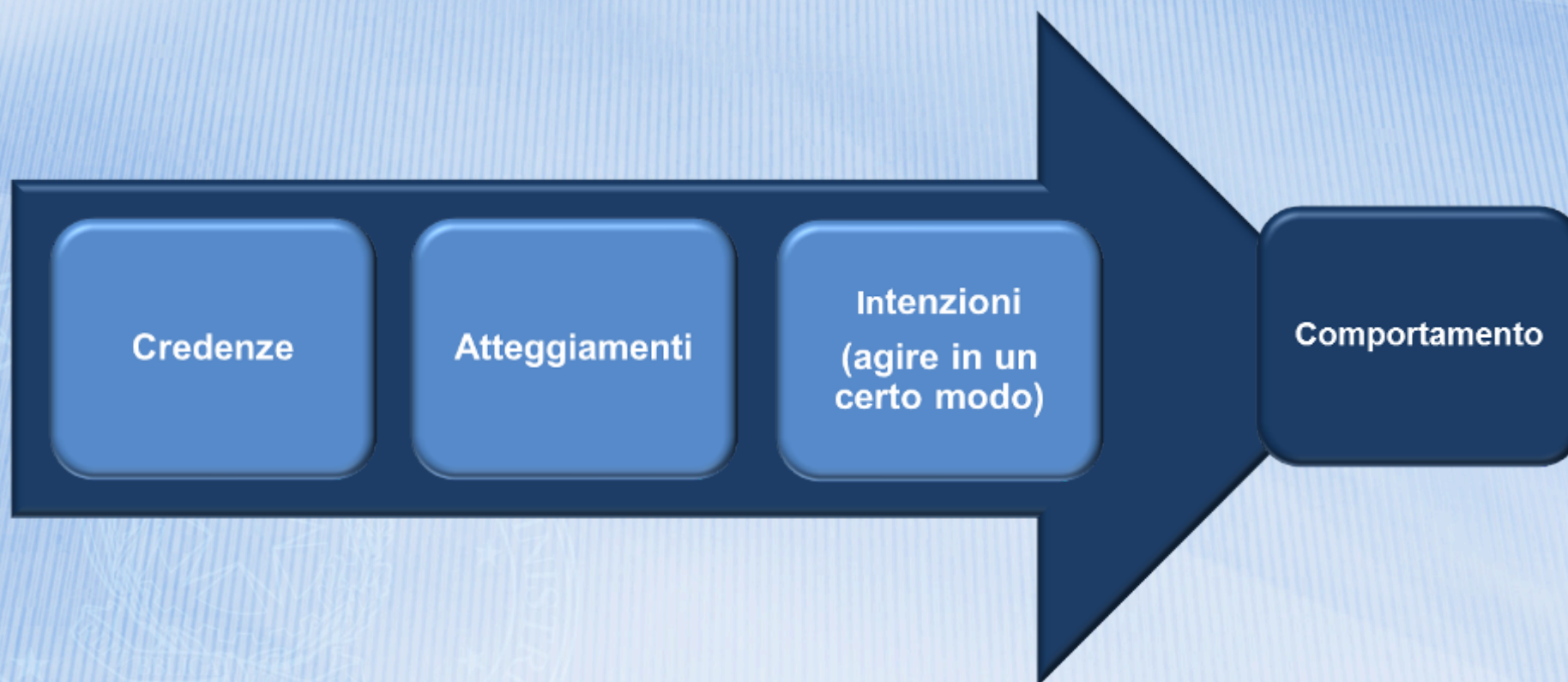
Schemi cognitivi (“strutture») per vagliare, codificare e valutare gli stimoli



Forniscono la cornice concettuale per l'elaborazione dell'esperienza; “condensano e trasformano in cognizioni i dati grossolani” (Beck1967)



Credenze: correlazioni a problemi di comportamento





Credenze: correlazioni a problemi di comportamento

“Ipersoggettività
dei sentimenti” o
“fiaba personale”

Fantasie di
onnipotenza e di
immortalità

in base alla quale
l'adolescente giudica se
stesso e i suoi sentimenti,
speciali ed unici

la percezione della
propria invulnerabilità e
l'ottimismo irrealistico



- proporsi
obiettivi
eccezionali

- ignorare
precauzioni
ragionevoli



Credenze: onnipotenza

La percezione del rischio per se stessi nel consumo di fumo di sigaretta, alcool e droghe potrebbe essere sottovalutata rispetto alla percezione del rischio percepito per un amico, dimostrando il grado elevato di **ottimismo irrealistico**





Credenze: correlazioni a problemi di comportamento

Causalità
positiva
(credenze
ottimistiche sulle
conseguenze al
consumo)

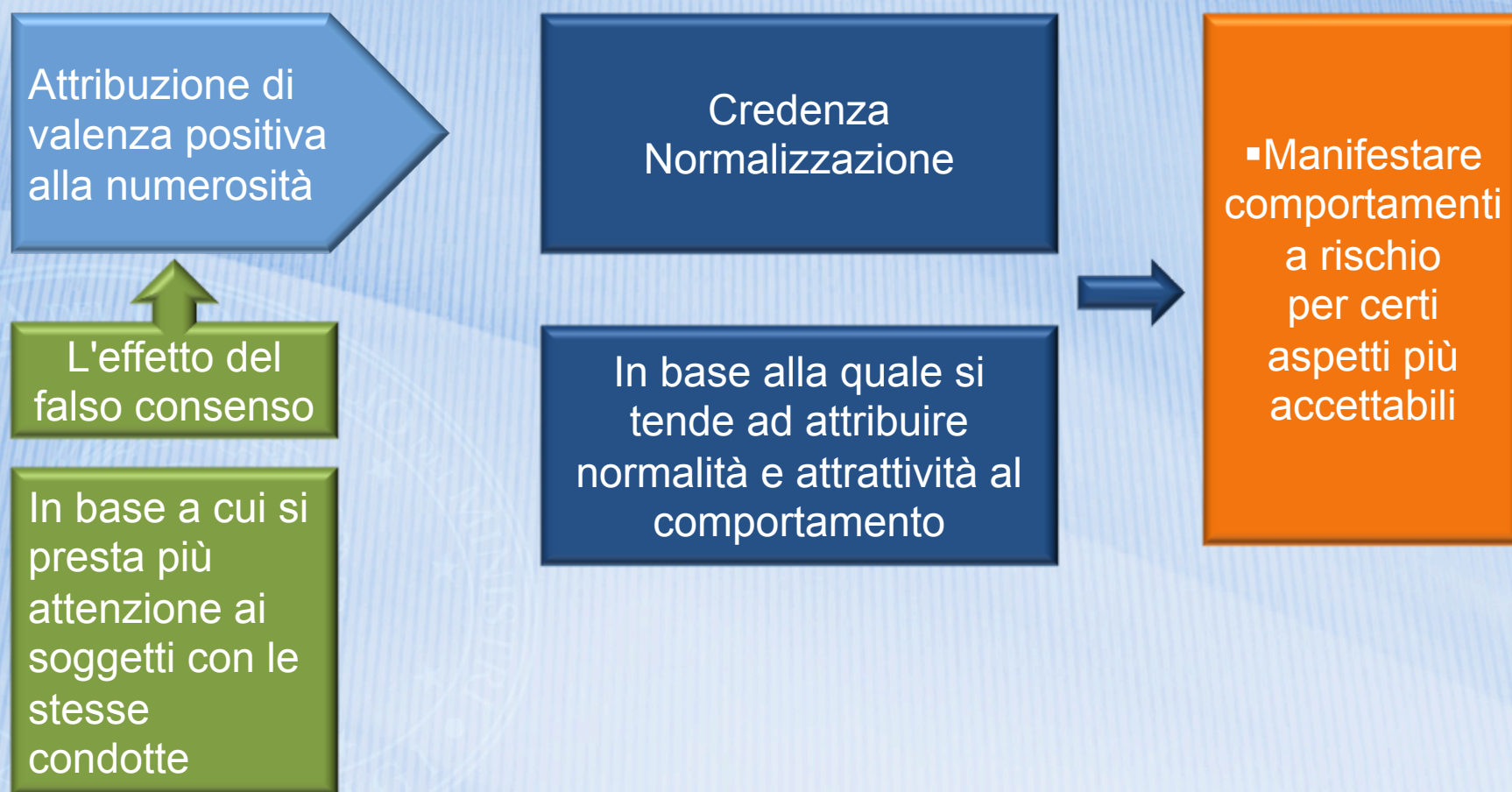
in base alla quale
l'adolescente che non ha
mai sperimentato
conseguenze negative in
relazione alle proprie
esperienze pensa che
non esistano



- manifestare comportamenti a rischio
- rendendoli per certi aspetti più accettabile



Credenze: correlazioni a problemi di comportamento





Credenze: correlazioni a problemi di comportamento

Un altro indicatore di percezione del rischio è il **giudizio di difficoltà a smettere le abitudini consolidate**: è un luogo comune considerare molto facile smettere di fumare sigarette e di bere alcolici





Sintesi 1

- Esprimere empatia
- Cogliere il profilo motivazionale e agire di conseguenza
- Evitare lo scontro sulle resistenze
- Favorire l'espressione dei problemi e delle opinioni
- Fornire feedback non colpevolizzante sulla situazione
- Non puntare a istruire o a rieducare
- Sostenere l'autoefficacia, non spingere a "toccare il fondo"



Sintesi 2

- Evitare atteggiamenti giudicanti, inquisitori, interpretativi
- Evitare consigli prematuri/autoritari
- Fare domande in forma aperta
- Far emergere le credenze
- Ricorrere prevalentemente all' ascolto riflessivo come modalità interattiva
- Proporre opzioni aperte piuttosto che strade obbligate



PRESIDENZA DEL CONSIGLIO DEI MINISTRI
Ministro per la Cooperazione Internazionale e l'Integrazione
Dipartimento Politiche Antidroga

Grazie per l'attenzione