



Scuola di Dinamiche Relazionali e Counselling

1 dicembre 2024

Verso il colloquio di counselling 4/4

Angela Zanini

© Tutti i diritti sono riservati. Qualsiasi riproduzione, anche parziale, senza autorizzazione scritta è vietata.

ATTEGGIAMENTI

1. EMPATIA E COMPrensIONE
2. CONSIDERAZIONE POSITIVA, BENEVOLENZA E ACCETTAZIONE
3. AUTENTICITÀ E TRASPARENZA
4. PRESENZA NEL QUI E ORA
5. ABITARE LA DISTANZA E STARE NELLA RELAZIONE

ABILITÀ

1. ASCOLTARE
2. FARE DOMANDE
3. INTERPRETARE
4. DARE INFORMAZIONI
5. CONFRONTARE
6. GUIDARE

ABILITÀ

- 1. ASCOLTARE:** . silenziosamente e invitando all'espressione
. riformulando: . riformulazione del contenuto
. riformulazione del vissuto
. riformulazione dell'intenzione
. riformulazione della domanda
. riformulazione figura / sfondo
. riformulazione riassuntiva
- 2. FARE DOMANDE:** . domande esplorative: . anamnestiche
. di specificazione
. domande limitative
. domande confrontative
. domande maieutiche
- 3. INTERPRETARE:** . definizione cognitiva: dare un nome
. spiegazione lineare: causa-effetto
. interpretazione riduzionistica: svelare il significato
. interpretazione costruttivista: svelare la finalità
. interpretazione metaforica: evocare un'immagine

ABILITÀ

- 4. DARE INFORMAZIONI:** . preparare e introdurre
. spiegare e educare
. fornire soluzioni e consigli
. raccontare
- 5. CONFRONTARE:** . evidenziare contraddizioni, discrepanze, distorsioni e giochi
. esplicitare le conseguenze
. parlare di sé
. feedback e restituzioni: . feedback negativi
. feedback positivi
. restituzioni
- 6. GUIDARE:** . tecniche repressive
. tecniche espressive
. tecniche evocative
. esercizi
. compiti per casa

AUTOBIOGRAFIA DEL CAMBIAMENTO IN 5 BREVI CAPITOLI

I

Cammino per la strada. C'è una buca profonda nel marciapiede. Ci cado.
Sono perduto, non posso farci nulla, non è colpa mia.
Ci vorrà un'eternità per uscirne.

II

Cammino per la stessa strada. C'è una buca profonda nel marciapiede.
Fingo di non vederla. Ci ricado. Non riesco a credere di essere nello stesso posto.
Non è colpa mia. Ci vuole ancora molto tempo per uscirne.

III

Cammino per la strada. C'è una buca profonda nel marciapiede. La vedo.
Ci cado ancora... è un'abitudine. I miei occhi sono aperti. So dove sono.
È colpa mia. Ne esco immediatamente.

IV

Cammino per la strada. C'è una buca profonda nel marciapiede. La aggiro.

V

Cammino per un'altra strada.

Portia Nelson

INIZIARE IL PROCESSO

1

OBIETTIVO > CREARE LA RELAZIONE



- . ACCOGLIENZA: *Perché sei qui?*
- . DEFINIRE L'OBIETTIVO: . *Cosa vuoi ottenere?*
. *Come ti accorgerai che avrai raggiunto l'obiettivo?*
- . DEFINIRE IL CONTRATTO
- . STABILIRE ALLEANZA OPERATIVA

ATTEGGIAMENTI > TUTTI

- ABILITÀ > . ASCOLTARE: . silenziosamente e invitando all'espressione
- . riformulando: . riformulaz. del contenuto . riformulaz. della domanda
. riformulaz. del vissuto . riformulaz. figura / sfondo
. riformulaz. dell'intenzione . riformulaz. riassuntiva
 - . FARE DOMANDE: . domande esplorative: . anamnestiche
. di specificazione
. domande limitative
. domande confrontative
. domande maieutiche
 - . DARE INFORMAZIONI: . preparare e introdurre
. spiegare e educare
. fornire soluzioni e consigli
. raccontare

DEFINIRE IL PROBLEMA

2

OBIETTIVO > CENTRARE/COMPNDERE IL PROBLEMA



- . QUAL È IL PROBLEMA DAL P. DI V. DEL CLIENTE? (chiedere anche le tentate soluzioni)
- . COSA DESIDERA IL CLIENTE? *Cosa desideri rispetto a questo obiettivo?*
- . COSA SI ASPETTA IL CLIENTE DA ME? *Che aspettative hai? Cosa mi chiedi? Cosa posso fare per te?*
- . QUAL È IL PROBLEMA DAL MIO P. DI V.?
- . QUAL È LA MIA POSIZIONE?

ATTEGGIAMENTI > TUTTI Particolare attenzione a non finire in confluenza

- ABILITÀ > . ASCOLTARE: . silenziosamente e invitando all'espressione
- . riformulando: . riformulaz. del contenuto . riformulaz. della domanda
. riformulaz. del vissuto . riformulaz. figura / sfondo
. riformulaz. dell'intenzione . riformulaz. riassuntiva
 - . FARE DOMANDE: . domande esplorative: . anamnestiche
. di specificazione
. domande limitative
. domande confrontative
. domande maieutiche

RIDEFINIRE IL PROBLEMA

3

OBIETTIVO > CAMBIARE IL PUNTO DI VISTA



- . DA QUALE ALTRA ANGOLATURA POSSIAMO GUARDARE QUESTO PROBLEMA?
- . CHE COSA PUÒ CAMBIARE LA SUA PERCEZIONE?

ATTEGGIAMENTI > TUTTI

- ABILITÀ > TUTTE In particolare: . ASCOLTARE: . riformulaz. figura / sfondo
- . FARE DOMANDE: . domande confrontative
. domande maieutiche
 - . INTERPRETARE: . definizione cognitiva
. interpretazione costruttivista
 - . DARE INFORMAZIONI: . raccontare
 - . CONFRONTARE
 - . GUIDARE: . tecniche evocative
. esercizi
. compiti per casa

FACILITARE LA RISOLUZIONE DEL PROBLEMA

4

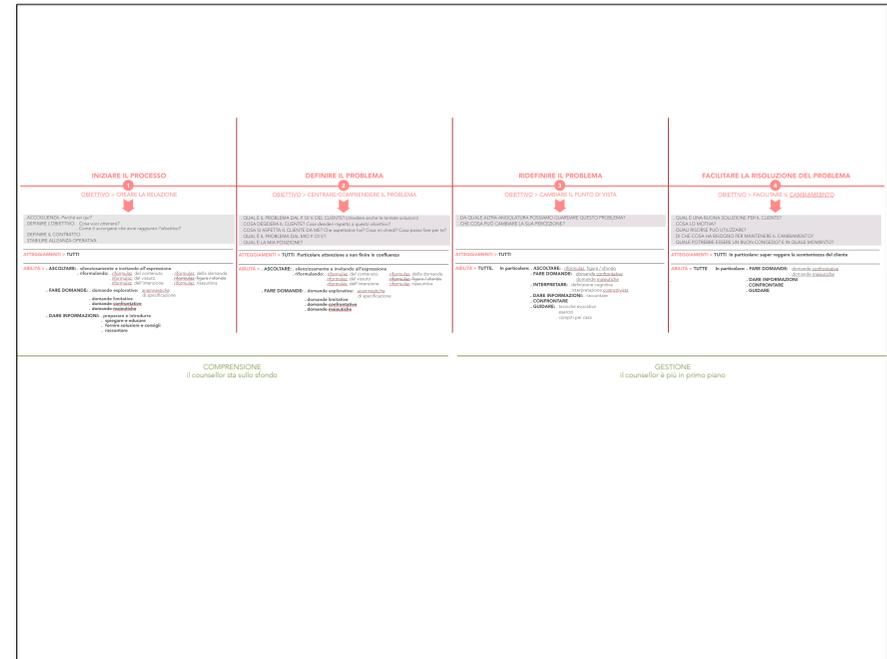
OBIETTIVO > FACILITARE IL CAMBIAMENTO



- . QUAL È UNA BUONA SOLUZIONE PER IL CLIENTE?
- . COSA LO MOTIVA?
- . QUALI RISORSE PUÒ UTILIZZARE?
- . DI CHE COSA HA BISOGNO PER MANTENERE IL CAMBIAMENTO?
- . QUALE POTREBBE ESSERE UN BUON CONGEDO? E IN QUALE MOMENTO?

ATTEGGIAMENTI > TUTTI In particolare: reggere la scontentezza del cliente

ABILITÀ > TUTTE In particolare: . **FARE DOMANDE:** . domande confrontative
 . domande maieutiche
 . **DARE INFORMAZIONI**
 . **CONFRONTARE**
 . **GUIDARE**



Impara tutto sulla musica e sul tuo strumento,
 poi dimentica tutto, sia sulla musica che sullo strumento,
 e suona ciò che la tua anima detta.

Charlie Parker