il Bilanciere
Associazione Nazionale Consulenti della persona, della coppia e della famiglia

Notiziario de "Il Bilanciere"

Numero 3
Gennaio 2023

METODOLOGIA NELLA RELAZIONE D'AIUTO

di Francesca Frangipane

L'obiettivo è la motivazione sottostante al desiderio di risolvere il problema

L'obiettivo nel contratto.

Per raggiungere l'obiettivo che ha portato la persona a chiedere di iniziare un percorso è necessario porsi la domanda: quale è il bisogno insoddisfatto?

Una volta identificato è opportuno che venga "stipulato un contratto" tra il consulente della persona, della coppia e della famiglia ed il cliente, la cui finalità è quella di rendere visibile e sempre verificabile la corrispondenza del cammino che si sta facendo con ciò che è riportato.

L'obiettivo contenuto nel contratto ha come finalità quella di attivare l'Adulto; definire chiaramente un obiettivo specifico consente di reagire ogni volta che durante il percorso di relazione d'aiuto il cliente si accorge di mettere in atto proprio il comportamento che si è impegnato a modificare.

L'OBIETTIVO

L' obiettivo è contenuto nel contratto, è una delle parti del contratto ed ha tre elementi costitutivi:

1. il comportamento da cambiare (es. modificare il modo di fare attività fisica)
2. condizioni in cui avverrà il cambiamento (es. modificare il modo di allenarsi: per esempio solo la sera o solo nella pausa pranzo)
3. la misura/livello in cui deve avvenire il cambiamento (es. non passare immediatamente a due ore di allenamento al giorno ma gradualmente) meta raggiungibile.

Compito del professionista è tradurre disagi in obiettivi determinati esempio:

- "sono timido" descrive una caratteristica e non il modo in cui vive la situazione
- "voglio andare alle interrogazioni senza impaurirmi" è il modo in cui cambiare la caratteristica.

Procedendo nella consulenza alla persona si esplora la natura del problema e si dovrebbe chiarire il tipo di obiettivo adatto a risolverlo. In questo modo ci si muove verso l'individuazione di comportamenti specifici che possono avvicinare alla soluzione del problema. Stabilito l'obiettivo finale si cercano dei sotto obiettivi.

Un buon obiettivo deve essere espresso in modo di rispondere ai seguenti quesiti:

1. chi/cosa è coinvolto nell'obiettivo
2. cosa dovrà fare la persona per raggiungere l'obiettivo
3. come e perché deve farlo
4. dove e quando deve farlo
5. quali risultati concreti devono essere raggiunti perché sia chiaro che l'obiettivo è stato raggiunto

PROBLEMA:

Cliente: "sono deluso perché non riesco ad avere un buon rapporto con i miei genitori"

OBIETTIVO:

- chi o cosa	- cliente e genitori
- cosa dovranno fare	- avere un rapporto migliore
- come e perché	- dare risposte precise per migliorare il dialogo
- dove e quando	- a casa durante i pasti
- quali risultati	- minimo 6 risposte

COMUNICAZIONE DELL'OBIETTIVO AL CLIENTE:

Vuoi avere un buon rapporto con i genitori? (comportamento).
Ad esempio aumentare il numero di risposte pertinenti durante i pasti (risultato).

Obiettivo = risultato di una serie di analisi che facilitano l'assunzione di decisioni.

Francesca Frangipane, consulente della persona, della coppia e della famiglia, mediatrice familiare, membro del Consiglio Direttivo dell'Associazione "Il Bilanciere"