

**UNIVERSITATEA DE STUDII EUROPENE
DIN MOLDOVA**

MICLEUȘANU Zinaida CUZNEȚOV Larisa

BAZELE CONSILIERII

Ghid metodologic

CHIȘINĂU, 2015

CZU 37.048.2(072)

M- 65

Ghidul metodologic a fost aprobat pentru editare de Senatul
Universității de Studii Europene din Moldova, procesul verbal nr. 4
din 26.01.2015

Autori:

Micleușanu Zinaida, master în Științe ale educației, specializarea: Consilierea și educația familiei, drd, lector universitar.

Cuznețov Larisa, doctor habilitat în pedagogie, profesor universitar UPS *Ion Creangă*.

Recenzenți:

1. **Mândăcanu Virgil**, dr. hab., prof. univ., UPS *Ion Creangă* din Chișinău
2. **Platon Carolina**, dr. hab., prof univ., USM
3. **Calaraș Carolina**, dr. conf. univ., UPS *Ion Creangă* din Chișinău

Descrierea CIP a Camerei naționale a Cărții

Bazele consilierii/Universitatea de Studii Europene din Moldova, Micleușanu Zinaida, Cuznețov Larisa, Chișinău, Ghid metodo-logic, 128 pag.

200 ex.

ISBN ISBN: 978-9975-110-24-2

ISBN ISBN: 978-9975-110-24-2

CUPRINS

I. INTRODUCERE	4
II. CADRU CONCEPTUAL	6
III. OBIECTIVE SPECIFICE CURSULUI	7
IV. UNITĂȚI DE CONȚINUT	
TEMA 1. Consilierea – repere conceptuale	9
TEMA 2. Excurs istoric în evoluția consilierii	20
TEMA 3. Scopurile și obiectivele consilierii.....	38
TEMA 4. Principiile, funcțiile și etapele consilierii.....	43
TEMA 5. Personalitatea consilierului.....	48
TEMA 6. Relația <i>consilier – beneficiar</i> ca fundament metodologic al activității eficiente de consiliere.....	57
TEMA 7. Fundamente praxiologice: metodologia și tehnologia consilierii	61
TEMA 8. Tipurile de consiliere și specificul lor.....	71
V. ANEXE:	
ANEXA 1. Studii de caz	84
ANEXA 2. Activitatea individuală.....	92
ANEXA 3. Tematica referatelor	94
ANEXA 4. Subiectele pentru examen la <i>Bazele consilierii</i>	96
ANEXA 5. Tehnologia consilierii ontologice complexe a familiei. Documentarea procesului de consiliere (Larisa Cuznețov).....	97
VI. REFERINȚE BIBLIOGRAFICE	124

I. INTRODUCERE

Ghidul metodologic la disciplina *Bazele consilierii* reprezintă un îndrumar cu caracter teoretico-aplicativ destinat studenților de la ciclul I/ Licență. Disciplina respectivă este axată pe dezvoltarea studenților într-un domeniu de mare actualitate a teoriei și practicii psihologice: consilierea persoanelor și a grupurilor umane de diferite vârste și statut social. Consilierea psihologică și cea psihopedagogică sunt utile și importante pentru diverse probleme ce țin de familie, societate, relaționare profesională, dar și în soluționarea problemelor privind identitatea persoanei. Consilierea reprezintă o intervenție psihologică și/sau psihopedagogică în scopul optimizării autocunoașterii și dezvoltării personale și/ sau în scopul prevenției și remedierii problemelor emoționale, cognitive și a devianțelor de comportament, inclusiv dificultăților școlare. Cursul *Bazele consilierii* este centrat pe formarea competențelor profesionale prin soluționarea următoarelor obiective generale:

dezvoltarea competențelor de desfășurare a activității de consiliere individuală și de grup (în cabinete psihologice, spitale, școli și instituții publice, de ocrotire, de asistență, de detenție, în unități militare și alte domenii specifice);
eficientizarea capacității de autocunoaștere și autoevaluare privind inserția socială, activitatea profesională; relaționa-rea și comunicarea familială a persoanei;
formularea competențelor de evaluare a pertinentei personale și/sau a grupului consiliat pentru a concepe și aplica strategii de intervenție psihopedagogică adecvate, ce vor stimula inițiativa și căutarea noului, preocuparea pentru cultivarea morală și intelectuală;
dezvoltarea spiritului de inițiativă, creativitate și preocupare pentru respectarea, normelor etice și deontologice profesionale.

Ghidul metodologic la disciplina *Bazele consilierii* reprezintă un auxiliar teoretico-metodologic pentru studenți. El se axează pe formarea competențelor la cele trei niveluri comportamentale, cu grad divers de complexitate: *cunoaștere, aplicare, integrare*. Competențele la nivelul de *cunoaștere* presupun pașii de achiziționare și acumulare a cunoștințelor teoretice; formarea bazei conceptuale în domeniul respectiv. Competențele la nivel de *aplicare*, presupun formarea abilităților specifice disciplinei vizate, inclusiv dezvoltarea capacităților și atitudinilor. Competențele la nivel de *integrare* presupun formarea capacității de transfer a cunoștințelor teoretice și a abilităților practice în variate situații de viață, anticiparea și depășirea situațiilor de problemă; manifestarea atitudinii personale față de activitatea de consiliere.

II. CADRU CONCEPTUAL

Oportunitatea cursului *Bazele consilierii* derivă din necesitatea formării competențelor profesionale de educație și consiliere a adulților și copiilor. Cursul este axat pe elucidarea conceptelor, teoriilor, principiilor și a tehnologiilor din domeniul psihologiei, pedagogiei, terapiilor integrate, consilierii psihopedagogice. Elaborarea cursului a fost realizată în baza unui sistem de principii și criterii de natură pedagogică, psihologică, logică, axiologică, fiziologică, psihosocială și ergonomică. Principiul esențial de constituire și valorificare a cursului rezidă în îmbinarea caracterului informativ și formativ cu realizarea inter-, pluri- și transdisciplinarității în contextul paradigmei cognitiv-construc-tiviste. Activitatea de consiliere presupune un demers educațional-formativ centrat pe valorificarea capacităților și disponibilităților individuale ale persoanei. Ea are menirea să faciliteze învățarea unor competențe și deprinderi care îi vor asigura persoanei/adulților și copiilor, adaptarea permanentă la solicitările realității printr-o schimbare evolutivă. În contextul consilierii vor fi valorificate ambele dimensiuni ale consilierii psihopedagogice: consilierea psihologică și consilierea pedagogică, deoarece problemele cu care se confruntă adulții, realizând unul dintre cele mai importante roluri sociale, cel de părinți, presupun posedarea unui ansamblu de competențe care i-ar face eficienți în această calitate. Copiii și adolescenții dobândesc prin intermediul consilierii abilități și deprinderi de autoeducație și autoperfecționare, inclusiv, competențe de organizare-urmare a unui mod demn și sănătos de viață.

III. OBIECTIVE SPECIFICE VS COMPETENȚE

La finele studierii cursului, *Bazele consilierii*, studenții vor poseda următoarele **competențe** și vor fi capabili:

La nivel de cunoaștere:

să identifice conceptele de bază: asistență și consiliere; consilierea psihologică; consilierea psihopedagogică/ educațională; psihoterapia.

să explice evoluția istorică a conceptului de consiliere;

să caracterizeze obiectivele și scopurile consilierii;

să analizeze principiile și funcțiile consilierii;

să caracterizeze etapele procesului de consiliere;

să identifice metodele aplicate în consiliere;

să reproducă tipurile de consiliere, în corelație cu specificul problemei/ dificultății.

La nivel de aplicare:

să determine esența și specificul consilierii psihologice, consilierii psihopedagogice și a psihoterapiei;

să argumenteze specificul relației de consiliere;

să elaboreze strategii de consiliere psihologică și consiliere psihopedagogică;

să estimeze modul de selectare și aplicare a metodelor în procesul consilierii;

să structureze ședințe de consiliere în funcție de tipul dificultății.

La nivel de integrare:

să delimiteze esența consilierii psihologice, consilierii psihopedagogice și a psihoterapiei;

să definească structura etapelor procesului de consiliere;

să stabilească obiectivele și scopurile consilierii (psihologice și psihopedagogice);

să caracterizeze personalitatea consilierului;

să valorifice relația consilier – beneficiar ca fundament al activității/ eficiente de consiliere;
să stabilească criterii de evaluare a calității consilierii;
să estimeze transferul cunoștințelor teoretice la nivelul formării competențelor speciale de consiliere.

***Notă:** Este necesar să avem în vedere că la intrarea în procesul de instruire, cadrul didactic proiectează și valorifică obiective, iar la ieșirea din procesul de instruire – se obțin competențe.*

IV. UNITĂȚI DE CONȚINUT

TEMA 1. CONSILIEREA: REPERE CONCEPTUALE

- 1.1. Consilierea – delimitări conceptuale;
- 1.2. Consilierea psihopedagogică – componentă esențială a formării personalității umane.
- 1.3. Consilierea psihologică și psihoterapia.

1.1. Consilierea – delimitări conceptuale

Consilierea ca demers acțional realizat de psiholog/ consilier, reprezintă un proces specializat de *sfătuire, susținere, orientare* a persoanelor aflate în dificultate. Dicționarul explicativ al limbii române, coordonat de acad. **Cotoeanu I., dr. Seche L., dr. Seche M.**, [6, p. 298], definește consilierea ca fiind un *proces de sfătuire*. În contextul unei perspective de maximă generalitate putem spune că *consilierea* constituie un instrument indispensabil al psihologului, pedagogului, asistentului social și a oricărei persoane ce posedă o vastă experiență de viață.

Wallis J. (1978) definește consilierea ca fiind *un dialog în care o persoană ajută pe alta care are dificultăți semnificative* [Apud 27]. Cercetătorul **Gustad J. W.** consideră consilierea ca fiind *un proces de orientare – învățare care se desfășoară în spațiul realității create între două persoane, cuplu în care sfătuitorul cu competență în probleme psihologice, oferă clientului său metode adecvate nevoilor acestuia, în raport cu contextul evenimentelor vieții, stabilindu-se, în acest fel, un program personal* [Apud 27, p.286] de depășire a dificultăților și armonizare a eu-lui.

Inskipp F. și John H. (1984) menționează că *consilierea este o cale de a relaționa și de a răspunde unei alte persoane, pentru ca aceasta să fie ajutată să-și exploreze gândurile, emoțiile și comportamentul în direcția câștigării unei înțelegeri de sine mai clare și*

pentru a învăța să găsească și să utilizeze părțile sale mai tari/ resursele, astfel, încât să se poată confrunta cu viața mai eficient, luând decizii adecvate și acționând corespunzător [Apud 27].

După cum am putut observa, consilierea este un proces complex ce cuprinde o arie foarte largă de intervenții, care impun o pregătire profesională de specialitate. În esență, conceptul de consiliere denotă o relație interumană axată pe ajutor, realizată de o persoană specializată/ consilierul, și o altă persoană, care solicită asistență specială – beneficiarul (Egan, 1990). Relația dintre consilier și persoana consiliată este una de alianță, de participare și colaborare reciprocă (Ivey, 1994) [Apud 38].

În cadrul consilierii operăm cu conceptele cunoscute din psihologie, sociologie, pedagogie însă folosim și unele concepte și categorii științifice speciale, ca de exemplu: termenii *asistență* și *consiliere*. Acestea au origine latină. **Consiliere**, *consilium* înseamnă *sfătuire, îndrumare*. Termenul **asistență** – provine din cuvintele latinești: *assisto, -ere și adsisto, -ere* și, care, semnifică *a fi alături de cineva, a-i acorda ajutor în rezolvarea unei probleme, susținere a unei persoane*.

În teoria și practica vieții sociale sunt valorificate mai multe tipuri de asistență: *asistența medicală; asistența socială; asistența psihologică*.

La fel, consilierea, după criteriul *necesităților beneficiarului*, poate fi de mai multe tipuri:

Consilierea medicală, care include procesul și acțiunile referitoare la asigurarea condițiilor adecvate de creștere și dezvoltare biofiziologică a organismului uman, de menținere a unei stări optime de funcționalitate și sănătate a acestuia. Consilierea medicală este realizată de personalul specializat, medici și asistenți medicali;

Consilierea socială, care reprezintă ansamblul de măsuri și acțiuni de sprijin acordate persoanelor social-vulnerabile. Astfel de probleme sunt de competența asistenților sociali și intră în responsabilitatea autorităților publice;

Consilierea religioasă, care reprezintă un sprijin, ajutor și îndrumare acordat acelor persoane care, necesită asistență spirituală, religioasă. Consilierea religioasă este realizată de preoți și consilieri pe probleme teologice;

Consilierea psihologică, care reprezintă sprijinul și ajutorul acordat acelor persoane care, în anumite momente ale existenței lor, au dificultăți în adaptarea la solicitările vieții, manifestate prin disfuncționalități și dezechilibre ale structurilor lor de personalitate. Consilierea psihologică este realizată de psihologi, consilieri pe probleme psihologice și psihoterapeuți cu competențe specifice.

Un alt tip de consiliere este:

Consilierea psihopedagogică ce constituie sprijinul, ajutorul, orientarea acordată elevilor și părinților acestora, personalului didactic. Consilierea psihopedagogică în mediul școlar, este realizată de psihologul/ consilierul școlar, cadrele didactice, iar în mediul familial, aceasta este realizată de către părinți prin intermediul educării, sfătuirii și orientării propriilor copii.

În consens cu informația prezentată, considerăm oportun să menționăm un tip, relativ nou, de intervenție sociopsihologică, întemeiată, fundamentată și validată științific de către **Cuznețov Larisa**, definită drept *consilierea ontologică complexă a familiei* [8]. Acest tip de consiliere include o dimensiune pluridisciplinară, sociopsihopedagogică și una transdisciplinară – filosofică, care presupune formarea la beneficiari a unei poziții existențiale din perspectivă ontologică, centrată pe unitatea dintre conștiința și conduita morală, autoperfecționarea continuă, spiritualizarea vieții personale și a celei familiale. Beneficiarului i se acordă un astfel de ajutor și susținere ca el să devină apt de a-și soluționa nu numai problemele cu care s-a adresat la consilier, dar și să fie în stare de a anticipa și evita dificultățile ce pot apărea și reechilibra, la necesitate, modul de viață, elaborându-și perspective și strategii existențiale optime.

1.2. Consilierea psihopedagogică – componentă esențială a formării personalității umane (analiza conceptelor în baza cercetărilor lui Dumitru Ion Al. [16])

Consilierea psihopedagogică/ educațională

Consilierea psihopedagogică sau educațională este un tip de intervenție prin care se urmărește sugerarea unui mod de a proceda, a unui mod de comportare ce trebuie adoptat într-o situație dată sau, în general, în viața și activitatea cotidiană. Consilierea psihopedagogică realizează obiective de natură psihologică și pedagogică concomitent. Ea se mai numește și consiliere educațională, deoarece presupune abilitarea oamenilor cu capacități de rezolvare independentă a problemelor prin învățarea modului de a-și modifica cog-nițiile și comportamentele pentru a se adapta solicitărilor, pentru a-și gestiona trăirile afective, a-și rezolva conflictele interioare, a-și îmbunătăți relațiile cu ceilalți, a lua decizii și a-și asuma responsabilități. În sinteză, consilierea psihopedagogică are ca scop să învețe omul a dobândi deprinderi de viați sănătoase, pentru a atinge un nivel optim de funcționare a propriei personalități [16, p.14].

Consilierea psihopedagogică constituie un proces de dezvoltare; are un rol de prevenire și este proactivă; optimizează modul în care elevul relaționează cu părinții, colegii și școala; abordează variate probleme ale subiectului consiliat, care pot fi de tip personal, educațional, social, de orientare școlară și profesională, inclusiv, cele care apar în situații de criză.

Diferențe – misiuni comune între activitățile de instruire – educare și cele de consiliere psihopedagogică/ educaționale:

- Între cele două tipuri de activități educațional-formative nu există diferențe semnificative.
- Ambele au drept obiectiv formarea personalității umane.
- Educatorul/ profesorul și consilierul educațional au ca misiuni acordarea de sprijin, ajutor și îndrumare celor care participă la activități de instruire-învățare.

- În pofida misiunii lor comune – aceea de a-i instrui și de a-i forma pe alții – profesorul și consilierul educațional posedă competențe și responsabilități relativ diferite.

Consilierea educațională se diferențiază în funcție de vârsta persoanei și cazul concret (care i-a dereglat; abuzul;) ex.: încălcarea codului deontologic în evaluarea elevilor, în predare; conflicte interpersonale; conflicte interioare/ intrapersonale etc.

Consilierea educațională nu se reduce doar la sprijinul acordat persoanelor aflate în ipostaza de elevi, ci presupunde o paletă mai largă de activități specifice legate de abilitatea beneficiarilor de a învăța să-și rezolve eficient și performant problemele, indiferent de ce natură ar fi acestea.

Activitatea de consiliere educațională poate include:

variate aspecte psihologice: distres, conflict interior, crize de vârstă etc.

variate aspecte de formare, educative: necesități de optimizare a procesului de autoformare/ autoeducare; organizare a unui regim de pregătire pentru examen etc.

variate aspecte corecționale: de îmbunătățire a memoriei; dezvoltare a imaginației, corecție a limbajului; optimizare a comportamentului etc.

variate aspecte de relaxare: pentru a fi în stare să-și revigoreze forțele psihice și fizice.

Activitățile de consiliere pot fi organizate și desfășurate diferit.

Cele mai frecvent folosite forme de consiliere sunt:

Consultații individuale/ psihodrama;

Consultație de grup/ sociodrama;

Atelier de formare;

Atelier de corecție (mai multe persoane); Training de formare;

Training de corecție;

Ședințe informative;

Ședințe de formare și corecție; etc.

Activitățile de consiliere psihopedagogică presupun un demers educațional – formativ centrat pe valorificarea capacităților și a disponibilităților individuale ale persoanei. Consilierea psihopedagogică este menită să faciliteze învățarea de către fiecare persoană a unor deprinderi și abilități care să-i permită adaptarea permanentă, printr-o schimbare evolutivă, la solicitarea realității.

Valențele consilierii psihopedagogice sau educaționale sunt evidențiate de caracteristicile ei esențiale:

- I. Consilierea psihopedagogică/ educațională se adresează persoanelor aflate în diverse ipostaze și stadii ale procesului de formare și dezvoltare a propriei personalități.
- II. Consilierea psihopedagogică/ educațională are la bază un model psihoeducațional al formării și dezvoltării personalității (și nu unul clinic și curativ, cum este cazul psihoterapiei).
- III. Consilierea psihopedagogică/ educațională are cu precădere un rol preventiv și de dezvoltare.
- IV. Consilierea psihopedagogică/ educațională este un demers educațional-formativ specific, sarcina esențială a consilierului educațional nu este aceea de a instrui, ci mai degrabă, aceea de a sprijini oamenii să se ajute singuri pentru a-și rezolva problemele și de a-și asigura dezvoltarea propriei personalități.
- V. Consilierul psihopedagogic nu are soluții dinainte stabilite, al căror succes este garantat necondiționat, ci dimpotrivă el ajută persoana pe parcursul consilierii să găsească singură soluția cea mai bună pentru rezolvarea propriei probleme.
- VI. Consilierea psihopedagogică/ educațională integrează și valorifică perspectiva psihologiei umaniste privind formarea și dezvoltarea personalității umane [16, p.15-16].

1.3. Consilierea psihologică și psihoterapia

Consilierea psihologică

Consilierea psihologică este un tip de intervenție prin care se urmărește sugerarea unui mod de a proceda, a unui mod de com-

portare ce trebuie adoptat într-o situație dată, sau în general, în viața și activitatea cotidiană. Ea se adresează persoanelor relativ normale, sănătoase psihic, aflate uneori în dificultate, pe care le ajută să-și conștientizeze disponibilitățile și să le valorifice pentru rezolvarea problemelor cu care se confruntă, trăind o viață plină de sens, confortabilă psihologic.

Consilierea psihologică poate fi divizată în:

- a) *consilierea și asistența copiilor*;
- b) *consilierea și asistența adulților* (familia/ părinți, cadre didactice, diriginți, manageri școlari, persoane adulte care se ocupă în diferite domenii, etc.);
- c) *consilierea și asistența în situație de criză* (adulți, copii);
- d) *consilierea și asistența individuală* (bărbați, femei) și *în grup*.
- e) *consilierea și asistența pedagogică/ educațională* – sprijin, ajutor și îndrumare acordat în special copiilor și tinerilor, dar și adulților, tuturor persoanelor care participă la activități de instruire – învățare; de formare profesională, de dezvoltare personală și orientare în carieră. Consilierea și asistența pedagogică este realizată de către educatori (profesori, psihopedagogi, consilieri educaționali sau școlari și chiar de către părinți, în cazul copiilor) [16, p.12].

Consilierea psihologică îi facilitează persoanei autocunoașterea realistă, acceptarea de sine și valorificarea optimă a resurselor și disponibilităților proprii [16, p. 13].

Acest tip de consiliere poate fi completat prin considerațiile lui **David D.** [13, p.87], care definește consilierea psihologică ca fiind *o intervenție psihologică în scopul optimizării, autocunoașterii și dezvoltării personale și/sau în scopul prevenției și remiterii prob-lemelor emoționale, cognitive și de comportament.*

Din cele expuse putem conchide că consilierea psihopedagogică, nu poate fi identificată cu cea psihologică. Ca și consilierea psihopedagogică, consilierea psihologică vizează formarea și dezvoltarea personalității, diferența însă este că cea psihologică vizează

realizarea unei terapii mai complexe, care poate include și aspecte clinice, complexe, care nu pot fi soluționate prin simpla orientare și consiliere psihopedagogică.

Psihoterapia

Psihoterapia este considerată un tratament fără medicamente, ce presupune utilizarea unor metode și tehnici psihologice specifice, în vederea realizării unor schimbări, adeseori de amploare, profunde, în cognițiile și comportamentul oamenilor.

Psihoterapia se adresează persoanelor aflate într-o stare de suferință psihică, uneori greu de circumscris (delimitat) și ca atare foarte dificil de remediat sau înlăturat. De cele mai multe ori astfel de suferințe psihice sunt generate de conflicte interne, intraperso-nale, fapte care o fac pe persoană să fie vulnerabilă (care poate fi rănit), anxioasă, îi crează probleme de adaptare la solicitări și dis-confort major. Suferința psihică se manifestă adesea prin aspectul unei crize adaptative acute, ceea ce reclamă intervenția psihoterapeutică în vederea depășirii unor astfel de stări, având rol de remediere.

Orice intervenție psihoterapeutică presupune realizarea unor schimbări ale modului de a gândi și de a se comporta al persoanei.

Consilierea este centrată pe *schimbarea evolutivă* a persoanei, iar psihoterapia este centrată pe *schimbarea revolutivă*. Din aceste considerente, psihoterapeuții lucrează cu persoane ce au tulburări clinice ce pot fi etichetate cu diagnostic psihiatric, iar consilierul facilitează autocunoașterea, autoperfecționarea, acceptarea emoțională, maturizarea, dezvoltarea optimă a resurselor personale [12, p. 19].

Thorne F. C. consideră consilierea o formă de susținere psihologică similară psihoterapiei, pentru persoanele normale cu anume probleme de viață [Apud 17, p.285].

Alți cercetători, printre care **Rogers C.**, susține că termenii de consiliere și psihoterapie sunt mai mult sau mai puțin sinonimi, deoarece se referă la aceeași metodă fundamentală; ce presupune o serie de contacte cu individul, axate pe acordarea unui ajutor în modificarea atitudinilor și conduitei. Dintr-o astfel de perspectivă

Rogers C. susține că termenii de consiliere și psihoterapie sunt echivalenți sau aproape echivalenți. Alți autori încearcă să diferențieze consilierea de psihoterapie [Apud 38]. Evident că există situații când trebuie să vorbim despre psihoterapie și consiliere diferențiind specificul acestora.

Subiectul psihoterapiei este cel care are nevoie de o restruc-turare de profunzime a personalității, o eficientă reglare și autoreg-lare a stărilor sale psihice, a disponibilităților sale latente, dar și a potențialului său fizic și spiritual maximal și mai precis poate fi nu-mit pacient.

În concluzie, în viziunea noastră, deși există numeroase ase-mănări între consiliere și psihoterapie cele două activități nu trebuie să fie confundate. Fapt confirmat prin caracteristicile lor [39, p. 14]. Noi ne asociem la această idee, dar considerăm că în cadrul consilierii familiei putem integra variate forme, metode și tehnici din domeniul psihoterapiei, criteriul de bază aici, fiind necesitatea și eficiența acestora. Tabelul de mai jos, ne va ajuta să observăm specificul activității de consiliere și psihoterapie.

Tabelul 1

Caracteristicile formelor de intervenție

Caracteristicile formelor de intervenție		
 criterii	Tipul de intervenție	
	Consiliere	Psihoterapie
1	2	3
Problematica abordată	Normalitate, dificultăți existențiale, problemele curente.	Patologie în sens larg și profund; Tulburări de personalitate; Diagnostic clinic.
Nivelul psihic activat	<i>Eul</i> conștient.	<i>Eul</i> inconștient în relație cu <i>Eul</i> conștient.

1	2	3
Metode	Sinteză de metode.	Metode delimitate în funcție de școala psihoterapeutică, inclusiv metode medicamentoase;
Scop	Echilibrul extern cu mediul.	Echilibrul intern în mod predominant.
Durata	Durata medie (1-14 ședințe).	Durata: scurtă / medie / lungă (luni, ani).

Terapia sau psihoterapia reprezintă o intervenție mai profundă și de mai lungă durată, aplicată de către un specialist cu o formare medicală mai aprofundată, în cazul unor pacienți care prezintă probleme mai complexe [23, p. 13].

Pieron H. susține că psihoterapia este un ansamblu de tehnici vizând tratamentul bolilor mintale prin procedeele psihice, metode pedagogice, persuasiune, sugestie, psihanaliză [Apud 17, p.175].

Salaude A. definește psihoterapia ca fiind un tratament al bolilor psihice printr-o punere în acțiune a ideilor, imaginilor, stărilor afective, tendinței, voinței și a altor fenomene mintale ale bolnavilor, în scopul reabilitării echilibrului sufletească și moral al bolnavului [Apud 17, p. 175].

Cercetătorii **Camus J. și Pagniez P.** consideră că psihoterapia este ansamblul de metode prin care acționăm asupra spiritului bolnav sau asupra copilului / bolnavului prin intervenția spiritului [Apud 17, p.175].

După **Binswanger L.** *psihoterapia* este exercițiul medical care nu folosește nici mâna, nici instrumente sau medicamente, nici lumină, apă sau aer, electricitate sau frig, ci limbajul uman, cuvintele prin care un om intră în contact cu altul, acționând în felul acesta asupra lui [Apud 17, p.175].

Scopul psihoterapiei rezidă în evaluarea și înțelegerea comportamentului pacientului pentru a interveni ulterior la nivelul

comportamental al acestuia, vizând simptomele, tulburările, dificultățile și dezadaptările beneficiarului. Psihoterapeutul intervine cu modificări și înlăturări ale dificultăților existente la acest nivel, dar și cu modificări la nivelul personal al individului, modificări care îi vor favoriza acestuia socializarea eficientă, mai puțin dezagreabilă și mai stabilă la mediu.

Concluzii: Atât **psihoterapia** cât și **consilierea psihologică** reprezintă procese de influențare cu scop de schimbare a cognițiilor, atitudinilor și comportamentelor oamenilor, dar **consilierea psihopedagogică/ educațională** este un tip de consiliere care are, în același timp, obiective de natură psihologică și pedagogică. Ea urmărește abilitatea persoanei (copil, tânăr sau matur) pentru a-și asigura funcționarea optimă prin realizarea unor schimbări evolutive ori de câte ori situația o cere, având la bază un model psihoeducațional al formării și dezvoltării personalității umane

Activități de învățare și consolidare a competențelor speciale:

- 1. Cercetați și stabiliți factorii comuni în variate tipuri de consiliere.*
- 2. Elaborați câte un studiu de caz pentru fiecare tip de consiliere.*
- 3. Elaborați o schemă generală pentru consilierea unui coleg.*

TEMA 2. EXCURS ISTORIC ÎN EVOLUȚIA CONSILIERII

- 2.1. Excurs istoric în evoluția conceptului de consiliere;
- 2.2. Modelele categoriale ale consilierii.

2.1. Excurs istoric în evoluția conceptului de consiliere

În baza analizei mai multor surse și accepțiuni ale cercetătorilor din domeniul psihologiei, putem conchide că conceptul de consiliere, mai era numit *proces de sfătuire* [6, p.298]. Istoria *sfătuirii* reflectă în mod fidel pe aceea a civilizației umane, a conceptelor religioase, a celor științifice și a dezvoltării instituțiilor [27, p.48]. *Sfătuirea* apare ca un mecanism social reglator și de reducere a influenței negative a psihotraumelor și a consecințelor lor, a suferinței și chiar a devianței sociale [27, p.47], necesară multor persoane care au avut nevoie de susținere în situații de conflict, pierderi, conflicte familiale și divorț, de boli, nașteri, dificultăți cotidiene etc., din aceste necesități a apărut fenomenul *sfătuirii-consilierii*, care a purtat diferite nume de-a lungul istoriei, fără a-și înceta pentru vre-o clipă existența. Inițial persoana competentă, investită cu îndeplinirea acestui rol social era: înțeleptul, preotul sau marele preot, șamanul, medicul [27, p.47] și alte persoane cu experiență de viață. Folosirea sfătuirii ca mijloc de destăinuire și eliberare de sub povara păcatelor, ne orientează spre caracterizarea sfătuirii ca fiind un fenomen cu rădăcini creștine. Aceasta a devenit o formă fundamentală de reechilibrare psihică, prin furnizarea povețelor moral-etice și spirituale creștinilor, deoarece perioada creștină timpurie se caracterizează printr-o dezvoltare ideologică relativ rapidă, care îl impunea pe Dumnezeu ca autoritate supremă și atotputernică.

Marii filosofi: **Socrate, Cicero, Seneca, Confucius, M de Montaigne, Bacon F., Pascal B., Kant I., Shopenhauer, Tolstoi L.** etc., au contribuit la consolidarea fenomenului consilierii, prin promovarea ideilor sale psihopedagogice și a temelor filosofice care au contribuit la formarea moralității și educarea eficientă a copiilor.

Revenind la retrospectiva istorică a consilierii psihologice, evidențiem faptul că ca fenomen social, consilierea psihologică, s-a conturat și s-a consolidat la începutul secolului XX, în SUA și a fost preluată apoi în Europa. Ea a avut ca scop realizarea orientării și selecției profesionale. În 1908, **Parsons Frank** înființează la Boston primul serviciu de orientare profesională, unde utilizează o metodologie proprie de consiliere individuală, descrisă în lucrarea *Alege-ți cariera* (Choosing a vocation, 1909). Programul de orientare profesională propus de **Parsons Frank** prevedea identificarea aptitudinilor și capacităților unei persoane cu ajutorul testelor psihologice (diagnoza), discuția cu subiectul despre meseriile disponibile și solicitările acestora (informarea), sfătuirea persoanei în legătură cu meseriile corespunzătoare aptitudinilor și intereselor sale (plasarea). Principalele contribuții aduse de *Parsons Frank* în domeniu vizează fundamentarea sfatului de orientare pe baze psihologice și necesitatea existenței unei corelații între ființa umană și munca sa. Ulterior din ideile lui **Parsons Frank**, **Griffin Edmund Williamson**, student în cadrul Universității din Minnesota, a dezvoltat ceea ce este considerat a fi prima teorie cuprinzătoare de consiliere (spre deosebire de teoria lui Freud – psihanaliza), numită *Teoria trăsă-tură – factor de dezvoltare a carierei*. Deși inițial teoria prevedea orientarea profesională, abordarea a fost modificată și, în curând a fost văzut ca o abordare generică pentru consiliere și psihoterapie. *Teoria trăsătură – factor* prevedea respectarea a cinci etape: 1) *ana-liza*: examinarea problemei, obținerea informațiilor inițiale și testa-rea beneficiarului, 2) *sinteza*: realizarea unui rezumat și înțelegerea problemei, 3) *diagnosticarea*: interpretarea problemei, 4) *consilierea*: orientarea individului în a găsi soluții, 5) *monitorizarea*: monitorizarea individului, după ce consilierea s-a încheiat, pentru a atinge scopurile prestabilite [28].

Teoria trăsătură – factor de dezvoltarea a carierei este utilizată până în prezent de specialiștii în domeniu, sub forma inițială, sau modificată în consilierea carierei. Astfel apariția consilierii a fost

generată de necesitatea orientării și selecției profesionale. Începând cu deceniul al cincilea al secolului XX, consilierea este recunoscută *ca profesie* [39]. Anume în perioada 1951-1956 apare necesitatea de a diferenția statusul psihiatrilor, a consilierilor psihologi și a asistenților sociali. La acel moment profesia de consilier psihologic, era considerată inferioară celei de psiholog clinic, astfel în acea perioadă au avut loc multe conflicte privind statutul consilierului psihologic. Prin urmare, în acea perioadă scade numărul candidaților pentru a se perfecționa în domeniul consilierii (studenții ce studiau consilierea psihologică erau cei respinși de programul pentru psihologia clinică). În cele ce au urmat în 1955 psihologul **Hahn Milton Edwin**, elucidează funcțiile consilierului psiholog:

1. Preocuparea majoră a consilierului este către beneficiar și nu către pacient;
2. Consilierul este angajat în posturi independente, care nu-l plasează pe acesta sub supervizarea specialiștilor din alte domenii sub nici un aspect politic sau economic;
3. Consilierul ajută beneficiarii să-și schimbe atitudinile, sistemul de valori, rareori fiind implicați în reconstituirea personalității individului;
4. Consilierul ajută beneficiarul în sterile anxietate, conflicte interne, frustrare și/sau conflicte interpersonale;
5. Consilierul este mai abilitat specialist în evaluarea și aprecierea trăsăturilor umane în vederea orientării profesionale și școlare [27].

Mai târziu în 1968, psihologul **Jordan J.** emite o definiție amplă și distinctă a profesiunii de consilier psihologic. Definiția prevedea faptul că: *consilierul psiholog oferă asistență individuală, sau de grup și serviciile de consiliere în școală, colegii și universități, spitale, clinici, centre de reabilitare pentru a reabilita indivizii să fie mai eficienți în realizarea și dezvoltarea personală, socială, educațională și profesională. Adună date despre subiecții umani folosind interviul, studii de caz și tehnici observaționale. Selectează, admi-*

nistrează, cotează și interpretează testele psihologice desemnate pentru a evalua inteligența, aptitudinile, abilitățile și interesele oamenilor, precum și a aplica tehnicile de analiză statistică. Evaluează datele pentru a identifica cauza problemei și a determina intervenția consilierului sau pentru a face o recomandare către alți specialiști și instituții. Oferă informații profesionale, educaționale sau alte informații pentru a ajuta oamenii să-și formuleze planuri educaționale și profesionale realiste. Urmărește apoi rezultatele consilierii pentru a determina fidelitatea și validitatea serviciului oferit. Se poate angaja în cercetare pentru a dezvolta și îmbogăți tehnicile de diagnoză și consiliere [22, p.56]. Abordarea psihologului *Jordan John Packard* privind profesiunea consilierului psiholog, este complexă și redă însăși activitatea psihologului de astăzi.

Luând în considerație cele expuse anterior, conchidem că fenomenul social de consiliere și profesiunea de consilier – psiholog, s-a modificat în unele aspecte, devenind mai amplă, s-a consolidat, servind interesul și necesitățile persoanelor aflate în dificultate.

2.2. Modele categoriale ale consilierii

De-a lungul evoluției sale, consilierea psihologică a beneficiat de o amplă fundamentare teoretică, axată pe o multitudine de teorii psihologice, delimitate în abordările psihologice ale consilierii psi-hopedagogice și a celei psihologice, astfel aceste teorii pot fi împărțite în trei modele categoriale [41]:

- A. modelul psihanalitic;
- B. modelul behaviorist (comportamental);
- C. modelul umanist.

Fiecare dintre modelele amintite mai sus poate prezenta mai multe direcții teoretice, dintre care, mai semnificative sunt:

1. Pentru modelul psihanalitic: psihanaliza clasică, psihologia Eu-lui, teoria inconștientului colectiv;
2. Pentru modelul behaviorist: teoria cognitiv-comportamentală;

3. Pentru modelul umanist: teoria centrată pe beneficiar, analiza tranzacțională.

Consilierea psihologică urmează cu deosebire modelul umanist de consiliere, mai precis, teoria centrată pe beneficiar. Aceasta furnizează fundamentele consilierii dar, din ce în ce mai frecvent se întâlnesc și concepte, metode și tehnici din sfera celorlalte direcții teoretice.

A. Modelul psihanalitic

Deși în consilierea psihologică acest model teoretic și aplicativ nu constituie un element de bază, fiind specific consilierii psihologice, vom aminti totuși câteva particularități ale acestuia.

Reprezentantul cel mai cunoscut al modelului psihanalitic în psihologie este **Freud Sigmund**. Acesta aduce în prim plan conceptul de *inconștient* (care până la el semnifica doar o serie de informații fără valoare și impact asupra individului), încercând să elaboreze o strategie de sondare a acestuia, apreciind că inconștientul poate fi extrem de valoros în raport cu explicarea conduitei individului. În strânsă relație cu inconștientul sunt percepute și celelalte componente ale aparatului psihic, dezvoltându-se ideea unei strânse inter-relaționări a acestora. Inconștientul explică motivațiile profunde ale comportamentelor umane, încercând să se exprime și să se manifeste în plan conștient [Apud 12].

Abordarea psihanalitică a consilierii are la bază câteva idei fundamentale, care se rezumă în două teze:

Comportamentele umane nu apar întâmplător, ci sunt determinate de evenimente anterioare, care determină subiectul să le repete constant, acestea fiind neconștientizate;

Tulburările psihice pot avea la origine o dezvoltare psihosexuală defectuoasă, care își are originile în conflictele și traumele psihice din copilăria timpurie.

În acest caz, sarcina consilierului este să aducă în conștiință inconștientul, ajutându-l pe pacient să conștientizeze și să înțeleagă conținutul pulsionilor din zonele profunde ale psihismului [19].

Mai mult, consilierul va trebui să sprijine pacientul în demersurile sale de mediere cu realitatea socială, caracterizată de principii și valori care pot veni în contradicție cu pulsionile inconștiente.

Afirmăm mai sus că psihanaliza nu se realizează într-un de-mers specific consilierii psihopedagogice deoarece consilierul școlar nu are, de regulă, calificarea de a iniția programe de intervenție psihologică, acestea fiind apanajul psihologului. Cu toate acestea, deoarece în intervențiile de tip psihanalitic se accentuează exprimarea stărilor afective în raport cu diverse evenimente trăite de cel consiliat, consilierul școlar poate încuraja în anumite cazuri recunoașterea și exprimarea trăirilor afective, fapt care va conduce atât la posibilitatea conștientizării cauzelor generatoare ale problemei, cât și la dobândirea unei stări psihice mai bune, date de sentimentul de ușurare cu privire la identificarea surselor problemei.

În ceea ce privește *metodele și tehnicile de terapie*, acestea au fost elaborate de Freud și dezvoltate și ameliorate de continuatorii săi:

Metoda psihanalizei (metoda asociațiilor libere) – constă în readucerea în conștiința beneficiarului a elementelor psihice răspunzătoare de simptomele conflictuale manifeste. Se urmărește recrearea comportamentelor și manifestărilor originale ale pacientului, în vederea identificării unei soluții, pe baza experienței și cunoștințelor actuale ale acestuia (Freud S., 1980). Ideile spontane ale beneficiarului (imagini, sentimente, amintiri, date etc.) reprezintă pentru psihanalist sursa informațiilor care vor putea genera soluții la problemele beneficiarului.

Ca tehnică propriu-zisă se utilizează chestionarea persoanei, în scopul declanșării unor noi asociații de idei: *La ce te gândești când auzi acest lucru? Ce crezi că te-a determinat să faci acel lucru? Câți ani aveai când s-a întâmplat acest eveniment?*

Analiza viselor – deși o metodă puternic controversată, reprezintă încă pentru mulți psihanalisti o sursă de informații în care sunt redată sentimente și dorințe puternic reprimare de către beneficiar, prezente în conținutul latent al viselor acestuia.

Analiza reacțiilor beneficiarului la anumite situații de viață, dar și în cadrul ședințelor de consiliere (analiza comportamentului nonverbal/verbal al acestuia, prezența sau dispariția unor simptome, identificarea eventualelor modificări comportamentale în diverse medii sociale: acasă, la școală, în grupul de prieteni ș.a.

Analiza transferului și a rezistenței în cadrul relației beneficiar-psihianalist. Această tehnică se axează pe constatarea faptului că beneficiarul tinde să retrăiască în cadrul terapiei aspecte relaționale trecute, uneori sentimentele acestuia transferându-se asupra consilierului însuși: dragoste, admirație, simpatie sau ură, neîncredere etc. Totodată se poate manifesta o reacție de rezistență, în care beneficiarul, prin ceea ce spune sau face se opune accesului la propriul inconștient (Laplanche și Pontalis, 1994). Astfel acesta poate manifesta o reținere în împărțirea tuturor gândurilor, dezacord în raport cu interpretările consilierului, tăceri, întârzieri sau absențe de la ședința de terapie.

Analiza contra-transferului – implicând reacțiile afective inconștiente ale terapeutului față de beneficiar. O atitudine pozitivă a terapeutului față de beneficiar poate fi benefică dar nu trebuie să depășească o anumită graniță deoarece poate conduce la dependența beneficiarului față de consilier. La fel, o atitudine negativă poate genera obstacole în calea consilierii și a relației consilier-beneficiar.

Interpretarea – reprezintă principalul instrument terapeutic al consilierului. Aceasta constă în ordonarea și analiza informațiilor obținute de la beneficiar, astfel încât să conducă, treptat, la conștientizarea originii problemelor cu care acesta se confruntă.

Deși modelul psihianalitic în consiliere are adepți numeroși în plan internațional, esența modelului propus de *Freud S.* a cunoscut mari modificări în etapele mai recente ale științei psihianalitice. Astfel, în prezent, nu mai sunt atât de exagerate conflictele inconștiente timpurii, generate în mare parte de instinctele sexuale înnăscute, în apariția diverselor probleme psihice ale indivizilor, ci se observă și

se relevă prezența unor impulsuri și comportamente emoționale inconștiente datorate diverselor aspecte sociale, etice și culturale, cu impact în determinismul psihismului.

În opoziție cu *Freud* și adepții săi se evidențiază **Adler A.** și **Jung C.** care se detașează net de concepția psihanalitică clasică, încercând să depășească accentul exagerat acordat aspectelor biologice ale personalității.

Adler susține că principalul conflict al individului se află în tendința acestuia de a-și depăși starea de inferioritate din copilărie, axându-se pe ceea ce ar putea deveni individul și din acest punct de vedere, teoria lui se apropie de teoria centrată pe beneficiar.

Jung G. C. este de acord cu interpretarea lui *Freud* privind rolul inconștientului individual, dar susține că la baza acțiunilor omului se află nu numai propria experiență, ci și o experiență mai largă, experiența comunității în care trăiește, inconștientul colectiv, format din arhetipuri, imagini primordiale, structuri psihice identice, comune tuturor, constituind moștenirea arhaică a umanității.

Concluzionând, putem afirma că nu trebuie neglijată contribuția psihanalizei în domeniul consilierii psihologice. Orice consilier trebuie să accepte ideea că motivația inconștientă a comportamentului este un concept foarte important în consiliere. Atunci însă când competențele de realizare a unor intervenții depășesc limitele unui consilier școlar se impune suport din partea psihologului, aspect deosebit de important și demn de reținut în situația în care noi abordăm problematica asociată consilierii psihologice.

B. Modelul behaviorist (comportamental)

Baza teoretică și metodologică a modalităților de psihoterapie/consiliere behavioristă își are originea în teoriile învățării de factură behavioristă, conform cărora, personalitatea umană se construiește și se fundamentează în raport cu stimulii externi, cu situațiile și raporturile sociale. Fondatorul behaviorismului este considerat **Watson John B.**

Conceptele de bază ale modelului behaviorist sunt cele de întărire socială și control al comportamentului. Întărirea socială se referă la utilizarea adecvată a stimulilor din mediu, astfel încât anumite comportamente să fie recompensate, sporind astfel probabilitatea lor de manifestare. Consilierea/terapia devine, în acest fel, un proces de control al comportamentului, un proces de învățare a unor comportamente dezirabile, în raport cu mediul social.

În perspectiva behavioristă, persoana cu probleme este diferită de cea normală pentru că manifestă comportamente greșite, achiziționate în urma încercării de a evita anumite situații și experiențe neplăcute.

În consecință, principiul de bază al practicii behavioriste este principiul de condiționare sau tehnica practicii negative, prin care modelele comportamentale învățate au tendința de a slăbi și dispărea în timp nefiind întărite corespunzător. În același timp comportamentele nedorite se înlocuiesc cu comportamente dezirabile. În etapele de timp ulterioare dezvoltării modelului behaviorist, pe structura acestuia a apărut o nouă abordare de consiliere: cognitiv-comportamental.

Apărută ca o antiteză față de concepția psihanalitică, această abordare neagă rolul afectului și al inconștientului, acreditând importanța conștiinței, a judecății și a capacității subiectului de a testa realitatea. Se consideră că este modelul cel mai elaborat, cel mai bine fundamentat teoretic și validat în practica consilierii.

Comportamentele, adaptative sau neadaptative, sunt reacții ale subiectului la solicitările mediului extern. Pornind de la principiile generale ale abordării comportamentale clasice, abordarea cognitiv-comportamentală se inspiră și din alte surse teoretice: psihanaliza lui **Adler Alfred** (fiecare individ prezintă o concepție proprie despre lumea obiectivă), psihologia cognitivă (tulburările și abaterile psihocomportamentale sunt rezultatul incapacității individului de a rezolva problemele cu care se confruntă sau de a face față unor situații noi sau solicitante).

Principiul de bază al abordării cognitiv-comportamentale stabilește că modul în care individul se comportă este determinat de situațiile imediate de viață și de felul în care el le interpretează, mai precis de cognițiile sale: idei, semnificații, credințe, gânduri, expectații, afirmații, atribuiți etc. Se afirmă că acestea sunt mai mult sau mai puțin conștiente, variază de la un individ la altul, sunt do-bândite de-a lungul vieții, exercitând o influență puternică asupra persoanei adulte, fiind obiectivul major al schimbării realizate în procesul de consiliere: schimbarea afirmațiilor, ideilor false, gândirii ce operează cu termeni rigizi și extremi, a concepțiilor greșite sau inadecvate, astfel încât persoana să gândească, să comporte și să trăiască stări afective având o bază mult mai rațională [12, p. 107].

Pe ansamblu, abordarea cognitiv-comportamentală, s-a dovedit eficientă în tratarea atacurilor de panică și a anxietății generalizate. Subiectul învață să identifice, să evalueze, să controleze și să modifice gândurile sale negative legate de pericole potențiale, pre-cum și comportamentele asociate acestor gânduri.

În cadrul consilierii cognitiv-comportamentale, toate aspectele procesului respectiv îi sunt descrise în mod explicit beneficiarului, acesta fiind solicitat să colaboreze în planificarea unor strategii de rezolvare a problemelor.

C. Modelul umanist (experiențialist)

Modelul umanist de consiliere situează omul în centrul său, cu problematica sa umană, viața sa personală și relațională, experiențele sale în contextul dezvoltării. Pe lângă obiective ce vizează cunoașterea propriei personalități, acest model are în vedere și dotarea individului cu instrumente specifice de acțiune în vederea depășirii dificultăților cu care se confruntă (Zlate M., 2000).

Psihologia umanistă a reprezentat o reacție împotriva behaviorismului și psihanalizei, apreciate ca incapabile de a studia și de a soluționa problematica concretă, reală a omului contemporan. Psihologii americani, precum **Maslow Abraham, Rogers Carl, Buhler Charlotte** și cei din țările europene, cum ar fi: Anglia

(Cohen J.), Germania (Wellek A.), Franța (Pages Max, Peretti A.), au evidențiat și descries principalele caracteristici și obiective ale modelului umanist de consiliere:

deschiderea permanentă către experiență, centrarea atenției pe experiența persoanei, ca fenomen principal în studiul omului;

creșterea semnificației autorealizării individului; preocuparea pentru dezvoltarea potențialului oricărei persoane, în raport cu sine și cu alte persoane.

accent pe nevoia de apreciere pozitivă; sublinierea existenței forțelor pozitive ale omului.

Modelul umanist prezintă mai multe direcții teoretice, care sunt utilizate și în consilierea psihologică, dintre care vom descrie:

teoria nondirectivă (consilierea centrată pe beneficiar/persoană);

analiza tranzacțională.

C.1. Consilierea centrată pe beneficiar:

În 1942, **Rogers Carl** prezintă un cadru teoretic nou în domeniul psihoterapiei/consilierii, cunoscut sub numele de *psihoterapie/consiliere centrată pe beneficiar/persoană*. Acesta critică atât behaviorismul, care postula o concepție mecanicistă despre om, considerându-l o mașină ușor de manipulat în funcție de scopurile propuse, cât și psihanaliza, care reducea omul la o ființă irațională, controlată irevocabil de trecut și de produsul acestuia – inconștientul. *Rogers C.* aprecia că datoria omului este să-și amelioreze permanent viața, să fie constructiv, să-și asigure un mod de viață satisfăcător, să fie responsabil în luarea deciziilor personale, să se străduiască să-i înțeleagă pe ceilalți și pe sine.

Prezența relațiilor negative cu ceilalți și cu mediul de viață în general îi va afecta funcționarea sa psihologică, manifestându-se o serie de trăiri ca: stimă de sine scăzută, imagine de sine negativă, sentimente de tensiune, durere, suferință.

Scopul consilierii nu este atât acela de a rezolva o problemă, ci de a-l ajuta pe individ să se dezvolte deplin, să se autocunoască și să se maturizeze, identificând cele mai bune opțiuni pentru soluționarea propriilor probleme.

Această viziune l-a determinat ca după 1967, *Rogers C.* să-și concentreze atenția și pe consilierea de grup. Această formulă de consiliere viza îmbunătățirea relațiilor interpersonale printr-o mai bună cunoaștere de sine. În cadrul grupului se cristalizează un sentiment de comunitate având la bază nevoia de afiliere, apartenență, se clarifică sentimente, dorințe, nevoi și opțiuni, iar autorealizarea pozitivă a fiecărui membru este raportată la dinamica grupului. În acest fel, scopurile dezvoltării personale și scopurile dezvoltării grupului nu mai apar ca separate. Este încurajată totodată și exprimarea sinceră și deschisă a sentimentelor.

În general, consilierea de grup urmează aceeași structură de lucru și aceleași tehnici ca și consilierea individuală.

Scopul consilierii/terapiei centrată pe beneficiar este acela de a ajuta individul să se autoevalueze realist, să se simtă liber, autentic, să nu fie obligat să-și nege sau să-și deformeze opiniile și atitudinile pentru a menține afecțiunea sau aprecierea persoanelor importante pentru el. Este ceea ce reprezentanții acestei orientări terapeutice numesc *libertate experiențială*. Această libertate există când subiec-tul își dă seama de ceea ce-i este permis să exprime (cel puțin verbal): experiența sa, emoțiile și dorințele sale așa cum le simte și independent de conformitatea lor la normele sociale și morale care guvernează mediul său.

C.2. Analiza tranzacțională:

Acest instrument de terapie și consiliere are la bază sistemul teoretic elaborat de către psihologul **Berne Eric**. *Analiza Tranzacțională* (A.T.) înseamnă: tranzacție, comunicare, relație, contact între persoane/grupuri. Aceasta a cunoscut rapid un succes considerabil, atât ca instrument de dezvoltare personală dar și ca instrument de evoluție a grupurilor. În elaborarea A.T., *Berne E.* pornește

de la premisa conform căreia, orice ființă omenească ce se naște fără complicații genetice sau accidente, este o ființă cu potențial imens , care merită un respect deplin, indiferent de rasă sau de apartenență socială (De Lassus R., 2000).

Ființa omenească poate – și trebuie – să ajungă la cea mai înaltă conștiință de sine, prin faptele ei, prin modul în care își folosește energiile (intelectuale, fizice și spirituale) în raporturile ei cu ceilalți și cu lumea.

Berne E. descrie într-un limbaj accesibil modul în care aspectele cognitive, emoționale și comportamentale interacționează în structura de personalitate și maniera în care influențează persoana. Pentru aceasta, **Berne E.** propune structurarea personalității în trei Stări ale Eu-lui:

Eul de Părinte – nivelul comportamental;

Eul de Adult – nivelul cognitiv;

Eul de Copil – nivelul afectiv.

Luăm decizii și reacționăm plecând de la una dintre aceste trei părți din noi înșine, plecând de la una dintre cele trei stări ale *Eului*. Prin urmare, ceea ce ni se întâmplă în viață depinde în mare măsură de starea *Eului* de la care pleacă acțiunile noastre.

Analiza Tranzacțională presupune o viziune psihologică asupra celor trei stări ale eu-lui: copil, adult, părinte. În fiecare moment răspundem solicitărilor dintr-o anumită stare. În contextul vieții de zi cu zi se impun diferite tipuri de tranzacții, fiecare având un efect diferit, în funcție de starea *Eului*.

Eul de Părinte cuprinde cerințele, valorile, normele, opiniile, judecățile pe care o persoană le-a interiorizat. O persoană cu un Eu de Părinte dominant încearcă să se impună în permanență în fața celorlalți, să domine, să condamne, să judece, să critice sau să îi dirijeze/controleze, încurajeze sau sprijine pe ceilalți: *Așa trebuie să faci, așa trebuie să te porți, așa este bine sau așa nu este bine, este vina ta, nu-ți fie teamă, rezolv eu problema etc.*

Eul de Adult caracterizează comportamentul realist, logic și rațional; este cel care pune întrebări, care menține atitudinea noastră de curiozitate asupra lumii, compară, evaluează, analizează, învață, reflectează, înțelege, comunică, ia decizii, rezolvă probleme, negociază. *Eul de Adult* permite realizarea unui echilibru între dorințe, plăceri (*Eul de Copil*) și norme și valori (*Eul de Părinte*), facilitează eficiența și reușita în atingerea scopurilor propuse. În anumite situații însă, persoana cu un *Eu de Adult* bine conturat devine o persoană exagerat de rațională, calculată, realistă, pragmatică; fantezia, spontaneitatea și plăcerea micilor bucurii ale vieții nu îi sunt caracteristice.

Eul de Copil însumează emoțiile, satisfacțiile, plăcerile și neplăcerile, regretele, anxietățile și temerile, mânia și furia. Este sta-rea prin care se exprimă spontan, liber trebuințele și dorințele noastre, emoțiile și sentimentele.

În fiecare persoană se dezvoltă cele 3 stări ale *Eu*-lui, care conțin: gânduri, raționamente, emoții și sentimente, norme și comportamente. Nici una dintre acestea nu este mai importantă decât celelalte. În același timp este de dorit să nu exagerăm în comportamentul nostru în nici una dintre ipostazele *Eu*-lui, ci să asigurăm un echilibru al acestora, în funcție de situație.

Totuși se poate întâmpla, ca prin modele și strategii educative neadecvate, derulate fie în familie, fie în școală, să se hipertrofieze una dintre dimensiuni în defavoarea celeilalte (se poate constata atât la copil/ adolescent/ adult/ vârstnic). De exemplu, o educație rigidă, plină de constrângeri conduce la exacerbarea *Eului de Părinte*; o educație excesiv de liberă/protectoare conduce la supradez-voltarea *Eului de Copil* [1].

În aceste condiții, comunicarea pozitivă între două sau mai multe persoane necesită o comunicare (tranzacție) paralelă între structuri. Când de exemplu, răspundem cu *Eul parental* unei persoane care ni s-a adresat cu *Eul de copil*, comunicarea se blochează, răspundem unei emoții, dorințe cu o regulă sau restricție.

Pentru a se putea realiza tranzacția comunicativă este importantă identificarea stării de spirit activă în acel moment pentru fiecare dintre participanții la comunicare. Dacă o tranzacție este înțeleasă ca și unitate de schimb bilateral între două stări de spirit, relațiile dintre indivizi și grupuri sunt constituite din serii de tranzacții care se succed.

Consilierea ce are la bază *Analiza Tranzacțională* este guvernată de anumite principii generale, aplicabile, de altfel, tuturor tipurilor de consiliere :

Consilierea este, în esență, o relație permisivă;

Consilierea susține beneficiarul în procesul rezolutiv dar nu oferă soluții;

Beneficiarul este responsabil pentru propria sa evoluție și dezvoltare.

Așadar, *Analiza Tranzacțională* este un mijloc de dezvoltare, de evoluție personală, care ne permite să ne extindem, să ne dezvoltăm propria personalitate [Apud 41].

În consens cu modelele categoriale ale consilierii, parvine și cercetătoarea **Cuznețov Larisa** cu **Meta – Modelul de etică și resemnificare pentru consilierea eficientă a familiei** [7, p.79-82]. Planurile acționale identificate și caracterizate nu ar fi complete, dacă nu s-ar îmbina cu *planul acțional moral – etic* ce orientează specialistul către respectarea normelor etice și deontologice. Evident că o mare însemnătate și valoare o are intuiția, darul, măiestria, arta impro-vizării specialistului, carisma lui, modul de a gândi și a se comporta, și, desigur că competența valorificării unui ansamblu de *savoir – faire*, care, împreună, formează *filosofia consilierului*, ce se manifestă în activitate și denotă o mare muncă de auto – clarificare, autoperfecționare; capacitatea de a realiza un demers creativ, funcțional, unicat, deoarece fiecare persoană este irepetabilă și unică.

Imperativele dimensiunii etice în consilierea familiei parvin din valorile, normele și principiile morale, care se concentrează în respectarea standardelor morale și valorizarea strategiilor și regle-

mentărilor privind relația consilier – subiect consiliat (parteneri conjugali; părinți; copii; bunici; alte rude etc.), practicile și procedurile consilierii. Aici dorim să atragem atenția la respectarea drepturilor omului, asigurarea confidențialității, protejarea subiecților consiliați de anumite constrângeri indecente. Accentul propunem să fie plasat pe **Meta – Modelul de etică și resemnificare pentru consilierea eficientă a familiei / MERCEF** elaborat și valorificat de cercetătoarea **Cuznețov Larisa**. Reperetele conceptuale, valorificate în fondarea Meta – modelului vizat se constituie din dimensiunea valorilor morale și filosofia axiologică [Apud 7, p.80], factorii co-muni pentru consiliere și psihoterapie [Apud 7, p.80], concepția despre om și personalitate [Apud 7, p.80]. *Reperetele praxiologice*, valorificate în fondarea Meta – modelului sunt reprezentate prin: Modelul psihoeducațional al formării și dezvoltării personalității și Modelul de consiliere și psihoterapie [Apud 7, p.80], Sistemul educației pentru familie [Apud 7, p.80], Spirala schimbării evolutive a persoanei și cubul consilierii [Apud 7, p.80]; abordarea pluridisciplinară, principiile eclecticismului tehnic [Apud 7, p.80].

În temeiul considerațiilor expuse și a sumarizării accepțiunilor teoretice, a experienței în domeniul consilierii familiei propunem următoarea structură a **Meta – Modelului de etică și resemnificare pentru consilierea eficientă a familiei**:

1. Cadrul conceptual, filosofic și etic se compune din: fundamentele epistemologice ale psihologiei generale, psihologiei vârstelor și dezvoltării; pedagogiei generale, pedagogiei familiei; sociologiei familiei; filosofiei educației, filosofiei valorilor; sociologiei educației familiale; consilierii psihopedagogice și a psihoterapiei integrative.

2. Cadrul teleologic conține finalități, care se compun din scop și obiective, deseori aici specialistul împreună cu cel consiliat poate să configureze niște modele – exemple, care vor servi drept ideal orientativ de gândire și comportare pentru subiect.

3. Cadrul conținutal – axiologic și al comprehensiunii este compus din valorile, normele, principiile etice și existențiale, care urmează a fi achiziționate de subiect, inclusiv, presupune pătrunderea și înțelegerea de către consilier a *realității interioare* a subiectului. Aici foarte importantă este înțelegerea mesajelor verbale și nonverbale.

4. Cadrul structurii verbale presupune gândirea și valorificarea tehnicilor esențiale: convorbirea, interpretarea, reformularea (reflectare; clarificare; ca inversare a raportului figură – fond etc.), resemnificarea; arta de a formula întrebări și a aplica omisiunile, generalizările, precizările, nominalizările, presuposițiile, *lecturarea gândurilor*, relațiile cauză – efect, echivalențele complexe; metafora terapeutică etc.

5. Cadrul colaborării și feedbackului este foarte important, deoarece servește înțelegerii reciproce și a schimbării contextului sau metodelor aplicate de consilier pentru optimizarea relațiilor, conținutului ședințelor și a procesului consilierii în întregime.

6. Cadrul designului activității și a ședinței conține structura/ scenariul detaliat al specialistului. De reținut că acesta pe parcursul consilierii poate fi completat sau schimbat la necesitate.

7. Cadrul evaluativ – analitic conține ansamblul de metode, procedee sau tehnici de evaluare și apreciere a schimbărilor în viziunile, atitudinile sau conduita subiectului (se poate aplica observarea directă sau indirectă, testarea, convorbirea, discuția etc.).

8. Cadrul explorării tehnologiei permite specialistului să elaboreze scheme, noi reguli, micro – modele operaționale pentru a eficientiza tehnologia valorificată.

9. Cadrul electic – integrativ asigură înțelegerea și valorificarea ajustării metodelor de consiliere cu elementele de psihoterapie integrativă.

10. Cadrul strategic de abordare a perspectivelor funcționării familiei, îl considerăm extrem de important pentru a analiza cu subiectul consiliat traseul comportamental și cel conținutal al per-

spectivelor funcționării eficiente a familiei sale. Ideea ne aparține, fiind validată pe parcursul activității de lungă durată a familiilor/ circa 30 ani. Considerăm de succes finalizarea consilierii numai atunci când subiectul este în stare să elaboreze, argumenteze și să descrie clar/ explicit perspectivele de restructurare a propriei vieți, a existenței familiei sau a membrilor acesteia. În contextul vizat este valoros faptul dacă am atins nu numai scopul concret planificat împreună cu subiectul, dar acesta s-a învățat a delimita și modela axele strategice și perspectivele sporirii calității vieții de familie.

În concluzie, deoarece propunem atenției consilierilor un *Meta – model*, evident că acesta nu pretinde la o abordare – valorificare în strictă exclusivitate, ci presupune și asigură o deschidere pentru variate căi și mijloace, strategii de consiliere a familiei. Esențialul aici rezidă în orientarea specialistului și provocarea acestuia în utilizarea creativă și eficientă standardelor etice, deontologice; a tehnologiilor de consiliere și valorificare argumentată a eclecticismului tehnic, atât la nivel teoretic, cât și praxiologic [7, p. 79-82]. Astfel, conchidem că, consilierea, indiferent de teoriile pe care se axează, devine eficientă în măsura în care sunt folosite mai multe modele de strategii pentru soluționarea problemelor cu care beneficiarul se confruntă.

Activități de învățare și consolidare a competențelor speciale:

1. *Analizați operele marilor filosofi ai Antichității, Evului Mediu și a Epocii Moderne și stabiliți aspectele ce țin de cultivarea morală a omului prin povețe/ sfaturi și consiliere.*
2. *Determinați esența modelelor categoriale și a teoriilor ce stau la baza consilierii persoanei.*

TEMA 3. SCOPURILE ȘI OBIECTIVELE CONSILIERII

3.1. Scopurile consilierii;

3.2. Obiectivele consilierii.

3.1. Scopurile consilierii

Scopul fundamental al consilierii constă în susținerea și orientarea personalității, întru funcționarea psihosocială optimă a sa. Cercetătorul **Dumitru Ion Al.** susține că scopurile consilierii sunt diferențiate în funcție de clienți și de problemele acestora, care la rândul lor, diferă în funcție de vârsta clienților. Dacă în cazul adulților modalitatea principală de consiliere este discuția (interviul), în cadrul căreia clientul este sfătuit, ajutat, sprijinit și îndrumat să-și conștientizeze problemele și este încurajat să ia decizii și să-și asume responsabilitatea propriilor sale schimbări (la nivelul cognițiilor, emoțiilor și al comportamentelor), cu scop adaptativ și de asigurare a funcționalității optime a propriei personalități, în cazul clienților – copii lucrurile stau diferit. Responsabilitatea copiilor privind propria lor formare, schimbare adaptativă și dezvoltare este limitată, sarcina îndeplinirii acestora la nivel optim revenind, în cea mai mare măsură, consilierului. Antrenarea copiilor în ședințele de consiliere presupune angajarea lor în acțiuni și activități de joc sau alte activități educaționale (desen, modelare, broderie, pictură, colaj, muzică, sport etc.) [16, p.56-57].

După **Geldard K., Geldard D.**, (1997) *scopurile consilierii* se pot stabili la mai multe nivele, rezultând, corespunzător, *mai multe tipuri de scopuri* [Apud 16, p. 57 - 59]:

I. Scopuri fundamentale. *Sunt acele scopuri urmărite în cvasitotalitatea activităților de consiliere și cu referire la majoritatea clienților.*

La acest nivel, consilierea se focalizează pe sprijinul, ajutorul și îndrumarea beneficiarului, pentru a *învăța*:

să atingă un nivel optim de congruență între gândurile, emoțiile și comportamentele proprii, între ceea ce gândește, simte și face;

să se accepte așa cum este, conștientizându-și capacitățile și potențialitățile (punctele forte), dar și limitele, incapacitățile, inabilitățile (punctele slabe);

să se simtă bine, confortabil cu sine însuși, să fie încrezător în forțele proprii, optimist și să gândească pozitiv;

să creadă în posibilitatea schimbării sale evolutive, în necesitatea și oportunitatea parcurgerii unor programe de formare și dezvoltare a propriei personalități, programe oferite și realizate de către profesioniștii corespunzători cu problemele beneficiarilor;

să abordeze cu luciditate problemele emoționale, fie ele neplăcute sau chiar dureroase, și să fie capabil să depășească momentele și stările de disconfort și/ sau de criză;

să-și modifice atitudinile și comportamentele dezadaptative, ineficiente și/ sau indezirabile social;

să aibă capacitatea de a-și maximiza disponibilitățile proprii în direcția autodezvoltării și a autorealizării personale optime;

să ia decizii și să-și asume responsabilitatea pentru propriile acțiuni, comportamente, moduri de a gândi;

să-și exprime opțiunile și să ia decizii privind studiile, formarea profesională, evoluția în carieră etc., în concordanță cu propriile capacități (ceea ce poate), cu nivelul de aspirații (ceea ce vrea) și cu oferta societății (ceea ce este, trebuie, se cere);

să adopte un stil de viață sănătos, care-i asigure confortul psihologic și starea de funcționalitate optimă.

II. Scopurile formulate de consilier sunt obiective întemeiate pe pregătirea teoretică și practică a consilierului, au un pronunțat caracter preventiv și asigură formarea și dezvoltarea optimă a personalității clienților. Ele au la bază presupuzițiile consi-

lierului privind cauzele posibile ale atitudinilor și comportamentelor actuale și/sau viitoare ale clienților. Consilierul stabilește anumite obiective ale activității sale, fundamentându-și decizia pe analiza de nevoi a clienților, pe cunoașterea aprofundată a problemelor acestora, având în vedere anumite modele de consiliere cu rol preventiv sau pentru facilitarea schimbării evolutive a clienților. Scopurile stabilite de consilier vizează, în primul rând grupul (clasa de elevi, grupa de studenți, echipa managerială, formația de lucru etc.) și mai puțin individul.

Scopurile consilierii stabilite de consilier ar putea viza sprijinul, ajutorul și îndrumarea clienților în următoarele direcții:

realizarea autocunoașterii, dezvoltarea stimei de sine, formarea unor atitudini pozitive față de propria persoană; formarea și dezvoltarea unor abilități de relaționare socială favorabile muncii în echipă, cooperării și colaborării în rezolvarea unor probleme diverse;

dezvoltarea unor atitudini și comportamente adecvate, necesare menținerii propriei sănătăți somatopsihice;

însușirea unor tehnici de învățare eficiente și de promovare a unui management optim al învățării;

dezvoltarea capacității de planificare a carierei.

III. Scopurile beneficiarului. Sunt scopurile formulate de către beneficiar, înainte sau chiar în timpul procesului de consiliere propriu-zisă, pentru a căror îndeplinire beneficiarul solicită sprijin, ajutor și îndrumare. Când au scopuri precise, formulate și asumate de ei înșiși, beneficiarii sunt deosebit de interesați să se abiliteze pentru a le îndeplini, implicându-se activ și total în activitățile de consiliere. Sunt dispuși să învețe aproape necondiționat, neprecupețind nici un efort și angajându-se hotărât în activitățile educațional – formative conduse de consilier.

Și în cazul beneficiarilor – copii, scopurile acestora trebuie tratate cu toată seriozitatea și răspunderea de către consilier. Relația de consiliere a copiilor evoluează pozitiv pe măsură ce beneficiarul

– copil capătă încredere în consilier. Rezolvarea cu prioritate a problemelor stringente ale copilului în care implicare lui afectivă este maximă constituie o necesitate. Uneori copilul nu dorește ca părinții să-i afle problemele, iar respectarea acestei dorințe constituie o condiție esențială a constituirii unei relații pozitive de consiliere. Excepție fac acele situații în care securitatea fizică și psihică sunt amenințate, vcaz în care părinții trebuie anunțați și avertizați. Dar, și în asemenea situații, obținerea acordului beneficiarului – copil, prin modalități deosebit de abile ale consilierului de a pune problema, conduce la rezultate mult mai bune decât dacă acest lucru s-ar realiza fără știrea copilului. El nu are sentimentul că este trădat, ci dimpotrivă, că activitatea de consiliere este bine-venită și benefică pentru formarea personalității lui.

3.2. Obiectivele consilierii

Scopurile consilierii pot fi atinse prin intermediul obiectivelor consilierii. Cercetător, **Robinson F. P.** [Apud 17, p.285] susține că procesul consilierii *contribuie la îmbunătățirea calității vieții individului*. Persoanele care doresc să atingă un nivel superior de viață, să depășească anumite obstacole sau să construiască strategii personale eficiente de viață, se adresează consilierului. În viziunea cercetătorului, *obiectivele generale ale consilierii sunt: obținerea maturizării personalității, dobândirea și utilizarea propriei independențe; integrarea personală eficientă în situațiile vieții cotidiene; în profesie și dezvoltarea responsabilității*.

Băban A. delimitează trei obiective ale consilierii:

Promovarea sănătății și a stării de bine: funcționare optimă din punct de vedere somatic, fiziologic, mintal, emoțional, social și spiritual.

Dezvoltarea personală: cunoașterea de sine, imaginea de sine, capacitatea de decizie responsabilă, relaționare interpersonală

armonioasă, controlul stresului, tehnici de învățare eficiente, atitudini creative, opțiuni vocaționale realiste.

Prevenție: a dispoziției afective negative, a neîncrederii în sine, a comportamentelor de risc, a conflictelor interpersonale, a dificultăților de învățare, a dezadaptării sociale, a disfuncțiilor psihosomatice, a situațiilor de criză [1, p. 17].

Activități de învățare și consolidare a competențelor speciale:

1. *Elaborați o grilă cu scopuri de consiliere a persoanei (adult și copil) în situații de criză.*
2. *Elaborați scopuri și obiective pentru consilierea preventivă și cea axată pe dezvoltarea persoanei.*
3. *Operaționalizați obiectivele consilierii elevilor, în situațiile de învățământ.*

TEMA 4. PRINCIPIILE, FUNCȚIILE ȘI ETAPELE CONSILIERII

- 4.1. Principiile consilierii;
- 4.2. Funcțiile consilierii;
- 4.3. Etapele consilierii.

4.1. Principiile consilierii

Principiile consilierii în esență țin de deontologia profesională. Codul deontologic al consilierului îl vom reda în cele ce urmează, acesta a fost adaptat, în baza *Codului deontologic al psihologului școlar*, identificat în *Ghidul metodologic - Organizarea activității Serviciului de Asistență Psihologică*, (aprobat de Consiliul metodic municipal al DGETS, la 24 martie 2011). Codul deontologic al consilierului constituie instrumentul de bază al specialității, care vizează, respectarea unor anumite principii:

- 1) **Principiul respectării drepturilor și demnității oricărei persoane.** Consilierul va desfășura activitatea, manifestând respect față de trăirile, experiențele, cunoștințele, valorile, ideile, opiniile și opțiunile celorlalți. Nu va manifesta inechitate pe criterii de cultură, naționalitate, etnie, rasă, religie, sex.
- 2) **Principiul competenței profesionale.** Consilierul se va angaja numai în acele activități profesionale în domeniul cărora deține cunoștințele, aptitudinile, atitudinile, experiența și atestarea necesară.
- 3) **Principiul integrității morale și profesionale în toate relațiile.** Consilierul va prezenta într-o manieră onestă pregătirea și calificările sale oriunde se află în relații profesionale.
- 4) **Principiul respectului colegial.** Consilierul va manifesta față de colegii săi de profesie onestitate, corectitudine, loialitate și solidaritate. Este inadmisibil clarificarea relațiilor dintre colegi și colaboratori în prezența clienților.

- 5) **Principiul responsabilității profesionale și sociale sau principiul „Nu dăuna!”**. Consilierul va manifesta o maximă responsabilitate pentru starea de bine a oricărui individ, familiei, grupului sau comunității față de care își exercită rolul de consilier. El va acționa astfel încât să nu cauzeze daune sănătății, stării generale sau statului social al beneficiarului. Consilierul nu oferă informații care ar putea agrava starea individului, este prudent la recomandările oferite.
- 6) **Principiul inofensivității și caracterului adecvat al metodelor și tehnicilor psihologice aplicate**. Tehnicile aplicate trebuie să corespundă scopurilor cercetării, vârstei, studiilor, condițiilor experimentului și să nu fie periculoase pentru sănătatea individului.
- 7) **Principiul imparțialității**. Este inadmisibilă atitudinea preconcepțută sau neobiectivă față de beneficiar.
- 8) **Principiul colaborării dintre consilier și individ**. Consilierul va informa beneficiarul despre posibilitățile reale ale psihologiei contemporane în problema vizată, despre hotarele competenței și posibilităților sale.
- 9) **Principiul acceptării necondiționate a persoanei (se referă la emoțiile beneficiarului, dar nu la acceptarea oricărui comportament)**. Consilierul nu face judecăți de valoare sau judecăți morale referitoare la viața beneficiarului. Nu va eticheta individul, nu va pronunța aprecieri negative în voce.
- 10) **Principiul confidențialității**. Consilierul se angajează să nu divulge informațiile furnizate de beneficiar altor persoane, aducând astfel prejudicii psihologice, morale, juridice beneficiarului – păstrarea secretului profesional.
- 11) **Principiul nondirectivității**. Consilierul nu decide în locul beneficiarului.
- 12) **Principiul nonexploatării**. Consilierul nu va exploata sau nu va profita de persoanele față de care manifestă un ascendent de autoritate. Va evita potențarea vocii, jesticularea neadec-

vată, comportamentele agresive față de cei cu care vine în contact în timpul activității profesionale.

- 13) Principiul fundamentării și caracterului științific al rezultatelor cercetărilor.** Consilierul va formula rezultatele cercetării în termeni și noțiuni, acceptate în știința psihologică.
- 14) Principiul autonomiei.** Informația obținută nu va fi discutată cu persoane străine domeniului psihologiei. Consilierul nu transmite metodele și tehnicile de lucru persoanelor necompetente. Va manifesta obiectivitate și corectitudine.
- 15) Principiul manifestării preocupării față de respectarea standardelor sau principiilor etice.** În cazul violării standarde etice de către unul din colegi, Consilierul este obligat să atragă cu maximă discreție și colegialitate atenția celui coleg asupra conduitei neadecvate, iar în cazul în care comportamentul non-etic persistă se va adresa organelor de resort (Comisia Metodică a Psihologilor a DGETS/minister).
- 16) Principiul formării și dezvoltării profesionale.** Consilierul depune permanent un efort de menținere și dezvoltare proprie profesională prin informare permanentă, participare la programe de formare profesională de specialitate, consultări cu specialiști din domeniu [34, p. 2].

4.2. Funcțiile consilierii

Analizând și prezentând reperele conceptuale, scopurile, obiectivele și principiile consilierii, de fapt, am abordat tangențial și funcțiile consilierii, însă pentru a le clarifica, vom realiza delimitarea și precizarea acestora într-un subcapitol separat.

Funcțiile consilierii depind de principalele tipuri de abordare a consilierii și psihoterapiei. Literatura de specialitate [1; 8; 12; 13; 15; 19; 26], oferă trei categorii tematice esențiale ale consilierii și psihoterapiei, după cum urmează:

I. Consiliere și psihoterapie de orientare psihodinamică (freudiană și postfreudiană). Funcția de bază: realizarea unei schimbări profunde, menite să conducă la restructurări și reconstrucții în personalitatea subiectului. Aici avem de urmărit funcționarea a două mecanisme esențiale: *insightul* și *catharsisul* [16, p. 19-20].

II. Consiliere și psihoterapie de orientare comportamentală. Funcția de bază: desfășurarea unor procese de învățare prin care persoana va dobândi abilități și deprinderi de a se adapta la solicitările vieții prin schimbarea sau achiziționarea noilor cogniții și comportamente [16, p. 25].

III. Consiliere și psihoterapie de orientare experiențială. Funcția de bază: valorificarea experienței imediate, trăită actual, *aici și acum* în scopul exprimării spontane, naturale a emoțiilor și gândurilor în vederea câștigării autenticității și autoactualizării persoanei [16, p.29].

În concluzie, observăm că funcțiile consilierii, indiferent de tipurile acesteia și categoria tematică, denotă orientarea spre ajutoarea persoanei în dobândirea unei eficiențe personale.

4.3. Etapele consilierii

Procesul consilierii are drept teme o relație specială între consilier și beneficiar, o relație care implică responsabilitate, încredere, respect și confidențialitate.

Consilierea reprezintă un proces complex ce include mai multe **etape**. Acestea sunt:

- 1) stabilirea relației cu beneficiarul și lumea sa;
- 2) încurajarea beneficiarului de a vorbi, pentru ca acesta *să-și povestească problema*;
- 3) ascultarea empatică și activă a beneficiarului;
- 4) observarea manifestărilor beneficiarului (mimică, gesturi, comportament);

- 5) identificarea, definirea și clarificarea problemelor beneficiarului;
- 6) edificarea de către beneficiar a tuturor problemelor sale;
- 7) identificarea modalităților de rezolvare a problemelor identificate;
- 8) confruntarea beneficiarului cu propriile așteptări și convingeri care reprezintă surse de rezistență la schimbare;
- 9) examinarea soluțiilor alternative posibile, cu scopul facilitării unei decizii;
- 10) adoptarea schimbării evolutive;
- 11) experimentarea și exersarea noilor comportamente, pentru consolidarea lor;
- 12) monitorizarea evoluției rezultatelor consilierii.

Persoanele care sunt consiliate și necesită remediere, trebuie să fie orientate spre adoptarea gândirii pozitive:

1. Să conștientizeze ce îi întristează, descurajează, le stârnește mânie.
2. Să revizuiască problema, geneza și urmările ei.
3. Să reflecte asupra prezentului, să se gândească cum se simt la moment,
4. Să ia în considerare viitorul, cum va influența remedierea problemei viața sa și a semenilor.

Activități de învățare și consolidare a competențelor speciale:

1. *Identificați și analizați principiile consilierii. Demonstrați că ele stau la baza deontologiei profesionale.*
2. *Elaborați grile ce ar include funcțiile consilierii la fiecare tip și categorie de intervenție.*
3. *Elaborați schițe și modele ce includ etapele consilierii (psihologice; psihopedagogice).*

TEMA 5. PERSONALITATEA CONSILIERULUI

- 5.1. Consilierul – repere definitorii;
- 5.2. Deontologia consilierului: aptitudinile și abilitățile consilierului;
- 5.3. Greșeli în consiliere.

5.1. Consilierul – repere definitorii

Psihologul / consilierul deseori devine model pentru beneficiarii săi, deaceia este important ca consilierul, pentru început, să-și modifice/ remedieze aspectele sale negative, sau aspectele pe care ar vrea să le modifice la persoana cu care lucrează. Pentru aceasta consilierul trebuie să lucreze cu regularitate asupra problemelor sale personale. În caz de necesitate poate chiar apela și el la un specialist competent, căci problemele neremediate ale consilierului, vor afecta capacitatea de reușită a beneficiarului.

În literatura de specialitate identificăm următoarele caracteristici ale unui consilier eficient (Corey, 2001), stabilite prin cercetări de tip experimental și experiențial:

consilierul ca persoană și specialist posedă propria identitate. Acesta știe cine este el, ce poate să devină, ce dorește de la viață și poate realiza distincția între elementele esențiale și cele neesențiale;

consilierul respectă și se apreciază pe sine însuși, bazându-se în demersul de acordare a ajutorului pe forța și sentimentul valorii personale;

consilierul își recunoaște și își acceptă forța interioară, se simte adecvat în prezența celorlalți și le permite acestora să se manifeste ca persoane puternice, fiind deschis și receptiv la schimbare, capabil să renunțe la căile și mijloacele cunoscute și sigure pentru un demers de tip inovator;

consilierul este capabil să ia decizii și să-și asume responsabilități pentru sine și pentru ceilalți;

consilierul este activ, dinamic, trăiește în mod plener, opțiunile sale fiind bazate pe un sistem de valori morale; este o persoană autentică, sinceră, onestă, care nu se ascunde în spatele unor măști, nu joacă roluri impuse și nu declanșează mecanisme de tip defensiv;

consilierul are simțul umorului, privește lucrurile în perspectivă și nu se teme să se amuze chiar pe seama propriilor sale deficiențe; are capacitatea de a-și recunoaște greșelile și de a-și asuma responsabilitatea pentru acțiunile sale;

trăiește predominant în prezent, fără a se agața de trecut sau a se refugia prea mult în viitor;

consilierul admite, apreciază și respectă diferențele culturale, sociale, de gen sau rasă; este sincer interesat de bunăstarea celorlalți, interes bazat pe respect, grijă, încredere și apreciere a oamenilor;

este profund implicat în activitatea sa, dar, totodată, nu devine sclavul activității profesionale;

consilierul este capabil să stabilească limitele adecvate specifice unei relații interpersonale sănătoase; deși participă activ la problemele beneficiarilor săi, nu se ocupă de ele în timpul liber, este capabil să spună „nu”, fapt ce îl ajută să ducă o existență echilibrată [Apud 21, p.47-48].

Cercetătorul **Dumitru Ion Al.** [16], menționează că în cadrul instituției de învățământ, se poate considera eficient consilierul care:

operează într-un mediu securizat și confortabil psihologic;

explică experiențele și trăirile elevului într-un mod inteligent și consistent logic;

ajută elevul să ia decizia de a se angaja în activități, în rezolvarea propriilor probleme, eliberându-se de stres și atinându-și scopurile asumate [16, p.43].

În acest context, Mitrofan Iolanda, identifică o serie de cunoștințe care trebuie să le posede, fiecare consilier și anume consilierul școlar eficient:

cunoașterea principalelor etape ale dezvoltării umane;
cunoașterea problematicii familiei și a riscului de a deveni înlocuitor al părinților;
cunoașterea sistemului de valori al copiilor și adolescenților;
cunoașterea rețelei de stat de organizații nonguvernamentale;
cunoașterea principalelor reglementări privind protecția copilului [24, p. 43].

Aceste cunoștințe, precum și respectarea codului deontologic al psihologului, dar și interiorizarea, inclusiv exteriorizarea sistemului de valori etice, în interdependență cu *conținutul, formele și modalitățile consilierii psihopedagogice*, constituie o parte semnificativă din consilierea psihopedagogică.

În procesului consilierii specialistul este obligat să respecte următoarele reguli:

- ascultarea activă;
- confidențialitatea;
- empatia;
- respectarea beneficiarului;
- suportul afectiv;
- orientarea beneficiarului spre identifica resurselor necesare în soluționarea propriilor probleme;
- responsabilizarea pentru realizarea obiectivelor fixate în comun; monitorizarea cazului după finalizarea intervenției.

Indiferent de tehnicile utilizate, activitatea de consiliere include următoarele interdicții:

- a nu invade universul interior al beneficiarului;
- a nu prescrie rețete (fiecare beneficiar e unic în felul său, la fel și problemele fiecărui beneficiar sunt unice);
- a nu dăuna;
- a fi apt pentru a vedea dincolo de aparențe;
- a facilita, la nivelul beneficiarului, autocunoașterea, autodefinirea, autoevaluarea și formarea abilităților de comunicare și relaționare;

a orienta beneficiarul spre a-și concepe propriile strategii acționale și propriile opțiuni, în conformitate cu resursele sale reale, și în conformitate cu resursele sale motivaționale de care dispune.

5.2. Deontologia consilierului: aptitudinile și abilitățile consilierului

Aptitudinile consilierului

Consilierea eficientă presupune manifestarea unui complex aptitudinal – atitudinal specific consilierului, dar și o serie de principii particulare acțiunii de consiliere.

Consilierul trebuie să prezinte o serie de calități/aptitudini dintre care amintim:

Empatia – capacitatea de a percepe trăirile, emoțiile interlocutorului, modul său de a gândi și a se comporta, fără a se identifica cu acesta. Empatia nu trebuie confundată cu mila sau compasiunea față de o persoană în dificultate. Această calitate se dezvoltă prin exersarea comunicării verbale și nonverbale eficiente. Din acest motiv trebuie să avem în vedere ascultarea atentă a interlocutorului, utilizarea întrebărilor deschise, evitarea întreruperilor, a etichetării-lor, a criticilor sau moralizării. De asemenea, este indicat să acordăm un timp de gândire înainte de a da un răspuns, oferirea de răspunsuri scurte, clare, utilizarea unei tonalități potrivite a vocii etc.

Acceptarea necondiționată – acceptarea necondiționată este premisa fundamentală a procesului de dezvoltare personală și de optimizare a funcționării persoanei. Consilierul trebuie să accepte necondiționat interrelaționarea cu subiectul, indiferent dacă valorile acestuia diferă sau sunt diametral opuse. Valorizarea elevilor nu trebuie să fie condiționată de grupul social de apartenență, de rasă, sex, religie, valori și atitudini personale, comportamente.

Acceptarea necondiționată nu este echivalentă cu aprobarea oricărei aptitudini sau a oricărui comportament, cu neutralitate sau

ignorare, cu simpatie și toleranță. Acceptarea unei persoane nu presupune nici aprobarea nici dezaprobarea a ceea ce spune sau simte persoana. Este acceptarea modului în care persoana simte sau crede în mod diferit de ceilalți.

Non-acceptarea înseamnă: să dai sfaturi, soluții, să evaluezi, să învinovățești, etichetezi, ameninți, lauzi etc.

Congruența – se referă la concordanța dintre comportamentul consilierului și convingerile, emoțiile și valorile sale personale. Este indicat să nu exprime convingeri și idei în care nu crede cu adevărat. Decalajul dintre ceea ce simte sau gândește consilierul se va transpune într-un comportament fals, ușor de observat de ceilalți. Dacă manifestă această calitate va reuși să construiască o relație de încredere cu consiliatul.

Colaborarea – reprezintă abilitatea consilierului de a implica persoana în deciziile de dezvoltare personală. Rolul consilierului este să-l ajute pe beneficiar să găsească cele mai bune informații pentru ca acesta să poată lua decizii optime.

Responsabilitatea – presupune respectarea principiilor fundamentale ale consilierii, prin prevenirea utilizării greșite a cunoștințelor și metodelor de consiliere. Consilierul nu se poate implica în procesul consilierii dacă nu își asumă responsabilitatea aptitudinilor și acțiunilor sale. Consilierul activează în limitele competenței sale profesionale și își asumă responsabilitatea pentru consecințele propriilor acțiuni [1, p.21].

Abilitățile consilierului

Pentru reușita actului de consiliere se impune existența și manifestarea unui set de abilități specifice consilierului. Dintre acestea amintim:

Ascultarea activă – presupune ascultarea cu atenție a consiliatului și încurajarea prin conduita verbală și nonverbală a exprimării deschise a problemelor.

Observarea – capacitatea de a remarca detalii ale conduitei verbale și nonverbale a subiectului, pentru sesizarea congruenței dintre cele două forme de comunicare, dar și pentru a identifica trăirile afective ale acestuia.

Adresarea întrebărilor – impune atenție în selecția tipurilor de întrebări și chiar a momentului în care acestea se adresează.

Oferirea de feed-back – Oferirea unui feed-back eficient este o abilitate care susține comunicarea dintre consiliat și consilier. Feed-back-ul se va focaliza pe aspectele pozitive; el trebuie să fie constructiv și nu distructiv, focalizat pe un comportament specific. Feed-back-ul trebuie oferit imediat pentru întărirea comportamentului.

Furnizarea de informații – Trebuie folosit un limbaj comun cu cel al consiliatului. Se transmit informații care sunt corecte și suficiente pentru decizii responsabile.

Parafrazarea – este abilitatea de reformulare a ceea ce ni se pare esențial în mesaj. Are ca obiectiv clarificarea aspectelor legate de subiectul sau tema în discuție. Parafrazarea permite totodată și consilierului să își clarifice dacă a înțeles corect mesajul transmis de beneficiar.

Sumarizarea – presupune verbalizarea într-o manieră organizată a celor mai importante aspecte ale discursului interlocutorului. Sumarizarea se realizează împreună cu consiliatul.

Reflectarea – Reflectarea este exprimarea înțelegerii de către consilier atât a conținutului informațional cât și a stării emoționale transmise de subiect. Scopul reflectării este să verifice înțelegerea celor relatate de interlocutor și să îi comunice acestuia înțelegere și acceptare necondiționată [1, p. 26].

5.3. Greșeli în consiliere [41]

Consilierul neexperimentat poate comite anumite erori pe parcursul procesului de consiliere, de cele mai multe ori acestea de-

terminând interpretări subiective asupra problemei beneficiarului, generând false soluții. Printre cele mai frecvente greșeli întâlnim:

Dirijarea – constă în soluții oferite de-a gata, aspect care îl poate determina pe beneficiar să opună rezistență, simțindu-se neînțeles;

Dezbaterea – purtarea de discuții în contradictoriu, menținerea punctului de vedere al consilierului;

Dogmatizarea – enunțarea unor pilde teologice, psihologice, expresii populare, fapt care îl derutează pe beneficiar;

Diagnosticarea – formularea din start a unor etichete pentru beneficiar;

Interpretarea – formularea unor presupuneri subiective asupra problemei și conduitei beneficiarului;

Generalizarea – utilizarea termenilor *niciodată* sau *totdeauna*, care pot inhiba;

Bagatelizarea – minimalizarea problemei, chiar și din dorința de a-l consola pe beneficiar;

Moralizarea – enunțarea de judecăți de valoare pozitive sau negative determină beneficiarul fie să se simtă criticat, fie dependent de aprecierea consilierului;

Monologarea – apare atunci când consilierul monopolizează discuția, eventual dând numeroase exemple din viața și experiența personală;

Emigrarea – orientarea discuției către probleme neesențiale;

Raționalizarea – neglijarea nivelului de cultură, pregătire, valorile beneficiarului, din dorința de a identifica o logică a situației;

Proiectarea – transpunerea propriilor valori/judecăți asupra beneficiarului;

Identificarea – consilierul intră prea mult în lumea beneficiarului, identificându-se cu el;

Fixarea – acceptarea oricărui rol atribuit de către beneficiar (expert, consolator etc.);

Abstractizarea – utilizarea unui limbaj supraspecializat, neînțeles de beneficiar;

Examinarea – manifestarea unei curiozități exagerate, adresarea multor întrebări, aspect care scade capacitatea beneficiarului de a se autocerceta;

Externalizarea – abordarea de probleme marginale beneficiarului, care nu au legătură cu problema;

Modificarea destinației – conducerea discuției într-o direcție împotriva dorinței beneficiarului; are ca efect întreruperea comunicării.

Pentru evitarea acestor greșeli consilierul trebuie să manifeste mult autocontrol, nefiind ignorate regulile de bază ale consilierii.

Greșelile consilierului începător:

1. Este prea zelos:

- dorește cât mai multe informații despre beneficiar și problema acestuia, dar adresează întrebări mai mult pentru satisfacerea curiozității personale, nu pentru a-l determina pe beneficiar să se autoanalizeze;
- va aduna date despre evenimente;
- nu va explora latura emoțională a beneficiarului;
- se va erija într-un fel de anchetator, iar beneficiarul nu se va simți confortabil. Ca atare nu se va crea o relație între cei doi;
- poate explora aspecte mai sensibile, fără a ține cont dacă beneficiarul dorește sau nu să vorbească despre acestea;
- poate folosi un limbaj dur;
- nu explorează resursele și nevoile beneficiarului.

2. Este anxios:

simte o stare de tensiune și încearcă să o scadă fiind vesel, jovial, lejer, ceea ce beneficiarul poate interpreta ca lipsă de interes;

poate evita aspecte neplăcute ale problemei, pentru a nu-l supăra pe beneficiar, față de care poate simți milă;

încearcă să dea sugestii, să rezolve el problema;

urmărește rigid un set de întrebări prestabilite. Astfel apare riscul de a pierde din vedere resursele beneficiarului; poate fi îngrijorat de relația de încredere dintre el și beneficiar;

se poate bloca, iar beneficiarul poate interpreta acest lucru în mai multe feluri: fie că el are o problemă foarte gravă, fie că, consilierul este nepriceput. Cauza blocajelor se poate datora faptului că nu a înțeles ce a spus beneficiarul, unei întrebări deplasate a beneficiarului sau așteptărilor prea mari pe care le are de la propria persoană. Soluțiile în aceste cazuri constau în revenirea la un subiect amintit anterior de beneficiar, în utilizarea unor tehnici ca parafrazarea sau reflectarea sentimentelor;

îl judecă pe beneficiar – fapt care poate fi sesizat chiar și nonverbal.

3. Este incapabil să înțeleagă propriul comportament nonverbal și pe cel al beneficiarului:

se impune monitorizarea timpului în care vorbește consilierul în comparație cu beneficiarul;

trebuie manifestat un autocontrol crescut al limbajului corporal și mimicii.

În concluzie, calitățile și aptitudinile consilierului, alături de respectarea principiilor consilierii pot asigura un proces de susținere, suport și orientare corectă a subiecților consilierii, în vederea depășirii problemelor manifestate.

Activități de învățare și consolidare a competențelor speciale:

- 1. Elaborați un portret al consilierului eficient.*
- 2. Determinați și caracterizați specificul relației consilier – beneficiar.*
- 3. Stabiliți și descrieți erorile și greșelile posibile în activitatea consilierului. Gândiți strategii de evitare și depășire a acestora.*

TEMA 6. RELAȚIA *CONSILIER* – *BENEFICIAR* CA FUNDAMENT METODOLOGIC AL ACTIVITĂȚII EFICIENTE DE CONSILIERE

- 6.1. Aspecte definitorii ale relației de consiliere;
- 6.2. Responsabilitățile consilierului și a beneficiarului în procesul consilierii.

6.1. Aspecte definitorii ale relației de consiliere

Relația de consiliere este definită ca un parteneriat între cei doi protagoniști dintre care unul este cel care solicită ajutorul de specialitate, numit beneficiar sau client și celălalt cel care oferă acest ajutor, consilierul, fiecare dintre ei cu viziuni, expectanțe și experiență, dar împărtășind aceleași scopuri de soluționare/depășire a problemei. Constituie o întâlnire foarte importantă pentru beneficiarul care se confruntă cu probleme.

Relația terapeutică se bazează pe un contract mutual între consilier și beneficiar care include problemele identificate, durata și frecvența ședințelor, așteptările beneficiarului, responsabilitățile fiecărei persoane implicată în consiliere. Contractul poate fi scris sau doar analizate punctele din el, fără a le nota pe hârtie.

Rogers Carl [30] menționa că o consiliere eficientă trebuie să aibă la bază o relație bine structurată, dar permisivă, care trebuie să-l ajute pe beneficiar să se înțeleagă pe sine însuși în asemenea măsură încât să fie capabil să facă pași pe linia unei noi orientări.

Relația dintre consilier și beneficiar este o relație mereu unidirecțională, adică de la consilier spre beneficiar. Faptul că consilierul realizează un venit ca urmare a exercitării profesiei sale sau că poate trăi momente de satisfacție profesională datorate reușitelor sale sunt efecte pe care le putem considera colaterale. O abatere de la această normalitate este fie atunci când psihoterapeutul încalcă codul etic și deontologic, urmărind conștient anumite beneficii.

Baban A. [1, p.16], susține că în cadrul procesului de consiliere, specialistul trebuie să ajute și să-i inspire încrederea în forțele sale beneficiarului; să-i insuflă că el este capabil să-și asume propria dezvoltare personală, să prevină diverse tulburări și disfuncții, să găsească soluții la problemele cu care se confruntă; să-l facă să se simtă bine cu sine, cu ceilalți în lumea în care trăiește și interrelaționează.

Cuznețov Larisa [7, p.79-82], delimitează dimensiunea etică în consilierea familiei, aceasta în viziunea cercetătoarei parvine din valorile, normele și principiile morale, care se concentrează în respectarea standardelor morale și valorizarea strategiilor și reglementărilor privind relația consilier – subiect consiliat (parteneri conjugal; părinți; copii; bunici; alte rude etc.), practicile și procedurile consilierii. Dimensiunea etică în consilierea familiei se axează pe respectarea drepturilor omului, asigurarea confidențialității, protejarea subiecților consiliați de anumite constrângeri indecente. Astfel, toate aceste sumarizări ale accepțiunilor teoretice în domeniul consilierii familiei, au fost eficient structurate în **Meta – Modelul de etică și semnificare pentru consilierea eficientă a familiei**, pe care l-am redat în subcapitolul 2.

6.2. Responsabilitățile consilierului și a beneficiarului în procesul consilierii

Cercetătorul **Dumitru Ion AL.** definește relația de consiliere ca fiind o relație între o persoană specializată, cu anumite competențe (consilierul), și o altă persoană (beneficiarul), în cadrul căreia consilierul acordă asistență, oferă sprijin și îndrumare beneficiarului, ajutându-l să conștientizeze problemele cu care se confruntă și determinându-l să se angajeze în soluționarea lor [16, p. 62].

Pentru a conștientiza esența consilierii vom face o trecere în revistă a responsabilităților ambelor părți, a specialistului și a beneficiarului.

Responsabilitățile consilierului, precum și responsabilitățile beneficiarului sunt prevăzute în contractul inițial și presupun realizarea unor funcții.

Astfel, responsabilitățile consilierului includ:

acțiuni de conducere și dirijare a procesului de consiliere în vederea realizării obiectivelor beneficiarului;

acțiuni de evitare a jucării rolurilor de victimă, salvator sau persecutor;

implicarea activă, împreună cu beneficiarul, la analiza tranzacțională, analiza jocurilor psihologice și analiza scenariilor de viață, a problemelor;

explicarea direcției și rezultatelor consilierii;

asistarea beneficiarului la realizarea contractului cu el însuși, rolul consilierului fiind cel de martor, sfătuitor sau facilitator;

comportamente de susținere morală, considerând obiectivele beneficiarului mai importante decât cele proprii;

respectarea codului deontologic al consilierului.

Responsabilitățile persoanei consiliate / beneficiarului, includ:

determinarea și stabilirea prin contract, ceea ce vrea să schimbe beneficiarul;

identificarea potențialului interior ce ar putea fi antrenat în obținerea schimbării beneficiarului;

asumarea responsabilității pentru propriile decizii și acțiuni de îndeplinire a sarcinilor oferite de consilier;

participarea activă la stabilirea unei relații terapeutice de siguranță și încredere;

considerarea consilierului drept aliat al schimbării și nu magician.

Procesul consilierii psihologice și a celei psihopedagogice, poate fi conștientizat ca un proces de schimbare complexă și continuă a beneficiarului cu ajutorul și sub îndrumarea consilierului. Evident că acest proces presupune anumite abilități și competențe din partea specialistului vizat.

Activități de învățare și consolidare a competențelor speciale:

1. *Descrieți detaliat contextul unei relații optime consilier – beneficiar.*
2. *Determinați acțiunile și responsabilitățile consilierului în cadrul variatelor tipuri/ categorii de consiliere.*
3. *Stabiliți teoriile din domeniul psihologiei, sociologiei educației și pedagogiei de care se conduce consilierul. Argumentați.*

TEMA 7. FUNDAMENTELE PRAXIOLOGICE: METODOLOGIA ȘI TEHNOLOGIA CONSILIERII

- 7.1. Strategia consilierii;
- 7.2. Metodologia consilierii.

7.1. Strategia consilierii

Consilierea psihologică vizează un set de acțiuni psihologice, pedagogice sistematice și sistemice, realizate prin intermediul formelor, metodelor și strategiilor de identificare, remediere și prevenire a discordanțelor și problemelor persoanei. O condiție importantă a consilierii psihologice este caracterizată prin faptul că specialista nu propune rețete sau soluții prefabricate, ci orientează, apoi ghidează beneficiarul spre luarea unei decizii optime pentru soluționarea, de sine stătătoare, a propriei problemei. În viziunea lui **Rogers Carl** [30], important este ca în procesul consilierii, consilierul să stabilească un climat psihologic, moral cu persoanele ce le consiliază, prin intermediul căruia aceștia se vor simți înțeleși, acceptați în mod necondiționat și valorizați ca persoane. Unul din obiectivele esențiale ale consilierii psihologice constată în faptul că individul trebuie să nu fie scos din contextul său social, astfel încât să fie abordat izolat de semenii săi. Cu cât problema și obiectivele consilierii vor fi mai clar stabilite, cu atât va fi mai eficient identificată strategia și setul de metode și procedee aplicate.

În procesul identificării setului de metode care urmează a fi aplicate, esențială este convorbirea și motivarea beneficiarului pentru a realiza consilierea. Modul prin care consilierul decide să motiveze beneficiarul depinde de natura problemei identificate, de obiectivele propuse, de însăși personalitatea beneficiarului, de relația care s-a stabilit între consilier și beneficiar, cât și de experiența, pregătirea profesională și de cunoștințele deținute de consilier.

Strategii și metode utilizate în cadrul consilierii psihologice:

Tabelul 2**Strategii de realizare a consilierii psihologice**

Nr. de ord.	Strategia	Descrierea strategiei	Forma de realizare (grup/individual)
1	2	3	4
1.	<i>Metoda conversației</i>	Constituie metoda fundamentală a consilierii psihologice și a consilierii în general. Se realizează prin comunicarea propriu-zisă dintre beneficiar și consilier. Comunicarea trebuie să fie: empatică, gândită, adică să fie realizată în baza unui scop.	Grup/ individual
2.	<i>Metoda observației</i>	Constituie metoda fundamentală a cercetării psihologice. Se realizează prin observarea, înțelegerea, descoperirea, analiza conduitei și persoanei consiliate, în general.	Grup/ individual
3.	<i>Metoda studierii produselor activității</i>	Se realizează prin analiza și examinarea produselor activității (desene, compuneri, construcții tehnice, ortografie etc.) realizate de persoana consiliată, cu scopul de a identifica caracteristicile și particularitățile psihologice individuale ale acesteia.	Grup/ individual
4.	<i>Metoda biografică / anamneza</i>	Se realizează prin analiza în ontogeneză a beneficiarului, pentru a identifica principalele particularități și evenimente trăite de beneficiar.	Grup/ individual

1	2	3	4
5.	<i>Metoda ascultării active și atente</i>	Presupune ascultarea empatică și atentă a trăirilor beneficiarului. Esențial este faptul că consilierul trebuie să posede răbdare pentru a asculta activ, fără a grăbi beneficiarul.	Grup/ individual
6.	<i>Metoda acceptării necondiționate</i>	Se realizează prin recunoașterea demnității și valorii persoanele a beneficiarului, fără a critica, eticheta, judeca și fără a condiționa aprecierea.	Grup/ individual
7.	<i>Metoda dezvoltării gândirii pozitive</i>	Se realizează prin dezvoltarea imaginii și respectului de sine a beneficiarului, a responsabilității și acceptării personale. Prin sugerarea gândurilor/ ideilor pozitive.	
8.	<i>Metoda feed – back-ului</i>	Feed-back-ul reprezintă o conexiune inversă – utilizată pentru menținerea stabilității și echilibrului în procesul consilierii. Oferirea unui feed-back eficient este o abilitate care susține comunicarea dintre consilier și beneficiar.	Grup/ individual
9.	<i>Metoda sugestiei</i>	Se realizează prin dirijarea conștiinței și cognițiilor beneficiarului, prin sugerarea și propunerea ideilor, cu scopul de a influența asupra voinței beneficiarului, asupra modului de a se comporta, gândi și lua decizii.	Grup/ individual

1	2	3	4
10.	<i>Metoda reformulării</i>	Se realizează cu scopul de a reevalua și analiza problema dintr-o altă perspectivă, de către beneficiar.	Grup/ individual
11.	<i>Metoda modelării / remodelării cognitive</i>	Se realizează cu scopul de a modela/remodela convingerile, concepțiile și cognițiile eronate ale beneficiarului, prin utilizarea sugestiei, modelului/ exemplul altor persoane etc.	Grup/ individual
12.	<i>Metoda modelării / remodelării conduitei</i>	Se realizează cu scopul de a modela/remodela conduita inadecvată / necorespunzătoare problemei cu care se confruntă beneficiarul, prin utilizarea modelului/ exemplul altor persoane etc.	Grup/ individual
13.	<i>Metoda modelării / remodelării relației</i>	Se realizează cu scopul de a modela/remodela relația beneficiarului copil cu colegii, prietenii, părinții; în cazul beneficiarului adult cu copiii, cu soțul/ soția, colegii etc., prin utilizarea sugestiei, modelului/exemplul altor persoane etc.	Grup/ individual
14.	<i>Metoda descriei portretului propriu / introspecției</i>	Se realizează prin descrierea de către beneficiar a propriului portret/comportament, cu scopul de a identifica cum se percepe pe sine și cum își percepe propriul comportament beneficiarul. Poate fi realizată prin următoarele întrebări pe care și le va adresa însăși beneficiarul: <i>Cum sunt eu acasă? Cum sunt eu în relațiile cu prietenii?</i>	Grup/ individual

1	2	3	4
15.	<i>Metoda descrierii imaginii proprii de către alte persoane</i>	Se realizează prin descrierea de către beneficiar a propriului portret/ comportament, din perspectiva altor persoane (părinți, cadre didactice, prieteni etc.), sau mai poate fi realizată direct prin intermediul altor persoane (părinți, cadre didactice, prieteni etc.), cu scopul de a identifica cum percep cei din jur comportamentul și persoana – în general.	Grup/ individual
16.	<i>Metoda parafrazării</i>	Se realizează prin reformularea mesajului, cu scopul de a clarifica subiectul sau tema de discuție.	Grup/ individual
17.	<i>Metoda sumarizării</i>	Se realizează prin recapitularea, identificarea și clarificarea mesajelor din cadrul consilierii. Sumarizarea se utilizează și pentru stabilirea priorităților și alternativelor de abordare a unei teme sau subiect, sau pentru clarificarea perspectivelor beneficiarului asupra alternativelor de abordare a problemei sale.	Grup/ individual
18.	<i>Metoda reflectării</i>	Se realizează prin înțelegerea de către consilier atât a conținutului informațional cât și a stării emoționale transmise de beneficiar. Reflectarea favorizează conștientizarea de către beneficiar, a faptului că este ascultat și că ceea ce exprimă sau trăiește este important. Scopul fundamental al reflectării este mai ales cel de validare a trăirilor emoționale ale beneficiarului.	

1	2	3	4
19.	<i>Metoda epistolară sau a scrisorii</i>	Se realizează prin notarea de către beneficiar a tuturor trăirilor sale neplăcute, cu scopul de a scăpa, ulterior, de ele, prin distrugerea lor (ardere sau rupere). Această metodă este extrem de utilă în procesul consilierii persoanelor foarte afectate, cărora le vine greu să vorbească despre problema interiorizată.	Individual
20.	<i>Metoda jurnalului intim</i>	Se realizează prin notarea într-un <i>jurnal</i> , a trăirilor zilnice ale beneficiarului. De obicei consilierul îi insulfă beneficiarului, posibilitatea de a scăpa de trăirile neplăcute prin notarea lor într-un jurnal, de care ulterior va fi posibil să se debaraseze prin nimicirea lui, la fel ca în cazul metodei epistolare/ scrisorii, prin ardere sau rupere.	Individual
21.	<i>Metoda anchetei (chestionarul, interviul)</i>	Se realizează prin intermediul a două modalități: chestionarul și interviul. Ambele se bazează pe adresarea întrebărilor, cu scopul de a identifica informații necesare procesului de consiliere. Interviul este asemănător conversației, dar totuși se deosebește de aceasta prin faptul, că în cadrul interviului există un interviator (în cazul consilierii, <i>interviewatorul</i> poate fi atât consilierul, cât și beneficiarul) care mereu inițiază emiteria mesajului/ întrebărilor.	Grup/ individual

1	2	3	4
22.	<i>Metoda vizionării de la o parte</i>	Se realizează prin provocarea beneficiarului de a se percepe <i>de la o parte</i> , mai exact i se propune beneficiarului să se descrie pe sine și/ sau comportamentul său, din perspectiva unei persoane din exterior.	Grup/ individual
23.	<i>Metodele religioase (rugăciuni, frecventarea bisericii etc.)</i>	Se realizează prin sugestionarea beneficiarului să apeleze la citirea unor rugăciuni, la frecventarea bisericii, cu scopul de a-și hrăni sufletul cu o doza spirituală necesară fiecărei ființe.	Grup/ individual
24.	<i>Metoda energizării</i>	Se realizează prin diverse activități specifice energizării, cu scopul de a stimula energia personală a beneficiarului, pentru a înlătura oboseala, stresul și încărcătura emoțională a lui.	Grup/ individual
25.	<i>Motode de relaxare</i>	Se realizează prin intermediul variatelor tehnici de relaxare, ca de exemplu: textele de relaxare – sunt o metodă eficientă în procesul relaxării, acestea fiind însoțite de respirație profundă și atmosferă prielnică relaxării, favorizează relaxarea musculară progresivă.	Grup/ individual
26.	<i>Sociodrama</i>	Se realizează prin cooperare, învățare, descoperire, problematizare, dezbateri, jocuri de rol, înscenarea unei probleme, cu scopul de a soluționa situația înscenată, prin modelarea și interpretarea întocmai a	Grup

1	2	3	4
		ei. Reprezintă una dintre cele mai eficiente metode de creare, modelare și soluționare a unei situații dificile/ conflictuale, la care participă minimum trei persoane.	
27.	<i>Psiodrama</i>	Se realizează după același mecanism ca <i>sociodrama</i> , însă în cadrul psihodramei este prezentă o singură persoană, care este însărcinată în procesul consilierii să se suprapună în mai multe roluri, în dependență de problema consiliată.	Individual
28.	<i>Studiul de caz</i>	Se realizează prin suprasolicitarea aspectelor cognitive ale beneficiarului, cu scopul analizei și soluționării unei probleme proprii altor persoane.	

7.2. Metodologia consilierii

Metodologia consilierii include ansamblul de strategii, metode și forme aplicate în activitățile de consiliere.

Strategiile consilierii psihologice se aleg și se aplică în funcție de vârsta, genul, religia beneficiarului, nivelul de cultură și inteligență, de acceptare a metodelor de către beneficiar. În alegerea tehnicilor, strategiilor și a modalităților de lucru în realizarea unei consilieri psihologice, specialistul trebuie să țină cont de unele condiții. Vom analiza și ne vom conduce de schema lui **Dumitru Ion Al.** [16, p. 38], *Caracteristicile alegerii tehnicilor, strategiilor și a modalităților de lucru în realizarea unei consilieri psihopedagogice încununate cu succes:*

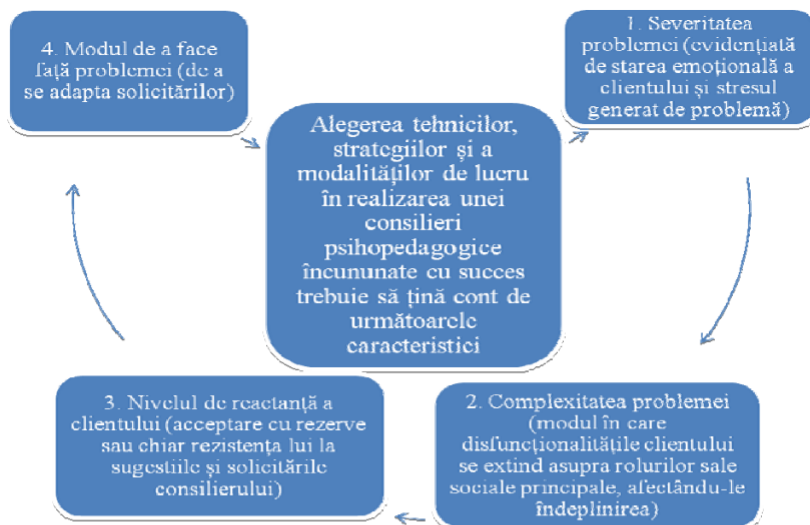


Figura 1. Caracteristicile alegerii tehnicilor, strategiilor și a modalităților de lucru în realizarea unei consilieri psihopedagogice încununată cu succes

Diversitatea situațiilor, a beneficiarilor și a problemelor acestora a făcut dificilă, dacă nu chiar imposibilă, utilizarea unei singure teorii privind consilierea, astfel, **Dumitru Ion Al.** remarcă că consilierea psihologică trebuie să integreze modele de consiliere care să includă mai multe teorii și concepții psihologice – domeniu care a generat apariția *abordărilor de tip eclectic – integrativ*, care s-au dovedit a fi din ce în ce mai necesare și mai utile, menite să conducă la realizarea obiectivelor consilierii psihologice [16, p. 36].

Abordările de tip eclectic provin din mai multe școli și orientări terapeutice, utilizate în vederea realizării unei consilieri psihopedagogice eficiente [16, p. 36].

Abordările de tip eclectic pot fi definite, ca fiind o sinteză de strategii și metode, care s-au dovedit a fi utile în timp, și-au demonstrat eficacitatea, favorizând restructurarea conduitei și remediarea eficientă a problemelor beneficiarilor.

Tehnologia consilierii reprezintă demersul aplicativ realizat în baza selectării, integrării și aplicării ansamblului de metode, procedee și tehnici de intervenție.

Activități de învățare și consolidare a competențelor speciale:

1. *Definiți conceptele: strategie, metodologie și tehnologie a consilierii.*
2. *Elaborați strategii de consiliere psihologică, psihopedagogică.*
3. *Elaborați tehnologii de consiliere psihologică și psihopedagogică a adulților și copiilor.*

TEMA 8. TIPURILE DE CONSILIERE ȘI SPECIFICUL LOR

- 8.1. Consilierea educațională/ școlară/ psihopedagogică;
- 8.2. Consilierea în situație de criză;
- 8.3. Consilierea familiei.

8.1. Consilierea educațională/ școlară/ psihopedagogică

Consilierea pedagogică / educațională, oferă sprijin, ajutor și îndrumare, în special, copiilor și tinerilor, adulților, tuturor persoanelor care participă la activități de instruire / învățare, formare profesională, și dezvoltare personală sau / și orientare în carieră. Consilierea psihopedagogică este realizată, mai frecvent, de către educatori / cadre didactice, psihopedagogi, consilieri educaționali sau școlari și chiar de către părinți - în cazul copiilor. Ea vizează susținerea și consilierea nu numai a elevului, ci și a familiei în cadrul instituției de învățământ, cât și a tuturor colaboratorilor și agenților educativi. Consilierea psihologică școlară are ca scop fundamental sprijinirea elevului, profesorului sau a părintelui, familiei, pentru ca aceștia să devină capabili pentru a se ajuta singuri; să se înțeleagă atât pe sine, cât și realitatea înconjurătoare. Prin urmare, sarcina consilierului școlar nu este de a da numai sfaturi, ci de a ajuta ca persoana aflată în dificultate să devină aptă să-și rezolve singură problemele cu care se confruntă. De aici putem menționa faptul că cel care consiliază (cadrul didactic sau consilierul specialist) nu are niciodată soluții prestabilite pentru un caz concret, dar el trebuie să posede o experiență bogată de consiliere și să fie competent în domeniul vizat.

Consilierea educațională este un proces de dezvoltare; are un rol de prevenire și este proactivă; optimizează modul în care elevul relaționează cu părinții, colegii și școala; abordează variate probleme ale subiectului consiliat, care pot fi de tip personal, educațional, social, de orientare școlară și profesională, inclusiv, cele care apar în situații de criză.

Cercetătoarea **Dimitriu-Tiron Elena** [15, p.24-25], identifică nouă diferențe, dintre consilierea psihologică și cea psihopedagogică:

Tabelul 3

Trăsături generale specifice consilierii psihopedagogice și celei psihologice în viziunea lui Tiron-Dimitru Elena

Consilierea	
psihopedagogică	psihologică
1	2
1. Grupul țintă	
Se adresează subiecților (elevi, studenți, adulți încadrați în procesul de studiu) cu dificultăți specifice procesului educațional (vățare, relaționare, adaptare, integrare, performanță).	Se adresează tuturor persoanelor normale, dar cu dificultăți esențiale cu scopul refacerii echilibrului acestora cu mediul.
2. Unde poate fi realizată?	
Se desfășoară în cabinetul metodic de consiliere sau în clasă la consiliere.	Se desfășoară în cabinetul psihologic. orele de dirigenție și consiliere.
3. Obiectul intervenției	
Obiectul consilierii psihopedagogice (educaționale) îl constituie fenomenele: absenteism, agresivitate care implică grup – relații deficitare între partenerii educaționali, orientare școlară și profesională.	Obiectul consilierii psihologice este reprezentat de fenomenele psihologice: anxietate, fobii, obsesie, tentative de suicid etc.
4. Cine o realizează?	
Este realizată de absolvenții instituțiilor de studii superioare și ai unor cursuri de specializare în consiliere psihopedagogică (educațională).	Este realizată de absolvenți ai facultăților de psihologie, pedagogie și asistență socială.

1	2
5. Metodologia aplicată în cadrul intervenției	
<p>Metodologia este psihopedago- Metodologia este de natură gică de alianță între metodele psihologică specifică diferitelor predominant comportamenta- școli psihologice și psihote-</p> <p>liste și metode pedagogice.</p>	<p>rapeutice (psihodinamice, com- portamentale, regresiune etc.)</p> <p>6. Timpul alocat intervenției</p> <p>Timpul alocat consilierii cores- Timpul alocat consilierii este punde cu timpul necesar pentru între una și paisprezece ședințe. soluționarea problemei.</p>
7. Intervenția asupra psihicului	
<p>Consilierea activează mecanis- În consilierea psihologică este mele conștiente ale psihicului implicat și inconștientul benefi- beneficiarului.</p>	<p>ciarului prin mecanismele de transfer proiectiv către <i>Eu l</i> consilierului.</p> <p>8. Modelul specific intervenției</p>
<p>Oferă un model educațional având un caracter preventiv de dezvoltare a potențialului indivi- dual sau de grup.</p>	<p>Oferă un model clinic curativ.</p>
9. Scopul intervenției	
<p>Pune accentul pe autocunoaș- terea beneficiarului cu scopul depășirii problemelor educațio- nale și facilitează procesul edu- cativ, asigură adaptarea și integ- rarea subiecților educaționali.</p>	<p>Pune accentul pe cunoașterea beneficiarului de către psiholog cu scopul depășirii problemelor psihologice și facilitează redu- cerea riscului apariției unor probleme psihologice.</p>

Astfel, putem conchide, că consilierea psihopedagogică implică cu precădere aspectele specifice procesului educațional (de orientare, educare/ reeducare, motivare etc.), iar cea psihologică

implică aspectele psihologice, curative și specifice diferitelor școli psihologice și psihoterapeutice. Consilierea psihopedagogică intervine cu mijloace specifice psihologiei, în scopul de a optimiza, stimula autocunoașterea și dezvoltarea personală, a preveni anumite probleme emoționale, cognitive și de comportament, însă ea nu este lipsită și de intervențiile de tip formativ, educațional, deci include valorificarea a două coordonate: cea psihologică și cea pedagogică.

8.2. Consilierea în situație de criză

A. Situația de criză – delimitări conceptuale:

Consilierea în situație de criză vizează centrarea pe o problemă/situație concretă a beneficiarului, cu scopul de a-l orienta pe acesta spre găsirea soluției optime pentru soluționarea problemei și depășirea situației de criză. **Dumitru Ion Al.** definește *criza* ca fiind *o stare de dezorganizare, de difuncționalitate a personalității, în care se poate afla, la un moment dat, o persoană nevoită să se confrunte cu anumite probleme cărora nu le poate face față în mod adecvat și care-i produc îngrijorare, anxietate, stres* [16, p.28].

Criza în viața unei persoane poate fi precedată de câteva *etape*:

- I. Momentul declanșator, constituit din evenimentul care provoacă criza;
- II. Nivelul cognitiv al persoanei, care percepe evenimentul ca fiind perturbator și declanșator de teamă și stres;
- III. Nivelul emoțional al persoanei care este predominant de cogniții și constă din reacțiile persoanei la evenimentul produs;
- IV. Eșecul persoanei în încercarea de a depăși cognițiile și reacțiile nesatisfăcătoare declanșate de eveniment – criza propriu-zisă.

Starea de criză poate fi generată și declanșată de evenimente precum:

- lipsa comunicării;
- conflicte;
- relații familiale tensionate;

gelozie;
despărțirea de persoană iubită;
infidelitatea;
divorțul;
pierderea cuiva drag;
probleme la locul de muncă;
problemele financiare;
devierile comportamentale ale partenerului de viață;
violența;
consumul de alcool, droguri;
problemele de sănătate;
șomajul;
privarea de libertate, etc.

B. Tipurile de criză:

Tipurile de criză după Parad H. și Parad L., în funcție de natura factorilor care le declanșează:

crize determinate de factori biologici – stări de criză întâlnite în anumite etape de creșterii și dezvoltării biopsihofizice ale personalității;

crize determinate de factorii de mediu/ societate – sunt generate de anumite evenimente precum moartea cuiva drag, divorțul, o boală cronică, violența în familie, sau de factori relaționali, interpersonali, situaționali;

crize întâmplătoare generate de cauze imprevizibile – evenimente și întâmplări nefericite, imprevizibile, precum cutremurele, inundațiile, accidentele de circulație cu consecințe majore etc. care produc reacții disproporționate, necontrolate, uneori violente ale persoanei care trăiește astfel de evenimente [Apud 16, p. 89].

C. Fazele situațiilor de criză:

Reacțiile la situația de criză sunt diferite, în funcție de stadiul în care se află procesul derulării ei. Parcurgerea crizei este un proces cu mai multe faze.

Faza de impact – apare concomitent cu, sau imediat după evenimentul declanșator.

Reacțiile persoanei: conștientează că a intrat în starea de criză deoarece constată că strategiile obișnuite de rezolvare a problemelor nu funcționează, faptul acesta o face pe persoană să se simte neajutorată, anxioasă, frustrată, depresivă sau disperată să-și piardă controlul.

Impactul produs de diferite evenimente este diferit la copii, față de adolescenți și adulți. Unii copii care intră în starea de criză trec relativ ușor acest moment, detașându-se de eveniment, ei trăiesc intens experiența și se implică mai puțin din punct de vedere cognitiv. În cazul adulților, faza de impact poate lăsa urme adânci, cu repercusiuni asupra evoluției viitoare a personalității acestora.

Faza de adaptare (sau coping) – persoana încearcă fie să schimbe situația, fie să-și modifice reacțiile față de evenimentele generatoare de criză.

Reacțiile persoanei (strategia adaptativă): de confruntare cu situația; de apărare (negare, retragere, neimplicare etc., însoțite de trăiri subiective corespunzătoare). Dacă nici una dintre strategiile adaptative nu funcționează, persoana intră în cea de-a treia fază.

Sustragerea – persoana simte că nimic din ceea ce a încercat sau ar încerca n-o ajută să-ți aline suferința.

Tipurile de sustragere: *voluntară* – de exemplu, cazuri extreme de sinucidere; *involuntară* – trăiri emoționale distorsionate, dezorganizări ale personalității...

Clienții intră în faza de sustragere atunci când criza durează o perioadă mai îndelungată și când nu întrevăd nici o cale de ieșire din această situație [Apud 16, p.90-91].

D. Prevenirea situațiilor de criză:

Psihopedagogii **Allan J.** și **Anderson E.** (1986) au dezvoltat un *model psihoeducațional de abordare de tip preventiv a situațiilor de criză* în care s-ar putea afla beneficiarii, la un moment dat.

Programul de consiliere și îndrumare propus de cercetători include activități care-i ajută pe clienți să învețe:

- a) Ce este o situație de criză, când, de ce și cum se declanșează?
- b) Ce sentimente și gânduri sunt generate de astfel de situații?
- c) În ce fel se modifică sentimentele și gândurile unei persoane care parcurge o situație de criză?
- d) Ce strategii de adaptare pot fi folosite în asemenea situații?

Pentru a interveni eficient în situații de criză, consilierii trebuie să adopte un model comprehensiv care să prevină beneficiarii și să-i pregătească să depășească această stare și să le faciliteze dezvoltarea personalității.

Obiectivul fundamental al intervențiilor în situații de criză îl constituie *înlocuirea gândurilor dezorganizate/ distructive și non-funcționale cu altele adaptate contextului* în care se află clienții.

Realizarea acestui obiectiv presupune acțiuni specifice:

- a) Înțelegerea faptului că uneori, în viața fiecărui om pot apărea situații de criză atunci când capacitățile adaptative deținute sunt depășite și inadecvate contribuie la normalizarea reacțiilor față de criză. În asemenea circumstanțe, gândurile, sentimentele și comportamentul persoanei în cauză se modifică, iar acest lucru nu este anormal.
- b) Clienții trebuie să recunoască și să accepte că sentimentele pe care le trăiesc sunt generate de starea de criză. De cele mai multe ori nu evenimentul a creat criza, ci perceperea, evaluarea și interpretarea acestuia de către beneficiar, fapt care a generat distorsiuni cognitive și trăiri afective confuze.
- c) Clienții trebuie ajutați să înțeleagă că sentimentele pe care le au sunt parte integrantă a procesului derulării crizei și că este bine să și le exprime. Exprimarea trăirilor afective conduce la diminuarea tensiunii generate de criză și-l ajută pe beneficiar să instituie controlul asupra sentimentelor trăite.
- d) Învățarea de noi strategii adaptative focalizate pe rezolvarea problemelor [Apud 16, p.91-92].

8.3. Consilierea familiei

Consilierea familiei, în general, inclusiv consilierea familiei în cadrul școlar, în special, devine o necesitate indispensabilă în procesul fortificării și armonizării relațiilor familiale.

Consilierea familiei se realizează pe două dimensiuni: psihologică și pedagogică și are drept obiectiv dezvoltarea în cadrul familiei a unui sistem coerent de scopuri în viață și perspective de întărire a comportamentului intențional. O persoană orientată spre scop este capabilă să pună în acțiune modele alternative de comportament, să abordeze problemele de viață din perspective diferite, dar fără a se cantona rigid în anumite soluții prefabricate (Tomșa, 2000).

Prin urmare, în procesul consilierii familiei se încearcă provocarea unei schimbări voluntare în atitudinile și comportamentul membrilor acesteia, astfel încât persoana sau grupul familial să funcționeze optim din punct de vedere psihosocial (Băban, 2001) [Apud 37].

Consilierul/terapeutul familial este cel care oferă cuplului aflat în impas o perspectivă neutră, obiectivă asupra situației existente. El este cel care poate dezvălui celor doi parteneri alternativele reale de rezolvare a problemelor familiale, cu avantajele și dezavantajele fiecăreia, fără a impune alegerea acestora, esențialul aici fiind, analiza consecințelor impactului asupra creșterii și educării copiilor. De asemenea, consilierul este cel care îi poate ajuta pe cei doi parteneri să se cunoască mai bine, să se poată detașa de anumite probleme sau chiar să le evite [36] și să-și concentreze eforturile asupra autoperfecționării, personale și asupra formării personalității copilului.

Consilierea familiei este realizată diferențiat în funcție de clienți și de vârsta acestora, care la rândul său diferă în funcție de problemele lor. De aici apare necesitatea evidențierii a două direcții specifice de consiliere a familiei:

- I. Consilierea copilului;**
- II. Consilierea părinților/ parentală.**

I. Consilierea copilului:

Consilierea copilului, este un proces complex, structurat în trei etape:

a) *Etapa inițială* în consiliere, presupune stabilirea unei relații efective între consilier și copil. Această etapă este indispensabilă, deoarece stabilirea unei relații bazate pe acceptare, încredere și colaborare, favorizează producerea schimbărilor pozitive în comportamentul copilului. Formularea scopurilor împreună privind schimbările comportamentale, dezvoltarea abilităților de luare a deciziei și eliminarea gândurilor negative este, de asemenea, un pas care trebuie realizat. În această etapă este foarte important ca copilul să primească semnale că este acceptat așa cum este el, cu problemele pe care le are. Acest lucru este absolut necesar pentru continuarea procesului de consiliere. Tot în această etapă sumarizarea are un rol deosebit. Consilierul și copilul, împreună, evidențiază elementele de bază ale noului comportament.

b) *Etapa fundamentală* în consiliere se va desfășura cu asistarea și susținerea copilului pentru a-l ajuta să-și dezvolte interesele sociale, de cooperare și comunicare cu ceilalți. Se va pune accent pe ajutorul oferit copilului, ca să se cunoască și să se autoevalueze. Se va asigura atmosfera caldă și empatia, fără să fie excluse analiza, interpretările și confruntarea constructivă. În această etapă poate fi utilizată ca tehnică de lucru informarea și exersarea. Acest lucru însemnând că foarte multe informații vor fi organizate pe traseul de la consilier spre copil. Totodată, utilizarea sugestiei, convingerii, metaforei pot fi de un real folos pentru copil. Se pot sugera unele idei, opțiuni care se vor adăuga la cele identificate și chiar, modalități de comportare, care pot fi luate în discuție. Tehnica adresării întrebărilor rămâne actuală, deoarece poate ajuta elevul în modul de a percepe și vedea lucrurile; de a scoate în evidență anumite aspecte ale conduitei sale.

c) *Etapa finală* a consilierii pune accentul pe încheierea muncii în comun, fiind orientată spre acte și comportamente

constructive. Vor fi învățate proceduri specifice, dezvoltate planuri de acțiune începând cu cele mai simple și până la cele mai complexe în vederea adoptării unui nou comportament. În această etapă pot fi analizate schimbările care au intervenit în viața elevului. Încurajarea este una din cele mai eficiente metode pentru ca copilul să se simtă sigur pe sine.

Specificul consilierii psihopedagogice a copiilor reiese din particularitățile de vârstă a copiilor. Aceștia sunt în plin proces de formare a personalității, parcurg anumite perioade de creștere și se confruntă cu unele crize (de exemplu, criza de identitate la adolescenți), au probleme de autocontrol comportamental și de adaptare la cerințe, norme și reguli etc. Pornind de la aceste realități, consilierii trebuie să posede și competențe specifice ca:

- capacitatea de a stabili relații adecvate cu copilul și părinții;
- capacitatea de observare atentă a copilului și ascultarea lui activă;
- atragerea copilului în variate activități speciale, inclusiv prin utilizarea jocului, exercițiului structurat ca modalități de educație, corecție și de schimbare evolutivă;
- încurajarea copilului pentru a-și exprima sincer gândurile și emoțiile [7, p. 20].

Consilierul care are misiunea de a consilia copiii, trebuie să posede o pregătire vastă în domeniul psihologiei și pedagogiei și să înțeleagă, să corespundă comportamentului și așteptărilor copilului. Numai o personalitate integră, realistă, autentică, stabilă și consecventă este în stare să consolideze și să mențină încrederea copilului. Astfel copilul va percepe relația cu consilierul ca fiind una empatică, bazată pe încredere. De obicei, beneficiarii, inclusiv copiii vor să evite sentimentele și emoțiile nepăcute. Pentru ei, ca și pentru adulți, trăirea sentimentelor neplăcute, pot genera grave dereglări comportamentale.

După intervenția consilierului, elevii pot conștientiza că verbalizarea și trăirea din plin a emoțiilor plăcute sau neplăcute, expli-

carea sentimentelor negative, diminuează tensiunea, frica, ulterior aceștia, simțindu-se liberi și mai deschiși în procesul consilierii.

Consilierul este dator să accepte comportamentul manifestat la moment de copil. Manifestarea acceptării copilului reprezintă un proces complicat, mai ales, când copilul are un comportament deranjant. De obicei copiii testează limitele răbdării consilierului, până înțelege că este acceptat întru toate de acesta, însă nu trebuie de exclus faptul că, copilul poate reveni oricând la un comportament neadecvat. Important este ca consilierul să evite manifestarea reacțiilor intense asociate cu problemele copilului, el trebuie să manifeste un anumit nivel de detașare emoțională, dar în nici un caz n-ar însemna că el trebuie să fie inexpressiv, retras sau distant. Dimpotrivă copilul trebuie să se simtă în largul său alături de consilier. Copilul trebuie să-l perceapă pe consilier ca pe o persoană de ajutor, calmă și stabilă, capabilă să participe când este necesar și să asculte, să accepte, să fie empatic și să înțeleagă mereu copilul.

II. Consilierea părinților/parentală este un serviciu profesionist oferit oamenilor de către persoane competente și calificate numite consilieri (școlari; educaționali; în probleme de familie). În continuare vom analiza caracteristicile consilierii psihopedagogice parentale elucidate într-o manieră esențialistă și descriptiv-comprehensivă. Astfel, activitățile de consiliere psihopedagogică parentală au la bază relația specifică dintre consilier și părinte/ părinți, în cadrul căreia, consilierul acordă sprijin și îndrumare acestuia/ acestora, pentru ca el/ ei să se adapteze la solicitările în ceea ce privește educația, comunicarea și relaționarea cu copilul în cadrul familiei. Evident că relația de consiliere, relația consilier – părinte, presupune o interacțiune pozitivă, respect reciproc și focalizare pe individ, problemele lui sau problemele copilului acestuia. În activitățile de consiliere, specialistul acționează ca profesionist și ca om. El oferă atenție, empatie, tact, sprijinindu-l pe părinte în înțelegerea, analiza și interpretarea problemelor cu care acesta se confruntă,

motivându-l pentru a le accepta și a căuta soluții adecvate de rezolvare. Consilierea psihopedagogică parentală este un proces de învățare de către adulți a unor atitudini și comportamente adecvate și eficiente, învățare realizată prin intervenția și cu sprijinul, ajutorul și îndrumarea consilierului. Rezultatul activităților de consiliere psihopedagogică parentală îl constituie dobândirea de către părinți a unor competențe, deprinderi și moduri/ strategii procedurale necesare luării-executării unor decizii optime în situațiile dificile de educație familială; comunicare și relaționare cu copiii, începând cu vârsta lor fragedă și finalizând cu adolescența și maturitatea acestora [7, p. 11-12]. Consilierea psihopedagogică parentală ajută părinții să adopte un model/ stil de viață sănătos și demn, care le-ar oferi un echilibru psihoemoțional optim, confort psihologic și moral, sentimentul autorealizării, fericirii și al împlinirii personale.

În concluzie, consilierul de familie trebuie să evalueze problemele cu care se confruntă membrii ei și în caz de necesitate să includă în cadrul planului său strategic de soluționare a problemei și alți specialiști, în funcție de problemă: diriginte, cadre didactice, asistenți sociali, sau autoritatea legală, dar cu toate acestea responsabilitatea de a pune la punct o strategie pentru rezolvarea problemelor familiale îi revine în exclusivitate consilierului de familie, el este cel care stabilește scopurile și obiectivele consilierii în vederea soluționării problemelor familiale. *Scopurile și obiectivele* activității de consiliere a adulților pot fi diverse: directe, simple, complexe sau chiar paradoxale, implicând uneori, unul sau toți membrii familiei. *Obiectivele* consilierii psihopedagogice parentale și familiale, țin de sprijinirea unui mod sănătos de viață în cadrul familiei și optimizarea relațiilor intrafamiliale cu copiii în vederea consolidării competențelor parentale de educație și comunicare eficientă. Consilierul deduce împreună cu beneficiarii scopurile și obiectivele consilierii, sarcinile pentru aceștia, în vederea soluționării problemelor. În cazul în care strategiile nu s-au dovedit a fi eficiente, consilierul va

recurge la o altă soluție. Cu cât scopurile, obiectivele și strategiile de soluționare a problemei sunt mai clar definite, cu atât este mai eficientă stabilirea sarcinilor consilierii familiei. Deci consilierea copilului și a familiei, se axează pe identificarea și stabilirea obiectivelor și scopurilor eficiente, care fundamentează relația dintre beneficiari și consilier, în soluționarea problemelor identificate, prin intermediul valorificării integrative a demersului psihodiagnostic, cu cel corecțional și educațional, care se realizează într-un proces complex de comunicare cu toți membrii familiei.

Activități de învățare și consolidare a competențelor speciale:

- 1. Demonstrați specificul consilierii psihopedagogice.*
- 2. Explicați specificul consilierii în situație de criză.*
- 3. Analizați specificul consilierii familiei.*

V. ANEXE

ANEXA 1:

STUDII DE CAZ

Studiu de caz 1:

Istoricul cazului:

La psiholog s-a adresat, doamna A. M., mama copilului A. I. – în vârstă de 13 ani, de sex masculin, elev în clasa a VII-a, în Liceul Teoretic, George Meniuc”, din or. Chișinău.

Copilul provine dintr-o familie completă, mai are o soră de 2 ani. Condițiile de trai sunt satisfăcătoare. Tatăl copilului este șomer, de jumătate de an, și de atunci familia se confruntă cu probleme de ordin financiar. Veniturile familiei constând doar din indemnizațiile copiilor și banii alocați mamei din concediul pentru îngrijirea copilului mezin. Odată cu concedierea tatălui în cadrul familiei au început să persiste relațiile tensionate, deseori părinții copilului se ceartă din cauza neajunsurilor financiare.

Mama copilului se îngrijora că băiatul, de aproximativ 2 luni, se manifesta neobișnuit și devenea tot mai timit, lipsid de curaj, complexat, chiar îi scăzuse și nivelul reușitei școlare. Mama afirma că este un elev capabil, responsabil, mereu a avut doar rezultate bune la învățătură, fapte confirmate și de diriginta copilului.

Ședința de consiliere a preadolescentului A. I.:

Psihologul – Cunoști care e motivul îngrijorării mamei tale, în privința ta?

A. I. – Da, ea își face griji că mi-a scăzut nivelul reușitei școlare și că sunt timid.

Psihologul – Dar tu A. I., cum te consideri?

A. I. – Sunt singurul din clasă care are note insuficiente și căruia i-a scăzut nivelul reușitei școlare, sunt timid și n-am timp la moment, pentru prieteni.

Psihologul – Cine susține că ești timid și că ești singurul care are un nivel scăzut la învățătură și note insuficiente?

A. I. – Părinții zic și colegii mei.

Psihologul – Și ce mai zic ei?

A. I. – Că am devenit nepăsător, iresponsabil, prea timid și că dacă aș fi mai curajos, aș obține succese mai mari în toate.

Psihologul – Dar tu cum consideri?

A. I. – Eu cred că pentru a obține succese trebuie să gîndești mai mult, să analizezi totul profund și să nu ai necazuri acasă.

Psihologul – Despre ce necazuri vorbești?

A. I. – Despre certurile dintre părinții mei, ei mai mereu se ceartă din cauza neajunsurilor financiare, mama îi reproșează tatei că el nu lucrează, tata îi spune să revină ea la serviciu, dar dacă mama revine la serviciu, sora mea mai mică nu are în grija cui rămîne, tata deseori e preocupat de găsirea unui nou post de lucru și sora mea stă doar cu mama.

Psihologul – În viziunea ta aceste necazuri te-au determinat să te transformi într-un copil închis în sine, cu rezultate scăzute la învățătură?

A. I. – Da, alte motive nu sunt, eu am obosit de certurile frecvente ale părinților.

Psihologul – Deci, relația dintre părinți te-a făcut să te schimbi. Cu toate acestea observ că nu ești un copil timid și lipsit de curaj, tu ești sensibil, destul de curajos, emotiv și milos. Acestea nu înseamnă că tu nu vei obține succese în viață, totul depinde de străduințele tale. Dacă vei depune efort în tot ceea ce vei face, o să obții și succese.

A. I. – Bine, dar acum ce trebuie să fac?

Psihologul – Acum trebuie să reîncepi pregătirea sistematică și minuțioasă a temelor pentru acasă, ca să îți ridici din nou nivelul reușitei școlare. Căci la părinții tăi persistă o criză de moment, pe care în curând o vor depăși, tu doar trebuie să îi bucuri cu rezultatele tale bune la învățătură.

A. I. – Dar cu prietenii mei ce să fac, ei îmi spun că sunt prea timid?

Psihologul – Ești mai timid decât cine?

A. I. – Decât colegii din clasă.

Psihologul – Toți colegii sunt curajoși și deschiși spre comunicare?

A. I. – Nu... Mai sunt câțiva colegi care de asemenea sunt timizi, retrași și închiși în sine....

Psihologul – Deci, totuși nu toți sunt curajoși, tu nu ești unicul cu așa tip de temperament. Important e să știi că prietenii te acceptă așa cum ești, iar tu trebuie să crezi în forțele proprii, în propria persoană; implică-te în conversații și fii mândru de tine și stăpân pe sine.

A. I. – Mulțumesc mult, chiar am să țin cont de sfaturile acordate, că tare aș vrea să încep să-i bucur pe părinții mei cu rezultate mai bune la învățătură.

Psihologul – Mă bucur că ai conștientizat acest fapt, succese în toate!

A. I. – Mulțumesc mult!

Diagnosticare prealabilă: Preadolescentul A. I. s-a închis în sine și a început să nu-și mai pregătească temele pentru acasă cu atenție și sistematic, din cauza că era marcat de relațiile conflictuoase dintre părinți. Fapt care confirmă presuposițiile noastre.

Sumarizare: Certurile intervenite între părinți, produc emoții și sentimente de ură, gelozie și suferință, blamare și umilire, care provoacă numeroase traume psihice grave pentru dezvoltarea armonioasă a copilului, la fel ca și în studiul de caz redat mai sus.

Părinții copilului A. I. au fost invitați la consiliere, le-au fost explicate amănunțit cauzele nereușitei școlare a copilului lor. Părinții și-au recunoscut vina și au realizat că conflictele dintre ei și faptul că ei nu au știut la moment, cum ar trebui corect să depășească probleme sale familiale l-au marcat pe fiul lor.

Părinții copilului, în urma mai multor consilieri, și-au propus să depășească din acel moment toate încercările și dificultățile vieții prin comunicare, înțelegere și respect reciproc. Evident că au mai fost realizate câteva ședințe cu acest preadolescent cu anumite intervale de timp, pentru ca el să poată observa faptul că eforturile sale în direcția dată sunt eficiente.

Iar pentru a-i responsabiliza pe părinți și a-i orienta spre eficientizarea relațiilor familiale, împreună cu ei, am elaborat un cod de reguli ce ar contribui la menținerea unei familii armonioase:

iubirea necondiționată și stima reciprocă între soți și în relația cu copiii sau alte rude;

respectarea opțiunilor și a spațiului personal al fiecărui membru / adult și copil;

distribuirea și îndeplinirea unor responsabilități în cadrul familiei;

oferirea reciprocă a unei atenții și securizări permanente;

comunicarea empatică și ascultarea reciprocă a soților etc.;

axarea pe valorificarea scopurilor și obiectivelor familiei proiectate împreună.

În concluzie putem menționa că o familie armonioasă este și o familie sănătoasă, fericită în care binele fiecăruia este urmărit și protejat pentru binele întregii familii, fiecare membru se simte iubit și în siguranță. Sprijinul și ajutorul reciproc pe care și-l oferă membrii familiei, precum și sinceritatea, empatia, împărțirea responsabilităților, viața sexuală și comunicarea intimă, stau la baza menținerii unei familii armonioase. Familia armonioasă este cea în care toți membrii ei se simt înțeleși, au șansa de a-și folosi harul, talentul și abilitățile, simțindu-se în largul lor și trăind senzația integrării. Este familia în care fiecăruia îi pasă de binele celorlalți și face orice să-i protejeze, fiecare membru emană iubire către ceilalți și în același timp se simte iubit, îngrijit, ajutat și este ajutat și i se oferă totul pentru a ieși în lume ca un individ capabil, sănătos și încrezut în sine.

Studiu de caz 2:

Istoricul cazului:

La psiholog s-a adresat, doamna N. V. – diriginta clasei a a 6-a, cu solicitarea de a consilia elevul E. M. – în vârstă de 13 ani, de sex masculin, elev în clasa a 6-a. Elevul provine dintr-o familie completă și este unicul copil la părinți.

Diriginta a menționat că de la începutul anului curent de studiu, adică de 4 luni elevul se manifestă neobișnuit, comparativ cu manifestarea lui în clasa a 5-a, căci era elev capabil, responsabil, mereu a avut doar rezultate bune la învățătură, era un copil liniștit. Comportamentul elevului în pauze și la ore era exemplar. Iar începând cu clasa a 6-a, pe parcursul celor 4 luni de studiu, elevului i-a scăzut semnificativ reușita la învățătură, dar și comportamentul e diferit. Mai mult ca atât în ultima perioadă elevul a început să manifeste și un comportament violent față de colegi.

Părinții copilului, care au fost telefonați de nenumărate ori și invitați la școală menționează că nu pot conștientiza cauza modificării comportamentului și reușitei școlare, ale fiului lor.

Ședința de consiliere a preadolescentului E. M.:

Psihologul – Cum consideri care este cauza îngrijorării dirigintei tale?

E. M. – Nu știu, nu pot înțelege.

Inițial elevul refuza cooperarea cu psihologul, însă pe parcurs, după mai multe încercări și comunicări pe diverse teme educative, elevul a început să coopereze și chiar a inițiat discuția pentru a soluționa problema inițială.

E. M. – Totuși, știu eu foarte bine pentru ce am fost invitat la dumneavoastră.

Psihologul – Da și care crezi că e motivul de bază?

E. M. – Faptul că am anul acesta note insuficiente, dar și pentru că intru deseori în conflicte cu colegii.

Psihologul – Bravo, văd că ai conștientizat motivele de bază ale discuției noastre. Din câte cunosc, pe parcursul anului curent de studiu în comportamentul tău au intervenit careva modificări.

E. M. – Da, deoarece nu mai vreau să învăț.

Psihologul – Da... și de ce anume?

E. M. – Deoarece, nu mai are nici un rost.

Psihologul – Dar de ce brusc învățătura a devenit fără rost pentru tine?

E. M. – Pentru că nu mai vreau să învăț, nu am timp pentru a învăța.

Psihologul – Dar, de ce nu mai dorești să înveți și de ce afirmi că nu ai timp?

E. M. – Pentru că, pentru succese remarcabile la învățatură este nevoie de liniște și de ajutorul părinților.

Psihologul – Dar de ce susții că nu ai liniște și ajutor?

E. M. – Pentru că acasă nu am liniște. Părinții mei se ceartă mereu, au început să se numească urât și mai mult ca atât tata mereu spune că va pleca de acasă.

Psihologul – Dar de când au început conflictele între părinții tăi?

E. M. – Din vară, totul a început brusc.

Psihologul – Tu cum consideri, aceste necazuri te-au determinat să te transformi într-un elev iresponsabil cu succese scăzute la învățatură și încă și violent.

E. M. – Sigur, dar cum aș putea să mă comport altfel, dacă eu sufăr prea mult pentru ce se întâmplă acasă. Eu nu vreau ca părinții mei să se certe, dar mai mult ca atât nu vreau ca ei să se separe.

Psihologul – Deci relația dintre părinții tăi. Te-a determinat să te schimbi? Cu toate acestea observ că ești un copil curajos și sensibil, dar trebuie să conștientizezi că nepregătirea pentru ore, insultarea colegilor și violența asupra lor nu este o ieșire din situație. Problemele adulților vor fi rezolvate cu siguranță în curând. Dar tu prin nepregătirea de ore, o să începi să ai lacune în

materia studiată și mai mult ca atât, prin comportamentul tău agresiv, o să-ți pierzi prietenii din clasă și nici nu o să mai ai cu cine comunica. Ai dori să ajungi la astfel de urmări?

E. M. – Nu eu îmi doresc extrem de mult, să ajung să învăț la universitate, eu vreau să devin arhitect.

Psihologul – O... ce vis frumos și în același timp realizabil. Dar pentru a reuși trebuie să reiai pregătirile pentru ore și în același timp să-ți îmbunătățești relațiile cu colegii.

E. M. – Mulțumesc mult, dar totuși aș vrea nespus de mult ca mai întâi să-i văd din nou pe părinții mei fericiți. Eu am obosit de atâtea certuri și cuvinte urâte, cu care eu nu sunt de acord, părinții mei sunt cei mai buni și vreau să se iubească și să fie împreună până la infinit.

Psihologul – Da, părinții tăi sunt cei mai buni, iar tu ești cel mai bun copil și o să depui efort pentru a învăța și pentru a stabili relații bune cu colegii tăi. Ulterior vor dispărea și certurile dintre părinții tăi.

E. M. – Mulțumesc, sper din tot sufletul așa să fie, dar eu chiar am să încep să mă pregătesc pentru ore, tare aș vrea să am din nou note bune și să ajung cândva un arhitect iscusit.

Psihologul – Așa va fi, mergi și cere scuze de la colegi, profesori și fii un copil responsabil și prietenos, cum ai fost mereu, în rest toate vor veni de la sine.

E. M. – Mulțumesc mult pentru că m-ați ajutat să înțeleg că greșesc. Am să încerc să fiu băiatul cel care am fost înainte și să revin la succesele de altă dată.

Diagnosticare prealabilă: Preadolescentul E. M. A devenit agresiv și a început să nu-și mai pregătească temele pentru acasă, din cauza că era marcat de relațiile conflictuoase dintre părinți. Fapt care confirmă presupuzițiile noastre.

Sumarizare: Certurile intervenite între părinți, produc emoții și sentimente de ură, gelozie și suferință, blamare și umilire, insucces școlar, agresivitate, care provoacă numeroase traume

psihice grave pentru dezvoltarea armonioasă a copilului, la fel ca și în studiul de caz redat mai sus.

Părinții copilului E. M. au fost invitați la consiliere, cu toate că inițial părinții refuzau să conștientizeze că insuccesul școlar și agresivitatea fiului, se datorează relațiilor distorsionate dintre ei. Pe parcurs le-au fost explicate amănunțit cauzele problemelor copilului lor. Părinții și-au recunoscut vina și au realizat că conflictele dintre ei și faptul că ei nu au știut la moment, cum ar trebui corect să depășească probleme sale familiale l-au marcat pe fiul lor.

Părinții copilului, în urma mai multor consilieri, și-au propus să depășească din acel moment toate încercările și dificultățile vieții prin comunicare, înțelegere și respect reciproc. Părinții au ajuns la concluzia că dacă vor mai apărea dispute și crize în relația lor, ei le vor depăși fără a-l implica pe copil în conflicte și fără ca copilul să fie martor la toate acele probleme. Evident că au mai fost realizate câteva ședințe cu acest preadolescent cu anumite intervale de timp, pentru ca el să poată observa faptul că eforturile sale în direcția dată sunt eficiente.

În concluzie putem menționa că relațiile familiale determină în mare măsură dezvoltarea personalității și conduitei copilului, rezultatele școlare ale copiilor, precum și comportamentul lor socio – moral.

Copiii cresc ocrotiți de dragostea părintească, vegheați de căldura familiei unde învață primele taine ale lumii înconjurătoare.

ANEXA 2:
ACTIVITATE INDIVIDUALĂ

Nr.	Produsul preconizat	Strategii de realizare	Criterii de evaluare
1	2	3	4
1.	Proiect de grup: <i>Harta conceptuală a consilierii</i>	<p>Studiu bibliografic.</p> <p>Analiza noțiunilor de <i>asistență și consiliere psihologică</i>.</p> <p>Delimitarea conceptelor, esenței, caracteristicii, funcțiilor, structurii, principiilor și categoriilor fundamentale ale consilierii.</p> <p>Caracterizarea fundamentelor teoretice și metodologice ale consilierii educaționale.</p> <p>Elaborarea unei hărți conceptuale (unui proiect).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - numărul și diversitatea surselor bibliografice; - identificarea conceptelor, esenței, funcțiilor, principiilor și categoriilor fundamentale ale consilierii; - ilustrarea caracteristicii, structurii, fundamentelor teoretice și metodologice ale consilierii educaționale; - respectarea cerințelor de formă; - reprezentarea pe coala de hârtie.
2.	Mini cercetare. Elaborarea unui Studiu de caz: <i>Consilierea unei</i>	<p>Studiu bibliografic.</p> <p>Cercetarea problemelor educaționale.</p> <p>Respectarea metodologiei și etapelor procesului de consiliere.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - respectarea cerințelor de formă; - respectarea cerințelor procesului de consiliere; - implementarea mai multor metode în procesul consilierii;

1	2	3	4
	<i>probleme educaționale</i>	Elaborarea studiului de caz.	<ul style="list-style-type: none"> - modul de identificare și soluționare a problemei; - calitatea concluziilor și recomandărilor.
3.	Mini cercetare – elaborarea/ adaptarea unui <i>program de remediere</i> (compus din 7-10 ședințe).	<p>Studiu bibliografic.</p> <p>Cercetarea problemelor care necesită remediere în baza programului.</p> <p>Stabilirea problemei de remediere, a scopului, obiectivelor și a metodelor necesare procesului de remediere.</p> <p>Elaborarea/ adaptarea ședințelor de remediere.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - respectarea cerințelor de formă; - numărul și diversitatea surselor bibliografice; - modul de identificare a problemei, obiectivelor și a metodelor adecvate. - calitatea elaborării ședințelor de consiliere. - 7-10 ședințe de remediere a problemei prestabilite.

ANEXA 3:
TEMATICA REFERATELOR

pentru lucru individual la disciplina
Bazele consilierii

1. Clienții și obiectivele consilierii remediale.
2. Conceptul de Sine și dezvoltare optimă a personalității umane.
3. Consilierea ca metodă esențială în procesul de susținere, orientare și remediere a persoanelor.
4. Consilierea familiei temporar dezintegrată.
5. Consilierea grupurilor – esență și constituire.
6. Consilierea pentru dezvoltare – coordonate esențiale.
7. Consilierea persoanelor de vârstă a treia.
8. Consilierea preventivă a copiilor, adolescenților și a adulților.
9. Consilierea privind cariera.
10. Consilierea privind învățarea eficientă.
11. Consilierea remediată și preventivă.
12. Consilierul eficient – definiție și caracteristici.
13. Dezvoltarea armonioasă a personalității.
14. Dimensiunile consilierii parentale: psihologică și cea pedagogică.
15. Diversitatea metodelor necesare în procesul consilierii.
16. Empatia, autenticitatea și autocontrolul consilierului.
17. Esența consilierii pentru dezvoltare.
18. Regulile de participare la activitățile de grup.
19. Relaționarea și comunicarea dintre consilier și client.
20. Spirala schimbării evolutive a persoanei.
21. Strategii de consiliere victimilor actelor de violență.
22. Tehnici și metode de consiliere a copiilor cu părinți divorțați.

23. Tehnici și metode de consiliere a copiilor maltratați.
24. Tehnici și metode de consiliere a elevilor cu tulburări de comportament.
25. Tehnici și metode de consiliere a familiei în proces de divorț.
26. Tehnici și metode de consiliere a copiilor supradotați.

CERINȚE înaintate față de forma și conținutul referatului:

Volumul referatului nu mai mic de 10-12 pagini scris de mână și 8-10 pagini tapate

1. **Foia de titlu:** Ministerul, Universitatea, Facultatea, Catedra, Tema, a elaborat, conducător științific, localitate și anul (Chișinău 2010)
2. **Cuprinsul** (planul)
3. **Introducerea:** aproximativ 1 pagină, se evidențiază actualitatea și importanța problemei cercetate, legătura cu specialitatea
4. **Conținutul:** structurat în capitole, paragrafe, și secțiuni, poate fi scris de mână:
 Capitolul 1 (include fundamentarea teoretică, analize, sinteze etc. a problemei cercetării) 1.1. (1.1.1, 1.1.2 etc.) 1.2. 1.3. ...
 Capitolul 2 (aplicare, rezultatele cercetării, studii de caz, etc.) 2.1. (2.1.1, 2.1.2 etc.) 2.2. 2.3. ...
 Trimiterile : I variantă permisă în text după citat, ex.: [9. p.199]
 II variantă permisă în subsol, ex.: 1. Palii A. Cultura comunicării. Chișinău: Epigraf, 1999. p. 199.
5. **Concluzii generale și recomandări** (aproximativ 1 pagină)
6. **Referințe bibliografice** : nu mai puțin de 5-10 surse.

ANEXA 4:
SUBIECTE PENTRU EXAMEN
la disciplina **Bazele consilierii**

1. **Consilierea – repere conceptuale;**
2. Consilierea – delimitări conceptuale;
3. Consilierea psihopedagogică - componentă esențială a formării personalității umane;
4. Consilierea psihologică și psihoterapia;
5. **Excurs istoric în evoluția consilierii;**
6. Excurs istoric în evoluția conceptului de consilie;
7. Modele categoriale ale consilierii;
8. **Scopurile și obiectivele consilierii;**
9. Scopurile consilierii;
10. Obiectivele consilierii;
11. **Principiile, funcțiile și etapele consilierii;**
12. Principiile consilierii;
13. Funcțiile consilierii;
14. Etapele consilierii;
15. **Personalitatea consilierului;**
16. Consilierul – repere definatorii;
17. Deontologia consilierului: aptitudinile și abilitățile consilierului;
18. Greșeli în consiliere;
19. **Relația consilier – beneficiar ca fundament metodologic al activității eficiente de consiliere;**
20. Aspecte definatorii ale relației de consiliere;
21. Responsabilitățile consilierului și a beneficiarului în procesul consilierii;
22. **Fundamentele praxiologice: metodologia și tehnologia consilierii;**
23. Strategia consilierii;
24. Metodologia consilierii;
25. **Tipuri de consiliere și specificul lor;**
26. Consilierea educațională/ școlară/ psihopedagogică;
27. Consilierea în situație de criză;
28. Consilierea familiei.

ANEXA 5:

TEHNOLOGIA CONSILIERII ONTOLOGICE COMPLEXE A FAMILIEI

(autor Larisa Cuznețov)

După cum am menționat în capitolele precedente, consilierea ontologică complexă a familiei reprezintă o activitate specifică cu caracter integrativ, care are scopuri determinate de factură ontopsihologică, educativ-formativă și filosofică. COCF presupune: o *dimensiune, teleologică*, pe care am descris-o și explicat-o anterior ce conține finalitățile, scopul și obiectivele; una *axiologică*/conținutală, *dimensiunea etică* și una *tehnologică*, ce include forme, metode procedee, tehnici.

Dimensiunea axiologică a COCF se referă la valorile socioumane fundamentale, care sunt concretizate în calitățile/ virtuțile pe care ar dori omul să le dobândească și să le exploreze eficient pe parcursul vieții. Rezumând aspectul vizat, evidențiem conținutul axiologic de bază al activităților COCF în tabelul ce urmează (Tabelul 1).

Tabelul 1. Dimensiunea axiologică a COCF

Valoarea	Conținutul activităților COCF
1	2
• Binele/binele moral	• funcționalitatea și dezvoltarea membrilor familiei și a familiei ca organism integru • coeziunea și adaptabilitatea familiei • comunicarea și relaționarea moral-etică în interiorul familiei • auto- și intersunoșterea membrilor familiei • promovarea valorilor autentice • centrarea pe filosofia practică / acțiunea morală

1	2
<ul style="list-style-type: none"> • Adevărul/ adevărul științific; creativitatea intelectuală 	<ul style="list-style-type: none"> • autoeducarea și auto perfecționarea membrilor familiei (intelectuală, cognitivă; morală; tehnologică; estetică psihofizică) • formarea-restructurarea cunoștințelor, competențelor, atitudinilor și comportamentelor • învățarea eficientă și durabilă
<ul style="list-style-type: none"> • Frumosul/ gustul estetic și creativitatea 	<ul style="list-style-type: none"> • auto perfecționarea în direcția percepției și creării frumosului în viața de familie • centrarea pe promovarea frumosului (în conduită, vestimentație, amenajarea locuinței, relații interpersonale etc.)
<ul style="list-style-type: none"> • Sacru/ sfințenia, spiritualitatea 	<ul style="list-style-type: none"> • orientarea personală și a familiei spre credință și spiritualitate • acceptarea și promovarea principiilor moralei, eticii creștine; spiritualității și dezvoltării sufletului
<ul style="list-style-type: none"> • Sănătate/sănătate psihică; sănătate fizică; sănătate socială etc. 	<ul style="list-style-type: none"> • acceptarea și promovarea modului sănătos și demn de viață • respectarea normelor igienice • orientarea spre practicarea odihnei active, a culturii fizice etc.
<ul style="list-style-type: none"> • Profesie, carieră eficientă personală 	<ul style="list-style-type: none"> • funcționalitatea și dezvoltarea optimă în cadrul profesiei • orientarea și autoeficiența în carieră • creativitatea profesională

Dimensiunea tehnologică presupune o integrare și valorificare optimă la nivel teoretic și praxiologic a variatelor forme, metode, procedee și tehnici pentru a realiza consilierea ontologică complexă a familiei.

Formele COCF au în vedere tipurile și ipostazele realizării acesteia, inclusiv situațiile în care nimereste familia și are nevoie de acți-

vități specifice. Reieșind din aceste considerente, noi ne vom axa pe fundamentele teoretice nominalizate și descrise și, desigur că, pe cad-rul experiențial descris în literatura de specialitate [32; 49] și vom delimita: *Consilierea ontologică complexă a familiei în situații de criză; de tip preventiv; axată dezvoltare și educație; consiliere remedială.*

Cât privește forma de realizare a COCF, în funcție de contextul desfășurării activităților diferențiem: *cad-rul instituționalizat* (insti-tuții de învățământ sau centre specializate de consiliere a familiei) și *cad-rul neinstituționalizat/particular* (specialiști independenți).

Beneficiarii activităților de COCF pot fi:

- familia;
- un membru al familiaei (adult sau copil);
- cuplul (soțul și soția);
- un grup de persoane / câteva familii;
- părinții în cad-rul școlii / COCF de dezvoltare;
- părinții și elevii în cad-rul școlii (COCF de dezvoltare și/sau preventivă) etc.

Pentru a trece la identificarea acțiunilor concrete efectuate în activitățile de consiliere, vom realiza o mică incursiune în definirea *metodei, procedeului, tehnicii și strategiei.*

Astfel, **metoda** reprezintă un ansamblu de procedee, tehnici și mijloace îmbinate și explorate la nivelul acțiunolr consilierului, implicate în realizarea scopului, obiectivelor concrete ale activității de consiliere. În esență, metoda (din lat. *metha* – spre; *odos* – cale) este o cale/traseu de atingere a unui scop.

Procedeul reprezintă o operație, un detaliu subordonat acțiu-nilor declanșate la nivelul metodei de consiliere. Îmbinarea procedeeelor asigură aplicarea unei tehnici, adică a ansamblului de acțiuni necesare pentru funcționarea procedeului și a metodei.

Strategiile de consiliere, la rândul lor, reprezintă *o manieră de abordare a consilierii* pentru realizarea unui scop specific de traducere în practică a principiilor COCF și de valorificare a metodelor de intervenție-asistare a persoanei.

Tehnologia consilierii poate fi definită ca *știință aplicată* și reprezintă demersul praxiologic al procesului de consiliere, care reprezintă totalitatea metodelor procedeeelor și tehnicilor de intervenție utilizate într-un anumit scop.

Este important să conștientizăm că literatura de specialitate operează cu o mare diversitate de abordări și definiții privind fenomenele, implicit, conceptele redate [69; 74 etc.].

Deseori, strategiile și tehnologiile de consiliere sunt privite ca sinonime sau se egalează cu o anumită metodă.

În pofida unor viziuni sofisticate privind utilizarea tehnologiei vizate, noi suntem axați pe *principiile filosofiei analitice*, care studiază corectitudinea explorării *limbajului teoretic* și a *limbajului empiric* în toate domeniile științei și practicii. Acest moment-cheie ne obligă să mai facem niște precizări:

- în raport cu paradigma postmodernă, tehnologia și strategia activității de consiliere pot fi abordate și interpretate ca un sistem, construct, demers unitar;
- tehnologia și strategia reprezintă ansamblul de metode, procedee și tehnici aplicate în activitățile de COCF, prima, indicând asupra interrelației efective, structural-funcționale, iar cea de a doua, arată ancorarea în asumptiile unor teorii, concepții, școli terapeutice și orientează tipul intervenției;
 - strategiile fac parte din structura tehnologiilor și invers, ambele, fac parte din procesul consilierii, presupunând integrarea epistemologică, metodologică și cea praxiologică într-un demers comun orientat spre anumite finalități (scopuri și obiective).

Perspectiva sistemică/holistică și cea filosofică/ontologică a consilierii familiei ne ajută să evidențiem structura demersului și să asigurăm interdependența următoarelor elemente indispensabile activității date:

1. *Familia* (adultii și copiii);
2. *Scopurile, obiectivele consilierii;*

3. *Conținutul axiologic al consilierii;*
4. *Procesul consilierii;*
5. *Formele organizaționale ale consilierii;*
6. *Tehnologia consilierii (care include: strategia, metodele, procedeele și tehnicile);*
7. *Mijloacele aplicate (variate materiale sau dispozitive video și audio);*
8. *Actorii implicații complementar în consiliere (colegi-supervizori, echipa de reflecție, rude mai îndepărtate, alți specialiști/pedagogi, diriginți etc.);*
9. *Feedback-ul;*
10. *Evaluarea finală.*

Metodele aplicate în consilierea ontologică complexă a familiei pot fi convențional împărțite în două categorii mari:

- I. *Metode de comunicare;*
- II. *Metode de explorare a acțiunilor de reechilibrare a vieții familiei.*

I. În categoria *Metodelor de comunicare* pot fi incluse: conversația, discuția, problematizarea, sinectica, asaltul de idei, narațiunea, descrierea, instructajul, lectura, epistola/metoda epistolară, metafora, reflecția, experimentul cognitiv.

II. *Metodele de explorare a acțiunilor de reechilibrare a vieții familiei* le-am delimitat în trei grupuri:

1. *Metode de explorare:* observația, studiul de caz, interviul/ancheta; demonstrația imaginilor, modelarea, metode de analiză etc.
2. *Metode de acțiune:* exercițiul, lucrări practice (artterapie), proiectul, jocuri de simulare/psihodrama, sociodrama etc.
3. *Metode de autoeducație și autoperfecționare:* introspecția și analiza evoluției proprii și a familiei; autoobservația; autoanaliza; autostimularea: autoconvingerea, autocomanda, autosugestia, autoexersarea, planul rezumativ, jurnalul intim, autoevaluarea etc.

Evident că identificarea metodelor permite să observăm și să stabilim cu precizie mijloacele și procedeele, adică materialele necesare și operațiile/detaliile prin intermediul cărora le vom îmbina, corela și explora.

Plecând de la faptul cunoscut, conform căruia tehnicile permit ajustarea eclectică optimă a mai multor procedee, ne vom opri detaliat la clarificarea valorificării tehnicilor în consilierea familiei.

Analiza tehnicilor o realizăm în cadrul metodelor explorate și în ordinea procesuală a COCF. Astfel, orice activitate de consiliere a familiei începe cu o *conversație* (metodă), care în diferite configurații va continua pe întregul parcurs al activității.

Consilierea debutează cu stabilirea unei relații între specialist și beneficiar/familie, care presupune respectarea unor reguli ce diferă de cele din societate. Astfel, delimitarea câmpului de consiliere/psihoterapeutic, în raport cu câmpul sociocultural, contribuie la punctarea unei distanțe/bariere, circumscrierea anumitor acțiuni și comportamente și/sau respectarea unor interdicții din considerente deontologice sau de eficientizare a intervențiilor consilierului.

Prin urmare, regulile care organizează și mențin această relație comportă un *aspect etic* (respectarea drepturilor și îndatoririlor partenerilor consilierii), un *aspect tehnic* (ajustarea și îmbinarea variatelor procedee și tehnici) și unul care asigură un *mod de comunicare specifică* (verbal, nonverbal, paraverbal, relaxare, joc de simulare etc.).

Caracteristicile esențiale ale relației eficiente în cadrul consilierii ar putea fi rezumate în felul următor:

1. ***Relație securizantă***, care presupune crearea unui climat cald, empatic, permisiv, în care beneficiarii să se simtă liberi, să-și exprime gândurile și sentimentele autentic. Securizarea relației de consiliere se obține prin respectarea regulilor stabilite împreună cu beneficiarii.

2. ***Relație confortabilă din punct de vedere psihologic***. Consilierul creează condițiile de context (imaginea plăcută a încăperii;

locul și timpul comod pentru beneficiar etc.), întrebările formulate și adresate subiectului trebuie să fie concise, clare și nesupărătoare.

3. **Relație confidențială.** În consilierea familiei problema analizată este un moment delicat, cere atenție și tact din partea specialistului și a membrilor familiei. Uneori soții nu doresc să implice copiii în anumite aspecte, alții copiii, mai cu seamă în adolescență, nu vreau ca părinții lor să afle anumite aspecte și momente din viața acestora etc.

O relație de exclusivitate și semnificație deosebită. Caracteristica dată este foarte importantă pentru sporirea eficienței consilierii. Dacă adulții se pregătesc din timp, insuflă copiilor încredere în specialist, au singuri mari așteptări, pe de o parte, iar pe de altă parte, consilierul face tot posibilul ca relația cu beneficiarii să fie una plăcută și utilă, atunci, cu adevărat, ea devine o relație de excepție, de fortificare a potențialului biopsihologic și reechilibrare a modului de viață familial.

O relație autentică orientată spre formarea unei poziții filosofice față de viață care va asigura dezvoltarea și promovarea gândirii logice, a reflecției, sincerității, valorilor filosofiei practice. Relația cu adulții este sobră, umană, poate avea accente, dar este și deschisă. Relația cu copiii, poate include și o anumită doză de jovialitate accentuată; poate fi tenta ludică (de joc), utilizarea unor jocuri, artterapie și/sau sportterapie.

În procesul relaționării și clarificării problemelor beneficiarului, consilierul ascultă atent, activ (încurajare prin mimică, gestică, adică valorificarea limbajului corporal atențional), stabilește contactul vizual cu acesta, urmărește mesajul verbal și decodifică semnificația vocii, gesturilor subiectului consiliat. Concomitent, specialistul ajută beneficiarul să explice problemele, utilizând *tehnicele*:

- de formulare a întrebărilor;
- de reformulare a întrebărilor;
- de resemnificare;

– de interpretare.

Tehnica întrebărilor în COCF. Întrebarea, în mod tradițional, este un instrument lingvistic care aduce informații celui ce o adresează. Echipa din Milano a fost prima care a început a folosi formularea întrebărilor ce aveau efecte terapeutice prin includerea și generarea noilor informații în sistemul formulat din familie și terapeut/consilier.

Ulterior tehnica utilizării întrebărilor a fost dezvoltată de mai mulți cercetători, printre care: **K. Tomm, P. Penn, M. White și D. Epston** [34; 49; 50 etc.].

Literatura de specialitate oferă o clasificare foarte exactă a întrebărilor care pot fi folosite în consilierea familiei.

Fiecare specialist în domeniul consilierii familiei trebuie să învețe a valorifica eficient *întrebările circulare*, cele *reflexive și întrebările specifice terapiei/consilierii narative*.

Întrebările circulare sunt întrebări referitoare la sine, la persoanele apropiate, la relații, semnificații, evenimente, diferențe și asemănării etc. Întrebările circulare se dezvoltă și parvin una din alta, deatât acest proces este abordat ca unul coparticipativ sau co-evoluționist [49, p. 124].

Astfel, întrebările circulare pot fi:

- 1) de ordonare, de ex.: *Dacă nu-ți reușește să previi părinții că vii acasă seara târziu, cine este cel mai îngrijorat din familie (mama, tata, bunica, sora ta)? Cine este al doilea în exprimarea îngrijorării, dar al treilea...*
- 2) ipotetice, de ex.: *Dacă mama și bunica nu s-ar certa o lună, cine ar fi mai surprins?*
- 3) triadice, de ex.: Este întreat un membru al familiei despre relația dintre alți doi membri ai familiei – *când părinții se ceartă, cum se termină, de obicei ceartă?*
- 4) diadice, de ex.: *Un membru al familiei este întreat despre comportamentul celuilalt;*

- 5) diacronice, în care se explorează diferențele care apar în timp, înainte și după un anumit eveniment. De ex.: *Când ați colaborat mai eficient în educația copiilor, până sau după divorț?*
- 6) referitoare la viitor (au fost explorate pe larg de **P. Penn** (1985). Cercetătoarea consideră ca aceste întrebări trebuie formulate așa ca ele să influențeze convingerile și comportamentele persoanei în prezent. De ex.: *În curând îți deveni bunici, cum credeți îți fi în stare să acordați atenție nepoților, la fel ca copiilor Dstră, sau îți face tot posibilul că să discutați mai des, să vă jucați cu ei etc.*
- 7) referitoare la trecut. Aceste întrebări se formulează în situația când este necesar de înțeles unele tipare relaționale sau comportamentale ale membrilor familiei.
- 8) de explorare a implicațiilor schimbării. De ex.: *Dacă soțul Dstră renunță la alcool, credeți că se va implica mult mai activ în viața familiei sau Dacă fiul Dstră va lăsa gașca care-l influențează negativ, credeți că își va face niște prieteni pozitivi, ce manifestă o conduită etică.*

Tehnica întrebărilor reflexive a fost descrisă de **K. Tomm** (1987). Cercetătorul abordează *interviuearea*, iar definirea întrebărilor reflexive ține de faptul pe cât îi reușește consilierului să mobilizeze beneficiarii la *observarea și cercetarea proceselor familiale*, ca de ex.: *... după ce v-ați certat, ce ați făcut fiecare... cum ați reacționat, iar copiii Dvs? Ce credeți că gândea soția Dvs. după ceartă etc.*

Uneori întrebările reflexive au ca scop transmiterea unei sugestii, ca de ex.: *Cum credeți dacă v-ați cere scuze pentru comportarea Dstră, soția ar reacționa pozitiv. Cum credeți că ar reacționa?*

Pentru a clarifica unele aspecte ale evenimentelor familiale distorsionate, întrebările reflexive ar putea viza: secvența de timp a acestora; unele explicații posibile și folosirea unor metafore

alternative (explozia emoțională a Dvs seamănă cu un vulcan sau o furtuna etc.).

Întrebările specifice terapiei/consilierii narative contribuie la crearea unei noi experiențe despre sine și apropiații săi prin construirea unei noi povestiri, preferată de beneficiar. Întrebările de acest fel pot explora: subiectul concret; influența dintre problemă și persoană; preferințele beneficiarului; semnificațiile unor fenomene sau relații familiale; construirea/elaborarea și scrierea unei povestiri, poziții, a unui roman (personajele sunt membrii familiei).

În formularea întrebărilor contează mult tonul vocii. Meta-comunicarea consilierului cu beneficiarii trebuie să exprime o curiozitate autentică și faptul că acesta este deschis pentru orice răspuns.

Tehnica reformulării răspunsurilor. În scopul ajutării beneficiarului să se clarifice și să înțeleagă mai bine problemele și situațiile cu care se confruntă, consilierul deseori folosește *tehnica reformulării* răspunsurilor acestuia.

I. Dafinoiu ne atenționează că a reformula înseamnă a spune cu alți termeni, într-o manieră mai concisă sau mai explicită, ceea ce a exprimat cel consiliat (27, p.125). Tehnica dată a fost teoretizată de **C. Rogers** și s-a utilizat pe larg în terapia centrată pe client. Tehnica își are originea în concepția generală despre om, acceptată și abordată de cercetător.

Reformularea devine eficientă dacă obținem acordul beneficiarului, deoarece ea implică deopotrivă *reflexia activă* din partea consilierului, dar și din partea celui consiliat. Astfel, noi transformăm beneficiarul într-un partener și expert. Returnarea mesajului și relația cu beneficiarul au la bază încrederea în capacitatea de autocunoaștere, poziția activă și puterea de autoreglare a celui consiliat R. Mucchielli [Apud 51] evidențiază trei procedee principale ale reformulării:

a) *Reformularea-reflectare* în care specialistul preia o secvență importantă din discursul beneficiarului sau repetă ultimele cuvinte

ale acestuia. Astfel, reformularea îmbracă forma unei *reflectări-ecou*, reproducere exactă sau o prezentare a celor spuse într-un *rezumat/sumarizare* (expuse de consilier în alți termeni, mai succint, gândurile și emoțiile beneficiarului). Rezultatul ajută subiectul să-și facă ordine în gânduri, să înțeleaga ce este mai important/prioritar și îi oferă o imagine mai clară despre conținutul de idei și trăiri, oferindu-i o viziune de ansamblu asupra problemelor sale.

b) *Reformularea-clarificare* se consideră tipul cel mai dificil și complex de reformulare. Consilierul scoate în evidență *esența și sensul* mesajului parvenit de la beneficiar.

Obiectivul clarificării poate fi: conținutul ideilor; trăirile afective; stările emoționale; sentimentele subiectului; relațiile intrafamiliale, conflictele interioare și cele interpersonale; evenimentele din cadrul familiei.

Conținutul ideilor discursului este reflectat și reformulat de consilier prin *parafrizare, interpretare și sumarizare*. *Parafrizarea* constă în reformularea celor spuse de subiect prin utilizarea cuvintelor și expresiilor adecvate și echivalente semantic de către consilier, pentru a clarifica conținutul de idei al beneficiarului.

Interpretarea, în anumite situații poate fi exactă, iar în situația când cineva din membrii familiei se comportă brutal, neadecvat, se manifestă cu superioritate sau invers cu inferioritate, consilierul poate recurge special la o exagerare, minimalizare, ironizare etc. a evenimentelor. Interpretarea se face atent și delicat, valorificarea ei se îmbină cu observația beneficiarului, a reacțiilor acestuia.

c) *Reformularea ca inversare a raportului figură-fond*. Beneficiarul este provocat să percapă/vadă lucrurile dintr-o altă perspectivă. Inversarea raportului figură-fond poate produce deseori reacții afective puternice, contradictorii, dar, dacă tehnica este folosită iscusit, ea influențează dezvoltarea flexibilității, schimbarea cognițiilor, atitudinilor și a comportamentelor. Reformularea de acest tip orientează beneficiarul spre empatizarea altor persoane / membri de familie.

Tehnica resemnificării. Acest tip de intervenție presupune schimbarea contextului conceptual și/sau emoțional al unei persoane vizavi de situația dificilă în care aceasta s-a pomenit. Resemnificarea (în engleză – *reframing*, în franceză – *recadrage*) înseamnă schimbarea cadrului de referință, care transformă comportamentul persoanei consiliate.

Scoțând în evidență noi semnificații, propunem o altă *grilă de lectură a realității*, deci și o nouă sau altă *matrice-tipar de comportamente*. Explorarea resemnificării asigură aderarea la filosofia constructivistă, conform căreia schimbarea cadrului, schimbă semnificația evenimentului, iar schimbarea semnificației, antrenează schimbări în comportamentul persoanei.

Operația de recadrare are loc la nivelul *meta-realității*, unde schimbarea se poate produce chiar dacă condițiile obiective ale situației rămân neschimbate. Acest adevăr nu este descoperit recent, el are rădăcini în filosofia antică și este regăsit mult mai târziu în opera lui Shakespeare: *Nu există lucruri bune sau rele, gândirea noastră le face astfel* [27, p.129].

În COCF, resemnificarea reprezintă o tehnică deosebit de explorată, deoarece ea asigură deschiderea unor perspective mari de elaborare și experimentare a unor strategii noi, originale de abordare a sinelui, a realității familiale / de comunicare, relaționare etc.

Resemnificarea poate fi aplicată cu privire la trăsăturile de personalitate, comportamente, emoții, credințe etc. sigur că aplicarea ei, cere de la consilier: competență, intuiție, experiență și cunoașterea profundă a problemelor, contextului și specificului personalității beneficiarului.

Pentru a acorda ajutor consilierilor începători, propunem o *Matrice – model de explorare a resemnificării în consilierea ontologică complexă a familiei* (Tabelul 2).

**Tabelul 2. Matricea – model de explorare
a resemnificării în COCF**

Nr. d/o	Probleme/dificultăți în viața familiei	Exemple de resemnificare
1	2	3
1.	Caracteristici personale a soților, copiilor – impertinent – slab, fricos – încăpăținat – conflictuos – agresiv – aprins/impulsiv – nefericit/indispus	– încredere în sine mare – sensibil, precaut – necesită un șir de argumente, dovezi – prea exigent – înflăcărat – pasionat, prompt – sensibil, prea milos, empatic
2.	Caracteristici ale relațiilor familiale – coercitive – distanțare, răceală – hiperprotecție – de confruntare/opoziție – de incertitudine – de răzbunare/rânchiună	– stricte; axate pe control și verificare a responsabilității – relații mai permissive; testarea nivelului de atașament – prea grijuliu, exagerat de atent – de testare a argumentelor, deciziilor – de investigare și testare a unor realități – de manifestare a unor probleme și conflicte interioare de personalitate

1	2	3
3.	Caracteristici ale comportamentelor familiale <ul style="list-style-type: none"> – neros/uşuratic – arogant – duşmănos – infidel – gelos – axat pe violență – sâcâitor/certăreț 	<ul style="list-style-type: none"> – vesel, zglobiu – ce posedă o experiență mai mare de viață; dorește să fie luat în seamă – centrat pe manifestarea forței – axat pe studierea mai multor femei – neîncredere în sine și partener – testarea influenței forței – axat pe scoaterea în evidență a unor mărunțișuri
4.	Factori perturbatorii <ul style="list-style-type: none"> – deplasări profesionale frecvente – grup de prieteni necăsătoriți ai soțului/soției – părinții/socri axați pe controlul exigent al familiei tinere – deprinderi nocive (fumat, folosirea alcoolului, drogurilor etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> – absențe în cadrul familiei (au uneori și efecte pozitive) – grup de referință a familiei – părinți-socri ce posedă o responsabilitate exagerată – deprinderi care pereclitează sănătatea persoanei și starea de bine a familiei

Din exemplele propuse, este clar că resemnificarea se poate realiza prin: recadrarea conținutului; conferirea unei conotații pozitive faptelor, evenimentelor, trăsăturilor, gândurilor și trăirilor; recadrarea contextului, convingerea beneficiarului de a-și modifica atitudinile și comportamentul, care au devenit ineficiente, întrucât s-a schimbat contextul spațio-temporal sau conduita partenerului de viață.

Genograma este un arbore genealogic special întocmit pentru identificarea unor tipare (repetiții, coincidențe, triumphiuri etc.), utilizat în asistența socială a familiei [49, p.130]. Genograma este o imagine grafică, ca se desenează pe o coală/foaie mare de hârtie, împreună cu beneficiarul, în cadrul ședinței, dar poate fi și o sarcină pentru familie/pe acasă. Principalele aspecte pe care le oferă genograma consilierului sunt:

cine trăiește sub același acoperiș: soții, frații, surorile și/sau alte rude; ordinea nașterii, diferențe de vârstă; sexul; adopțiile etc.;

observarea procesului de participare a familiei la construcția genogramei și la discuția pe marginea ei (implicare activă, lipsă de interes, existența unor anxietăți legate de anumite teme etc.);

modul în care familia desenează, situația și metaforele pe care le sugerează desenul;

stabilirea relațiilor, mai precis, prezența unei relații dintre două persoane, care necesită implicarea celei de-a treia persoane; identificarea tiparelor pozitive și negative de relaționare/comportare a membrilor familiei;

perioade complicate în viața familiei (accidente, dificultăți financiare, conflicte distructive etc.);

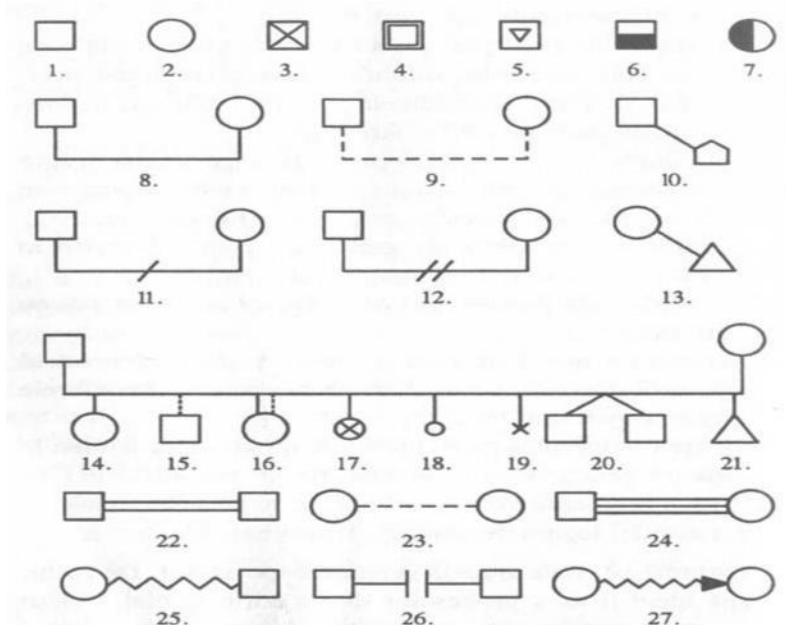
reacții neadecvate, care se repetă a unor membri la unele date aniversare sau de comemoare a unui deces (se notează exact datele în genogramă);

discrepanțe în imaginea și reprezentările membrilor familiei (când aceleași părți ale genogramei sunt descrise și interpretate diferit);

lacune – *pete albe*, părți ale genogramei despre care nu există informații.

Genograma poate ajuta consilierul la generarea ipotezelor, la formularea întrebărilor și înțelegerea circumstanțelor și a contextului familial.

Prezentăm simbolurile standard pentru desenarea genogramei [49, p.132]



- | | |
|--|---|
| Persoană de sex masculin | Copil aflat în plasament familial sau asistență maternală |
| Persoană de sex feminin | Copil adoptat |
| Persoană decedată | Naștere cu făt mort |
| Pacientul desemnat | Pierdere de sarcină |
| Persoană cu orientare homosexuală | Avort |
| Consum de alcool și droguri | Gemeni |
| Boală psihică sau fizică severă | Sarcină |
| Căsătorie | Relație apropiată |
| Concubinaj sau legătură extraconjugală | Relație distantă |
| Relație importantă cu o instituție | <i>Fuziune</i> |
| Separare | Ostilitate, conflict |
| Divorț | Ruperea relației (<i>cuf-off</i> emoțional) |
| Relație importantă cu un specialist | Abuz (fizic sau sexual) |
| Copil biologic | |

În consilierea ontologică complexă a familiei, *tehnica externalizării* este foarte importantă și este explorată, practic, în toate cazurile. Externalizarea provocată și condusă iscusit de consilier, deseori induce starea de chatarsis sau insight beneficiarului. Această tehnică a fost explicată și descrisă detaliat în subcapitolul 2.2.

Tehnica explorării paradoxului este una originală și complicată. Pe larg, această tehnică a fost folosită de reprezentanții școlii din Milano și a echipei de la Palo Alto. Tehnica dată, deseori, se utilizează când beneficiarii opun rezistență la schimbare. **G. Bateson** împreună cu colegii săi, reprezentanții Școlii de la Palo Alto, au fundamentat teoria *dublei constrângeri / double bind*, ca unul din principiile esențiale ale comunicării, schimbării și creativității. Intervențiile paradoxale în consiliere și terapie au la bază ideea că în gândirea oricărui individ coexistă mai multe niveluri logice, în plan conștient sau inconștient și că acestea pot fi implicate simultan într-o comunicare interumană. *Paradoxul* este o propoziție adevărată și falsă în același timp, care mobilizează un *joc* între ceea ce este ascuns și ceea ce este aparent, între ceea ce este spus și ceea ce este ocolit în mesajul beneficiarului.

Succesul intervențiilor paradoxale depinde de sfidarea de către familie a instrucțiunilor consilierului sau de urmarea lor până la un punct absurd și apoi refuzarea acestora. Având în vedere caracterul intuitiv și experiențial, prescripțiile paradoxale nu pot fi explicate, definite, fără a fi distruse, *omorâte*, la fel cum o glumă își pierde hazul după explicarea *poantei* [49, p.180]. Fiecare consilier trebuie să țină minte acest aspect al aplicării paradoxului și să gândească minuțios conținutul și condițiile valorificării acestuia.

Paradoxul este eficient în anihilarea mecanismelor psihologice ce întrețin fobiile, comportamentele de tip obsesiv – compulsiv și unele tulburări ale intimității.

Vom prezenta câteva exemple de prescripții paradoxale utilizate de **M. Erickson**, care este considerat un maestru de utilizare a acestora. Astfel, *sugestia negativă paradoxală* este o tehnică eficientă în consilierea familiei, deoarece ofera beneficiarilor o mai mare libertate și creează un cadru adecvat pentru manifestarea comportamentelor spontane.

Ex.: *Orientați atenția asupra relației cu copiii, dar nu știu asupra cărei relații, cu feciorul mai mare sau cu cel mai mic...*

Interesant și eficient se poate folosi și paradoxul *dublei legături*, care se aplica pentru a evita rezistențele, ce pot fi activate prin comportamentul directiv. Când cereți ceva, lăsați loc de alegere din câteva opțiuni.

Exemple:

- *Preferați să vă culcați la ora 21⁰⁰ sau la ora 21⁰⁰ fără un sfert?* (o propunere vizavi de respectarea regimului)
- *Puteți trăi, continua viața familială în baza certurilor frecvente, reproșurilor și confruntărilor, dar puteți trăi și continua o viață familială liniștită, fericită, centrată pe înțelegere, comunicare adecvată, discuții, luarea deciziilor împreună...*

Paradoxul se aplică cu atenție și numai în cazul când specialistul/consilierul observă o situație-problemă sau un context propice, care vor ajuta beneficiarul/familia să-l exploreze adecvat pentru a revigora situația.

O altă intervenție, **tehnica ICI/interviewing the internalised other** – *interviewarea celuilalt internalizat* a fost

descrisă de **K. Tomm**. Tehnica se mai numește *a vorbi cu vocea celuilalt*. În consilierea familiei, anume a cuplului sau a părinților și copiilor, se propune ca soțul să vorbească în locul soției, în conversația cu specialistul și invers. Consilierul facilitează intrarea în rol prin intermediul întrebărilor simple, apoi circulare, asigurând ieșirea din rol. După aceasta, urma-ză reflectarea asupra interviului-conversației prin implicarea fiecărui participant. Tehnica dată are un șir de efecte pozitive:

- se introduce o nouă regulă referitoare la ordinea expunerii tuturor membrilor familiei;
- stimulează fortificarea conduitelor temperate și înțelegerea mai eficientă a sa și a partenerului;
- permite să cunoaștem opiniile apropiaților și să întretinem un dialog intern;
- să introducem cunoștințe noi în sistemul familial.

Această tehnică are tangențe comune cu tehnica *psihodramei* și *sociodramei*. *Punerea în scenă* a interrelațiilor din structura familială problematică, la propunerea consilierului se vor simula de către membrii familiei. Sociodrama poate fi explorată prin intermediul întrebărilor circulare sau jucarea rolurilor de către membrii familiei.

S. Minuchin [52] folosea pentru această tehnică metafora *dansul*, adică familia *dansează* în cadrul ședinței, punând în scenă evenimentul sau relația propusă de consilier.

Tehnica explorării metaforei

Metafora reprezintă una din cele mai vechi noțiuni ale științei limbajului (prima ei descriere a fost făcută de Aristotel). Metafora este definită ca o comparație prescurtată, subînțeleasă, ce realizează un transfer semantic care deturneză sensul propriu al cuvintelor și al expresiilor.

Mai precis, metafora desemnează un obiect printr-un cuvânt care este propriu altuia: *primăvara* vieții; durere *fulgerătoare* etc. [27, p.149].

Concomitent cu dezvoltarea filosofiei educației și, anume a filosofiei analitice, care a debutat cu *pozitivismul logic* (1900-1950), ce se ocupa de studiul și explicația nonsensurilor unor termeni filosofici, a continuat cu *empirismul logic* și a delimitat *limbajul teoretic* de cel *empiric*, este relansată cercetarea figurilor de stil. În acest context propice, lingvistul **R. Jacobson** (1956), definește metafora și metonimia drept două axe fundamentale ale gândirii și limbajului. De atunci, metafora desemnează toate legăturile asociative între cuvinte sau concepte, fondate pe o asemănare sau analogie, în timp ce metonimia vizează toate legăturile asociative între cuvinte și concepte fondate pe contiguitate sau alte relații decât cele de asemănare [27, p.149].

Din perspectiva consilierii și terapiei familiei menționăm câteva funcții importante ale metaforei:

1. *Metafora permite verbalizarea realității psihologice, strict individuale a senzațiilor, percepțiilor, imaginației, trăirilor universului interior uman, pentru care cuvintele obișnuite, deseori, nu se potrivesc (întrucât au un conținut logic categorial). Ex.: percepem o multitudine de nuanțe ale culorilor de bază, dar utilizăm nu singur cuvânt: roșu, albastru...*

De aceea, recurgem la metafore de Tipul: *roșu aprins, roșu ca vișina putredă; albastru ca marea* etc.

2. *Metafora în raport cu imaginația simbolică asigură evidențierea semnificațiilor inaccesibile explicației raționale. Anumite obiecte sau ființe interzise sau neverosimile sunt desemnate prin denumiri figurate, de ex.: împăratul întunericului, ucigă-l crucea; ducă-se pe apa sâmbetei* etc.

3. *Metafora este indispensabilă pentru a gândi și defini anumite realități abstracte, dificil de reprezentat, ca de ex.: timpul trece, timpul vine etc.*

4. *Metafora este un instrument logic care restructurează modul nostru de gândire și interpretare a lumii/realității. Efectuând un transfer de sens de la subiectul secundar spre subiectul principal realizăm funcția nominalizată, de ex.: Ioan – Gură de Aur; Richard – Inimă de Leu etc.*

Metafora este prezentă permanent în comunicarea consilier-beneficiar/familie, ea generează noi sensuri, noi contexte, cadre de referință, cu atât mai mult că discursul specialistului are o componentă retorică forte, care urmărește să convingă, să sensibilizeze, să însufle/sugestioneze, să impresioneze, uneori să seducă (într-un sens pozitiv).

Evident că metaforele abordate de lingviști vizează, mai frecvent, descrierea unui lucru, fenomen sau ființă. În psihoterapie și consiliere, evenimentele și fenomenele vieții familiale sunt mai complexe și necesită explorarea unor alegorii, fabule, parabole (așa se numesc în retorică), care se prezintă sub forma unor povești și povestiri. De aceea, în cadrul studiului axat pe problematica psihoterapiei și/sau consilierii, termenii de *metaforă terapeutică* și *poveste terapeutică* vor fi considerate echivalente.

În esență, fiecare poveste, prezintă un conflict și modul sau de rezolvare, uneori neverosimile, ceea ce însuflă mai multă încredere în succes beneficiarului, făcându-l mai activ și creativ în căutarea soluțiilor.

Speciliaștii din domeniul vizat [18; 19; 27; 36; 39 etc.] consideră că prin intermediul povestirilor, basmelor, alegoriilor, metaforelor, consilierul propune o nouă viziune, construcție, o nouă înțelegere a realității.

Forța limbajului simbolic al metaforelor a fost consemnat de mulți cercetători [49; 75; 82; 84], acesta este vectorul principal utilizat de cultura epică a popoarelor lumii, de filosofie, mai cu seamă, de filosofii Orientului, axate pe transmiterea valorilor și adevărurilor profunde ale vieții.

Metafora are rădăcini adânci în spiritul omului. Ea este produsul fazelor primare ale cunoașterii și comunicării interumane. De aceea, această tehnică reprezintă un mijloc de transfer (din gr. *meta-pherein* – a duce dincolo) de semnificații, care, este practic nelipsit din majoritatea sistemelor teoretice și a tehnologiilor de intervenție psihoterapeutică [27, p.154]. În consilierea ontologică complexă a familiei se pot utiliza, pe larg, metaforele sub variate forme: povești, mituri, povestioare, basme, parabole, pildele biblice etc.

Urmând asumțiile teoretice și concluziile realizate de **M. Erickson** în baza analizei experienței de valorificare a metaforelor și sugestiilor indirecte, inclusiv, a rezultatele cercetărilor psihofiziologice privind funcțiile emisferelor cerebrale (emisfera dreaptă este mai puternic implicată decât cea stângă în medierea proceselor emoționale), ne-am centrat pe explorarea *comunicării pe două niveluri – conștient-inconștient*. Ast-fel, în timp ce conștientul este ocupat cu prelucrarea mesajului în variate forme: concepte/iddei, povești, povestiri, imagini, un alt mesaj poate fi strecurat în inconștient prin analogii, sugestii, alegorii. Mesajul metaforic activează asociațiile in-conștiente, care întrerup vechiul răspuns comportamental prin generarea de noi înțeleșuri, care, la rândul lor, produc noi răspunsuri comportamentale. **M. Erickson** nu interpreta pa-cientului semnificațiile metaforelor utilizate, cercetătorul con-sidera că nu este nevoie să traducă comunicarea *inconștientă* într-o *formă conștientă* [35].

În practica noastră de consiliere, am îmbinat aceste două poziții, uneori analizăm împreună cu familia semnificațiile metaforei, alteori explicăm și interpretăm unele semnificații, deseori evitam a face acest lucru.

În consilierea familiei trebuie evitată situația de confruntare dintre modelul acesteia și modelul propus de specialist prin adoptarea unei perspective și/sau strategii interacționiste de tip evolutiv, în care cele două modele interrelaționează și se transformă reciproc, ajungând la un echilibru concretizat într-un nou model ce îmbină organic elementele din ambele.

Plăcute pentru beneficiari și eficiente în COCF sunt și tehnicile explorării unor ritualuri, sarcini speciale, a scrisorilor terapeutice, a lecturii în cadrul familiei.

Sarcinile se comunică, de obicei, în contextul intervenției, spre sfârșitul ședinței. La fel, sarcinile pot fi elaborate împreună cu familia. Principalul moment ca sarcinile să fie creative și să corespundă cadrului/modelului familial. Sarcinile pot fi *cu scop de observare și înregistrare a unor fenomene familiale* (relații, comunicare, conflicte etc.) și *cu scop de anticipare* a unor evenimente și realizare a unui pronostic. Deseori, în consilierea familiei se practică un tip de sarcină care presupune luarea și urmarea unei decizii sau schimbarea unui comportament. Evident că fiecare sarcină deja realizată, mai apoi se analizează, se interpretează și se discută. În COCF ne axăm și pe formularea unor sarcini centrate pe elemente de spiritualizare și valori-ficare activă a reflecției privind esența lucrurilor, a nașterii și a vieții omului, a misiunii lui pe acest Pământ.

Ritualul reprezintă o acțiune repetată care a devenit obișnuință. În consilierea familiei, ritualul reprezintă o prescripție a unei secvențe comportamentale, ce se referă la aspectele

semnificative ale problemei. Cele mai edificatoare ritualuri pentru armonizarea relațiilor familiale sunt: *mesele rotunde de seară*, unde se adună toți membrii familiei și timp de 1-1,5 ore își expun dorințele, planurile, noutățile personale din timpul zilei (fiecăru i se oferă timp, toți ascultă, discută, decid asupra unor lucruri etc.) și ședințele *Sfatului familiei*, care se pot practica regulat (în fiecare săptămână) și/sau la necesitățile familiei (pentru a lua o decizie importantă).

Noi delimităm ritualurile în *mari/macroritualuri* și *mici/miniritualuri*, care diferă după volum, dar sunt la fel de importante și, care, împreună, formează istoria familiei și cele mai frumoase amintiri ale omului. În calitate de *miniritualuri* pot fi explorate cu succes: rugăciunea; povestea de seară, spusă de unul din părinții; odihna împreună; ieșirile în natură; oferirea florilor femeilor din familie la sărbători sau în fiecare duminică; unele elemente de adio, practicate în fiecare zi înainte de a pleca la serviciu etc.

Pot fi transformate în ritualuri unele elemente din regimul zilei sau ordinea în realizare a unor acțiuni de menaj casnic. Foarte valoroase și edificatoare sunt *macroritualurile* legate de organizarea unor sărbători familiale; vizitare a părinților sau stabilirea unor zile speciale de *educație maternă* (luni, miercuri, vineri) și *educație paternă* (marți, joi, sâmbătă, iar duminica este rezervată pentru ambii părinți sub forma unor excursii/plimbări comune.

Sigur că în COCF, putem explora variate tehnici, esențialul constă în faptul de a le aplica atent și iscusit, este important de orientat întreaga intervenție spre elaborarea, re/construirea și fortificarea unui **Proiect ontologic familial complex**, axat pe acțiunea morală și conviețuirea armonioasă, ce

include valorizarea normelor moral-etice și centrarea pe respectarea drepturilor omului, a copilului și principiile auto/educație permanente.

DOCUMENTAREA PROCESULUI DE CONSILIERE

Documentarea consilierii/terapiei are importanță:

Psihopedagogică și experiențială – ne ajută la pregătirea ședinței având în vedere cele întâmplate în cadrul ședințelor anterioare, contribuind astfel la oferirea unui serviciu de înaltă calitate;

în formare și în supervizare – oferă posibilitatea prezentării unor informații exacte pentru o supervizare retrospectivă;

asigură continuitatea consilierii/terapiei în cazul în care terapia este preluată de către un alt specialist din cadrul aceleiași instituții.

În cadrul activității desfășurate, utilizăm o fișă de consiliere pe care o completăm în momentul în care cineva solicită ajutor. Rubricile acestei fișe, pe lângă datele de contact (adresă, telefon, e-mail), includ istoricul familiei (succint și esențializat), inclusiv, aspectele:

cine și când a solicitat consultația;

cum a ajuns beneficiarul la specialist (cine a recomandat; numele specialistului);

membrii familiei: prenume, vârstă, ocupații;

problema și detaliile ei, formulate de persoana care a venit la consiliere.

Se recomandă luarea de notițe în timpul ședinței, deoarece există avantajul că acestea pot fi recitite înainte de următoarea ședință, facilitându-se astfel pregătirea ei. Cu cât inter-

valul dintre ședințe este mai mare, cu atât se uită mai mult din informațiile relevante. Mesajul implicit al notării spuselor de beneficiar este: *Sunt atent și consider important ceea ce spuneți*. În timpul ședinței pot exista situații când consilierul preferă evitarea contactului vizual. În astfel de cazuri, scrisul și hârtia oferă posibilități alternative pentru orientarea privirii. Pentru specialiștii care consideră că scrisul ar putea interfera cu centrarea atenției lor pe cel consiliat, alternativa este descrierea celor mai importante idei imediat după ședință, ceea ce poate furniza informații valoroase referitoare la procesul consilierii și/sau poate semnala pierderea curiozității.

Luarea de notițe poate fi privită ca un instrument terapeutic/de consiliere. Freedman și Combs (1996) propune împărțirea colii de hârtie în două, cu o linie verticală. În coloana din stânga specialistul scrie informații, cuvinte/expresii, metafore care țin de povestirea problemelor; coloana din dreapta, fiind rezervată excepțiilor, resurselor, cuvintelor și expresiilor care pot servi drept puncte prime de reper pentru construirea povestirii alternative. În acest fel, notițele ajută la organizarea gândirii consilierului.

Ce anume trebuie să includem în descrierea unei ședințe ? Este o întrebare formulată frecvent de către cei care participă la un program de formare. Alan Carr (Carr, 1997) propune o mnemotehnică (TARAP) pentru ușurarea identificării și a reținerii conținutului aspectelor esențiale ale consilierii:

Time – când a avut loc ședința și a câta întâlnire a fost; *Attendance* – cine a participat la ședință;
Review – răspunsul beneficiarului la ultima intervenție, revizuirea celor întâmplate în perioada de timp care a trecut de la ultima ședință;

Agenda – temele, aspectele importante discutate în cadrul ședinței;

Plan – intervenția oferită familiei și ideile specialistului pentru ședința următoare.

Plecând de la un șir de sinteze teoretice și experiențiale, cele mai importante sfaturi practice legate de documentarea cazului sunt următoarele:

descrierea ședinței trebuie realizată cât mai curând, de preferat imediat după terminarea ei, deoarece în caz contrar pot fi uitate unele detalii semnificative; toate documentele referitoare la subiectul consultat ar trebui scrise pe înțelesul acestuia, ceea ce exprimă respectul specialistului față de acesta; pentru asigurarea confidențialității, documentația trebuie păstrată în fișiere la care are acces doar specialistul. În contextul unui schimb de experiență / formării profesionale continue, documentația poate fi împărtășită cu supervizorii, aceștia din urmă fiind obligați, la rândul lor, să păstreze confidențialitatea [49].

Noi propunem ca specialistul care se ocupă de consilierea familiei să realizeze înregistrările de rigoare în caiete speciale, în care delimitează pe foi aparte cel puțin patru compartimente: *problema și aspectele ei; istoricul cazului persoanei sau a familiei; procesul consilierii în evoluția sa și strategiile de bază explorate de specialist*. În finalul consilierii se face o concluzie succintă. Este comod să repartizăm înregistrările ședințelor separat, adică oferim caiete sau foi pentru notițele efectuate privind consilierea familiilor tinere, celor de vârstă medie și celor în etate. Evident că aceste sugestii pot fi urmate, dar pot fi și completate cu un șir de forme și procedee, care ar asigura eficiența activității.

VI. REFERINȚE BIBLIOGRAFICE

1. Băban Adriana, *Consiliere educațională. Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere*: Cluj-Napoca, Editura Ardealul, 2001.
2. Birch A., *Psihologia dezvoltării*: București, Editura Tehnică, 2000. 311 p.
3. Calaraș Carolina, *Cultura educației elevului*: Chișinău, CEP USM, 2007.
4. Calaraș Carolina, *Dirigintele în calitate de consilier educațional al elevului și al familiei*: Chișinău, Probleme ale științelor socioumane și modernizării învățământului. - 2010. - Vol.I. - P. 399-404.
5. Carabet Natalia, *Consilierea familiei*: Chișinău, CET Ion Creangă, 2009.
6. Cotoeanu Ion, Seche Luiza, Seche Mircea, *Dicționar explicative al limbii române*: București, Editura Univers enciclopedic, 1998.
7. Cuznețov Larisa, *Consilierea parentală*: Chișinău, Editura Primex-Com, SRL, 2013.
8. Cuznețov Larisa, *Consilierea și educația familiei. Introducere în consilierea ontologică complexă a familiei*: Chișinău, Editura Primex-Com, SRL, 2015.
9. Cuznețov Larisa, *Etica educației familiale*: Chișinău, Complexul editorial-poligrafic al ASEM, 2000.
10. Cuznețov Larisa, *Jocul copilului și cultura educației familiale: Ghid pentru părinți, psihologi și educatori*: Chișinău, Editura CEP al USM, 2007.
11. Cuznețov Larisa, *Tratat de educație pentru familie. Pedagogia familiei*: Chișinău, Editura Centrul Editorial-poligrafic al USM, 2008.
12. Dafinoiu Ion, *Elemente de psihoterapie integrativă*: Iași, Editura Polirom, 2000.
13. David Daniel, *Psihologie clinică și psihoterapie*: Iași, Editura Polirom, 2006.

14. David Daniel, *Tratat de psihoterapii cognitive și comportamentale*: Iași, Editura Polirom, 2006.
15. Dimitriu-Tiron Elena, *Consiliere educațională*: Iași, Editura Institutul European, 2005.
16. Dumitru Ion Al., *Consiliere psihopedagogică*: Iași, Editura Poli-rom, 2008.
17. Enăchescu Constantin, *Tratat de psihanaliză și psihoterapie*: Iași, Editura Polirom, 2003.
18. Geldard Kathryn, Geldard David, Yin Foo Rebecca, *Consilierea copiilor, o introducere practică*: Iași, Editura Polirom, 2013.
19. Holdevici Irina, *Elemente de psihoterapie*: București, Editura ALL, 1997.
20. Holdevici Irina, *Gândirea pozitivă*: București, Editura Dual Tech, 2000.
21. Holdevici Irina, *Psihoterapia un tratament fără medicamente*: București, Editura Universitară, 2010.
22. Jordan J. P., Myers R. A., Layton W. C., *The counseling psycho-logist*: Washington, DC: American Psychological Association, 1968, p. 46 – 115.
23. Konya Zoltan, Konya Agnes, *Terapie familială sistemică*, Iași, Editura Polirom, 2012.
24. Mitrofan Iolanda, *Psihoterapia experiențială*: București, Editura Infomedica, 1997.
25. Mitrofan Iolanda, Vasile Diana, *Terapii de familie*: București, Editura SPER, 2004.
26. Nemțeanu C., *Considerații despre consilierea psihologică*: Bucu-rești, Editura Gnosis, 2004.
27. Oancea C., *Tehnici de sfătuire/ consiliere*: București, Editura Medicală, 2002.
28. Parsons F., *Choosing a vocation*: Boston, Houghton Mifflin, 1909.
29. Platon Carolina, *Psihodiagnostic clinic*: Chișinău, CEP USM, 2010.
30. Rogers C. R., *A deveni o persoană. Perspectiva unui terapeut*: București, Editura Trei, 2008.

31. Șoitu L., Vărăjmaș E., Păun E., *Consiliere familială*: București, Editura Institutul European, 2001.
32. Stahl P., *Familia și școala: contribuții la sociologia educației*: București, Editura Paideia, 2002.
33. Stănciulescu Elizabeta, *Sociologia educației familiale*, vol. II: Iași, Editura Polirom, 2002.
34. Ștefăneț D., Moraru E., Mazălu L., etc. *Organizarea activității Serviciului de Asistență Psihologică, Ghidul metodologi*: Chiși-nău, Editura Sirius SRL, 2011.
35. Vrajaș E. A., *Consilierea și educația părinților*: București, Edi-tura Aramis, 2002.
36. <http://ru.scribd.com/doc/17221853/Consilierea-Familiei-Si-Terapii-de-Familie> - accesat la 25.02.2014
37. http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:b8p9xaGMVDeJ:www.ueb.ro/dppd/Lector_univ.dr.Simona_Glaveanu_Consiliere_si_orientare_DFP.pdf+&cd=2&hl=ru&ct=clnk&gl=md - accesat la 17.03.2014
38. http://krispsychology.files.wordpress.com/2011/01/consiliere-psihologica_note-de-curs_subiecte.pdf. - accesat la 17.03.2014
39. http://www.google.md/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CCcQFjAA&url=http%3A%2F%2Fwww12.tuiasi.ro%2Findex.php%3Ffile%3D97&ei=ZU8nU_iwe-rR7Ab774CoDQ&usg=AFQjCNEOAGy5usM6LpSXdPuAMM9kiF18jQ - accesat la 17.03.2014
40. <https://ru.scribd.com/doc/17719265/Tehnici-de-Consiliere> – accesat la 18.11.2014
41. <https://ru.scribd.com/doc/235097434/Curs-Teorii-Consiliere-Educ> - accesat la 18.11.2014

MICLEUȘANU Zinaida CUZNEȚOV Larisa

BAZELE CONSILIERII

Ghid metodologic

Semnat pentru tipar Formatul 60 × 84 1/16.
Coli de autor 4,5. Coli de tipar 8. Comanda ____.
Tirajul 200 ex.
Tipografia Primex-Com SRL Chișinău, str. V.
Pârcălab, 18/1a tel. 22-72-88