

PUNTI CENTRALI DEL MODELLO

- I problemi presentati vanno esplorati al fine di:
 - capire che tipo di problemi sono (cosa intende la persona quando dice che depressa? Cosa del comportamento del figlio la fa arrabbiare? Come si sente quando il marito non la chiama per avvisare che non torna per cena?).
 - aiutare la persona a entrare in contatto con sé stessa
 - mandare alla persona il messaggio che qualunque nostra azione cerca un senso e ne ha uno solo all'interno della SUA struttura interna di riferimento

ABILITA' DELLA I FASE



- I problemi presentati vanno ri-concettualizzati nei termini di contributo che le nostre azioni danno al problema, al fine di:
 - Restituire alla persona il potere di cambiamento

Perché questo accada, la persona deve:

- Rivivere nel qui e ora della relazione del counseling il suo modo di agire la situazione problematica (counselor «provocatore» attraverso l'abilità dell'immediatezza) per prendere pienamente atto dell'inevitabilità del cambiamento
- Avere a portata di mano un'azione alternativa (dialogo interiore alternativo) rispetto alla quale riconosce i benefici per il sé



- I problemi vanno risolti a step:
 - Identificando piccole situazioni nelle quali la persona potrebbe riuscire a bloccare il dialogo interiore che la porta a azioni inefficaci e quindi generalizzarle
 - Sperimentando queste piccole situazioni e portando al counselor i «risultati»
 - Generalizzando a situazioni più complesse i risultati

