

Il Counseling Sanitario Motivazionale

Valter Spiller
Psicologo, Psicoterapeuta
Dipartimento Salute Mentale e Dipendenze ASL 3 Genova

Scuola Italiana di
Counseling Motivazionale
www.scuoladicounseling.it

CMC Italia
Center for Motivation and Change
www.colloquiomotivazionale.it

Professionista

Cliente
Passivo, Incompetente,
Obbediente, Ammirato

Approccio "Tecnico"
(Bio-medico: Problemi e patologie ACUTE)

Professionista
Attivo, Competente,
Direttivo, Distaccato

Cliente **Counselor**

Elaborare
(Abilità comunicative
e relazionali)

Approccio "Relazionale"
(Bio-psico-sociale: Problemi e patologia PERSISTENTI)

Il counseling motivazionale

Un metodo collaborativo
di intervento
centrato sulla persona,
orientato,
per accrescere
la motivazione intrinseca
al cambiamento

Il counseling motivazionale

Due aree specifiche di attenzione

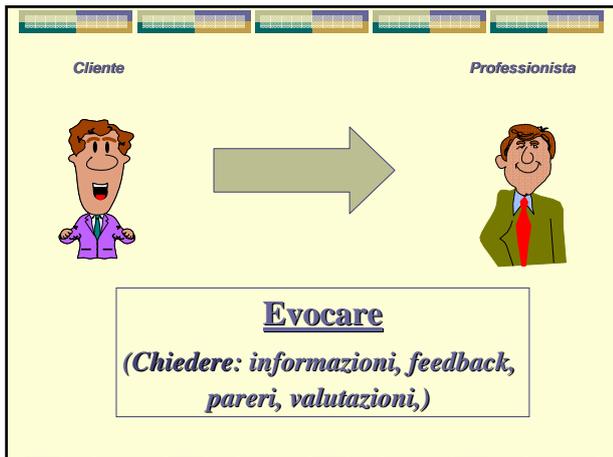
Cosa motiva le persone a cambiare

Come motivare le persone a cambiare

comportamenti, atteggiamenti e
stili di vita non salutari

Gli "elementi" della motivazione

Preoccupazioni e insoddisfazioni - Bisogno
Consapevolezza del problema - Ragioni
Importanza e valori personali - Desiderio
Fiducia e ottimismo - Capacità
Decisione e volontà - Impegno



Il counseling motivazionale

Due aree specifiche di attenzione

COSA motiva le persone a cambiare

COME motivare le persone a cambiare

comportamenti, atteggiamenti e
stili di vita non salutari

Le domande

Chiuse	Aperte
Chiuse (richiedono risposte si/no)	<i>Qual è il problema...?</i>
Informative (richiedono informazioni)	<i>Cosa ne pensa di ...?</i>
Indagatorie (iniziano con: perché, come mai, ...)	<i>In che modo, questo ...?</i>
Alternative (vincolano ad una alternativa)	<i>Cosa intende con ciò?</i>
Troppo aperte (generiche)	<i>Cosa la preoccupa di ...?</i>
	<i>In che senso...?</i>
	<i>Come vede questa situazione?</i>
	<i>Cosa la soddisfa di ... ?</i>
	<i>In che cosa... è un problema?</i>

Le domande aperte

- Non consentono risposte brevi o del tipo si/no
- Non predeterminano la risposta
- Centrano l'attenzione ed il focus del colloquio sul paziente
- Facilitano il coinvolgimento
- Incoraggiano il paziente a parlare

**E' compito dell'operatore offrire al paziente
la possibilità di esplorare
il più liberamente possibile
la sua situazione problematica**

La riformulazione

E' una comunicazione riflessiva:

- è una **affermazione** (non una domanda)
- ha come "soggetto" **il paziente** (è in "seconda/terza persona")
- propone una **ipotesi** sul significato della comunicazione

Il significato che vuole avere questa comunicazione è:
(Io ho capito che lei vuole dirmi che) ... **affermazione ipotetica...**

Esempi

- *Pensi che le cose non possono andare avanti così...* (affermazione)
- *Questa situazione la preoccupa...* (affermazione)
- *Ha deciso di provare a vedere se riesce a...* (affermazione)
- *E' importante per te trovare una soluzione...* (affermazione)

