PRESIDENZA DEL CONSIGLIO DEI MINISTRI
Ministro per la Cooperazione Internazionale e l'Integrazione
Dipartimento Politiche Antidroga

Il couseling informativo motivazionale e il contratto con il minore

Dott.ssa Laura Randazzo

Gruppo di lavoro
Giovanni Serpelloni, Dipartimento Politiche Antidroga, Presidenza del Consiglio dei Ministri
Maurizio Gomma, Dipartimento delle Dipendenze, Azienda ULSS 20 Verona
Claudia Rimondo, Sistema Nazionale di Allerta Precoce, Dipartimento Politiche Antidroga
Laura Randazzo, ASL Provincia di Varese
Roberto Mollica, Osservatorio Nazionale, Dipartimento Politiche Antidroga
Monica Zermiani, Dipartimento delle Dipendenze, Azienda ULSS 20 Verona

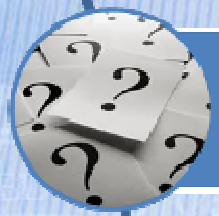
Obiettivi della presentazione

- Il couseling informativo motivazionale
- Stadi del cambiamento
- Definizione degli obiettivi e contratto
- Significato relazionale terapeutico del contratto nel processo educativo comportamentale
- Gli stimoli avversivi
- I principi generale del colloquio motivazionale

Valutazione in ambito consulenziale



Breve assessment, con l'utilizzo di test.



Valutazione risorse interiori, atteggiamenti, credenze, resistenze, strategie di coping.



Valutazione fattori protettivi/vulnerabilità del ragazzo e dell'ambiente in cui vive.



Valutazione qualità delle relazioni interpersonali con la famiglia, con il gruppo dei pari

(Lightsey e Hulsey, 2002; Newcomb et al., 2002)

Tipo di intervento e livello di counseling

I livello –
Intervento breve

Counseling di base - informativo motivazionale

Medico; Infermiere; Educatore; Assistente sociale; Psicologo

II livello –
Intervento a medio-lungo termine

Counseling specialistico- couseling educativo motivazionale

Psicologo; Assistente Sociale; Professionista formato o supportato

Intervento breve: couselling informativo motivazionale

Modifica comportamento



Aumento consapevolezza



- Informazioni
- Motivi
- indicazioni



Autoefficacia

Problem solving

Empatia

Vunerabilità bassa

Genitori performanti

No dipendenza

No patol corr

Couselling informativo-motivazionale



Definizione degli obiettivi e contratto



Ricerca di soluzioni alternative adeguate



Applicazione delle nuove strategie e feedback sui comportamenti adattivi



Favorire la messa in atto di strategie e comportamenti adattivi

Pz non si rendono conto del loro comportamento e non riconoscono alcun bisogno di attuare dei cambiamenti

Uscita permanente

Pz sono riusciti nel cambiamento e lo mantengono nel tempo



Pz hanno iniziato il cambiamento e si stanno impegnando

Pz cominciano a prendere in considerazione il cambiamento

Pz hanno deciso di cambiare e scelgono tipo di aiuto risorse

Il counseling motivazionale deve tener conto del **profilo motivazionale** e dei relativi stadi del cambiamento

Prochaska et al. 1992, SAMHSA, 1999

Definizione obiettivi del cambiamento comportamentale atteso: premesse



Attenzione agli gli stadi di cambiamento



Attenzione ai fattori protettivi



Attenzione ai fattori di vulnerabilità

Pz non si rendono conto del loro comportamento e non riconoscono alcun bisogno di attuare dei cambiamenti



Pz cominciano a prendere in considerazione il cambiamento

MODIFICAZIONE COMPORTAMENTO

Obiettivi a Breve Termine
Ricerca della consapevolezza (insight) degli effetti negativi dell'abuso sostanze, accettazione di un eventuale controllo esterno (familiari)

CONTRATTO

- Informazioni
- Motivi
- Indicazioni
- Analisi costi/benefici
- Analisi discrepanze
- Problem solving

Obiettivi a Medio Termine
Astensione controllata, con l'accettazione di strumenti di controllo esterni (familiari, etc.) astensione concordata con strumenti di controllo intermedi (tecniche comportamentali)

Obiettivo a Lungo Termine
Astensione completa senza strumenti esterni di controllo, ma con controllo completamente interiorizzato dal paziente

Contratto

Per strutturare un intervento mirato adeguato sarà necessario **sostenere un processo educativo comportamentale** coerente, lineare e costante da parte dei genitori.





Le azioni educative devono passare anche attraverso la **condivisione e la "definizione" di un "contratto"** tra il minore e i genitori con il counselor come "**notaio**", che **regolamenti i comportamenti** relativamente ad alcuni principali aspetti…

Il contratto: clausole (1)



Non uso di sostanze



Linguaggio appropriato



Uscite pre-autorizzate con reperibilità telefonica



Evitata la frequentazione di persone o di ambienti a rischio



Uso regolamentato di Internet e altre tecnologie

Il contratto: clausole (2)



Uso regolamentato di motorino e telefono cellulare



Aiuto in casa per i lavori domestici



Rispetto impegni scolastici e frequentazione regolare lezioni



Rientro a casa entro le 24,00 (festivi); no uscite serali nei feriali



Trasparente gestione del denaro e delle spese sostenute

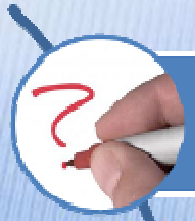
Contratto e trasgressioni

Eventuali **trasgressioni del contratto** stipulato comporteranno



- una **diminuzione** delle libertà di movimento o dell'utilizzo dei presidi quali il telefono cellulare, il motorino, Internet, play station, ecc.
- la **limitazione** alla partecipazione a feste e momenti di intrattenimento con i pari (costo della risposta)

Trasgressioni di contratto: "Eliminare una risposta tramite stimoli avversivi …"



Punire una risposta intermittente, assicurando una maggiore specificità della risposta punita.



Rinforzare la risposta incompatibile con quella punita.



Usare una stimolazione avversiva moderata.



Assicurarsi che lo stimolo avversivo non sia stato associato, in passato, al guadagno di rinforzi positivi

Importante orientarsi verso l'uso primario del **rinforzo positivo…**

Todorov

Qualche esempio…



Punire una risposta intermittente: uso saltuario di alcol durante le feste



Rinforzare la risposta incompatibile con quella punita: evidenziare con piacevolezza l'assenza di improperi in una frase



Usare una stimolazione avversiva moderata: non impedire subito le uscite totalmente ma solo in determinate ore



Assicurarsi che lo stimolo avversivo non sia stato associato al guadagno di rinforzi positivi: attenzione ottenuta in forma di rimprovero

Significato del contratto 1


Ridefinizione di ruoli



Regole


Priorità


Contesto


Obiettivi


Relazioni

Significato del contratto 2

Queste sono importanti **regole iniziali di base** da concordare e fare rispettare per potere realizzare un percorso educativo più complesso **che tenga conto**

- **delle relazioni tra i componenti del nucleo famigliare**
- **delle varie e complesse dinamiche in essa presenti**
- delle **caratteristiche individuali** dei membri della famiglia.





Il colloquio motivazionale: principi generali



1. Esprimere empatia



2. Accrescere le discrepanze



3. Evitare le resistenze



4. Incoraggiare l'auto-stima e l'auto-efficacia



Esprimere empatia



E' importante che l'operatore **sappia ascoltare** il soggetto in maniera rispettosa, cercando di comprendere il suo punto di vista.



Avere empatia e **utilizzare un ascolto riflessivo** sono gli elementi chiave per comunicare.



Mantenere un **atteggiamento non giudicante** ma presente; l'operatore costruisce un'alleanza terapeutica con il paziente e ne supporta l'auto-stima.



Accrescere le discrepanze



Aiutare il paziente a vedere le discrepanze tra il suo uso di sostanze e i suoi obiettivi, senza che si senta giudicato



Questa strategia induce il paziente ad esprimere le ragioni del cambiamento senza che sia l'operatore a farlo.

NB: le persone sono più persuase da ciò che loro stesse esprimono piuttosto che da ciò che si sentono dire.

Evitare le resistenze



Importante evitare la resistenza, o gestirla in caso si manifesti



E' il segnale che il paziente vede la situazione in modo diverso dall'operatore



Implica che l'operatore comprenda la prospettiva del paziente e parta da questa per procedere

Cambiare direzione del colloquio o ascoltare più attentamente



Spostarsi su argomenti che offrano maggior spazio per l'empatia e incoraggino il paziente a parlare e a sentirsi coinvolto



Incoraggiare l'auto-stima e l'auto-efficacia

L'operatore ha il compito di ristabilire l'autostima e l'auto-efficacia nel paziente comunicandogli un incondizionato giudizio di apprezzamento.



PARTENDO DA
QUI E ORA!

PRESIDENZA DEL CONSIGLIO DEI MINISTRI
Ministro per la Cooperazione Internazionale e l'Integrazione
Dipartimento Politiche Antidroga

Ascolto, orientamento, motivazione al cambiamento e mantenimento nel counseling educativo motivazionale

Obiettivi della presentazione

1) Il counselor degli adolescenti - le competenze
2) Obiettivi e metodi del couselling educativo motivazionale con gli adolescenti
3) Il profilo motivazionale
4) Gli stili relazionali
5) Le credenze

Intervento intensivo: couselling motivazionale educativo



Modifica comportamento



Aumento consapevolezza

•Informazioni
•Motivi
•indicazioni



Autoefficacia

Problem solving

Empatia

tRC

Parent training

REPT/tRM



Vunerabilità Bassa

Genitori scarsamente performanti e contenti

No dipendenza

No patol corr

Couseling educativo motivazionale

Modificazione potenziamento dei fattori protettivi del ragazzo e dell'ambiente in cui vive:



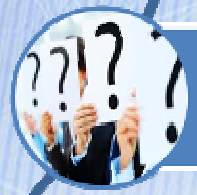
Favorire l'espressione e la comprensione delle emozioni (proprie e dell'altro) tramite strategie razionali-emotive



Favorire supporto psico-emotivo (tecniche di ristrutturazione cognitiva)



Favorire riduzione dell'ansia



Favorire la messa in atto di strategie e di comportamenti adattivi (tecniche di problem solving)

Il counselor degli adolescenti



Competenza comunicativa



Ascolto



Empatia



Lavoro sulle resistenze (originate dall'impulsività propria del periodo adolescenziale)

Il counseling educativo motivazionale

Macro obiettivo



"**rafforzare le competenze emotive e cognitive**, in modo da rendere l'adolescente in grado di costruire proprie abilità (skills) che gli permettano di rielaborare i momenti di difficoltà e di prevenire i fattori di rischio…"

Il counseling educativo motivazionale

1) Abilità personali:
   - la capacità di prendere decisioni
   - risolvere i problemi



2)Il pensiero creativo e critico

3)La comunicazione efficace



4)La capacità di relazioni interpersonali

5)L'autoconsapevolezza

6)L'empatia

7)La gestione delle emozioni e dello stress

(Cole, Bruschi e Tamang, 2002; Murberg et al., 2004).

Metodi

L'**efficacia** del Counseling Educativo Motivazionale con gli adolescenti si spiega per

- metodo (**ascolto, riflessività, empatia, domande aperte**)
- Lavora su **ambivalenza, frattura interiore, autoefficacia**
- **bilanciamento continuo del profilo motivazionale** evitando le dispute e i consigli dell'esperto.

La comprensione empatica

"….Sentire il mondo personale del cliente come se fosse il mondo dell'operatore, senza mai perdere la qualità del "come se", in modo che, chi opera attraverso il counseling, non perda il punto di vista del cliente, altrimenti sarà possibile analizzarlo e valutarlo, ma non capirlo …"

(Burkard e Knox, 2004)





Profilo motivazionale



Il counselor deve essere capace di cogliere e utilizzare il profilo motivazionale che rappresenta la struttura funzionale del mutamento dinamico di un equilibrio volitivo

Profilo motivazionale

Disponibilità al cambiamento



Frattura interiore

Autoefficacia

Disponibilità al cambiamento

"Disponibilità a progredire lungo il ciclo degli stadi del cambiamento"

Riconoscere il problema, impegnarsi ad affrontarlo

Quanto PRONTO è il giovane a rivedere il suo comportamento?

Frattura interiore

"L'importanza attribuita al cambiamento e la preoccupazione per lo stato attuale"

Importanza al cambiamento e preoccupazione per le conseguenze

Quanto IMPORTANTE è per il minore affrontare il suo cambiamento gestendo la frattura interiore tra il disagio e paura di questo e le aspirazioni future ?

Autoefficacia

"Riflette la fiducia nella propria capacità di conseguire l'obiettivo"

Valutare il "profilo motivazionale" dell'area problematica dello specifico comportamento (non uso)

Quanto è FIDUCIOSO l'adolescente di saper affrontare il suo comportamento? (abilità di coping percepite)

Sintesi

Disponibilità al cambiamento, **autoefficacia** e **frattura interiore** vanno a delineare il profilo motivazionale che il counselor deve essere capace di cogliere e sul quale deve agire di conseguenza attraverso uno **stile di relazione** specifico



Gli stili relazionali



Stili relazionali che aumentano i conflitti

Stili relazionali che tendono ad aumentare la motivazione a cambiare



Stili relazionali che aumentano le incomprensioni e i conflitti

Confrontare le resistenze

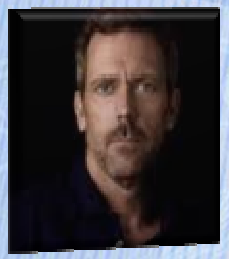


Consolare

Etichettare

"Confrontare le resistenze"

1. Opporre, disputare (minacciare, dare avvertimenti).
2. "Fare l'esperto" (cercare di persuadere, dare consigli, dare direttive e comandi, fare prediche).



Aumentano le resistenze; l'adolescente "difende" il suo comportamento.

- Diminuisce la disponibilità al cambiamento
- Aumentano i Pro del comportamento contestato e i Contro del cambiamento

"Etichettare"

1. Drammatizzare (interpreta)
2. Biasimare (giudicare, criticare)



L'adolescente viene passivizzato

- Diminuisce l'Autoefficacia
- Aumenta eccessivamente la Frattura interiore

"Consolare"

1. Rassicurare, giustificare.
2. Concordare, lodare.



Il problema viene banalizzato e la Frattura interiore viene nascosta

Stili relazionali che tendono ad aumentare la motivazione a cambiare

Non confrontare

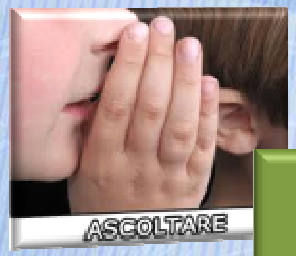


Esprimere interesse

Favorire l'esame

Non "confrontare"

1. Non "confrontare" le resistenze.
2. Evitare di giudicare e biasimare.
3. Ascoltare, osservare e restituire riflessivamente ciò che si comprende.



Aiuta il giovane a fare i conti con la propria ambivalenza

OK

- Le resistenze diminuiscono
- Aumenta la disponibilità al cambiamento
- Aumentano i pro del cambiamento e i contro del comportamento contestato

Esprimere interesse

1. Sostenere, infondere fiducia.
2. Incoraggiare, dare rinforzi positivi.



OK

Cresce l'Autoefficacia, la fiducia nella riuscita

Favorire l'esame della situazione

Favorire l'esame che il Adolescente può fare dei disagi e dei vantaggi derivanti dalla sua situazione



OK

Viene elaborata la frattura interiore, per tenerla nel range efficace

Sintesi

Numerose indicazioni secondo cui il Counseling Motivazionale è particolarmente accettato dai giovani in quanto



- **non è confrontazionale**



- tende a far **emergere gli obiettivi** dal giovane piuttosto che imporre quelli dell'adulto

Credenze: correlazioni a problemi di comportamento

…il ruolo svolto dalle credenze non è da sottovalutare perché sembrano correlate a problemi di comportamento…

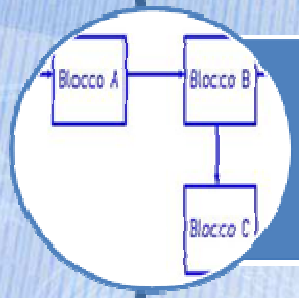
Bryant et al., 2003



Credenze: definizioni



Convinzioni basate su una verità aprioristica, frutto di un apprendimento o di una elaborazione pseudo filosofica

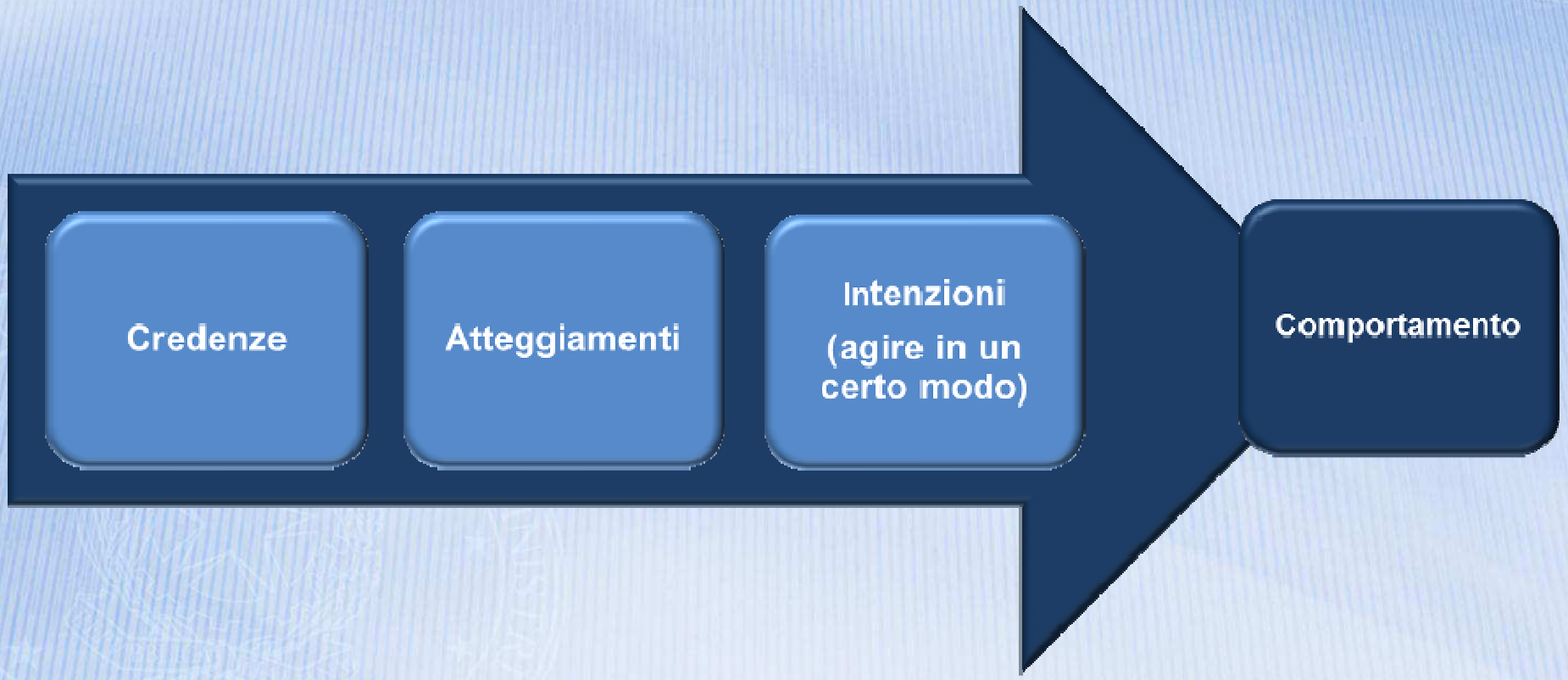


Schemi cognitivi ("strutture») per vagliare, codificare e valutare gli stimoli



Forniscono la cornice concettuale per l'elaborazione dell'esperienza; "condensano e trasformano in cognizioni i dati grossolani" (Beck1967)

Credenze: correlazioni a problemi di comportamento



Credenze: correlazioni a problemi di comportamento

Ipersoggettività dei sentimenti" o "fiaba personale

in base alla quale l'adolescente giudica se stesso e i suoi sentimenti, speciali ed unici

Fantasie di onnipotenza e di immortalità

la percezione della propria invulnerabilità e l'ottimismo irrealistico

- proporsi obiettivi eccezionali
- ignorare precauzioni ragionevoli

Credenze: onnipotenza

La percezione del rischio per se stessi nel consumo di fumo di sigaretta, alcool e droghe potrebbe essere sottovalutata rispetto alla percezione del rischio percepito per un amico, dimostrando il grado elevato di **ottimismo irrealistico**





Credenze: correlazioni a problemi di comportamento

Causalità positiva (credenze ottimistiche sulle conseguenze al consumo)

in base alla quale l'adolescente che non ha mai sperimentato conseguenze negative in relazione alle proprie esperienze pensa che non esistano

- manifestare comportamenti a rischio
- rendendoli per certi aspetti più accettabile

Credenze: correlazioni a problemi di comportamento

Attribuzione di valenza positiva alla numerosità

L'effetto del falso consenso

In base a cui si presta più attenzione ai soggetti con le stesse condotte

Credenza Normalizzazione

In base alla quale si tende ad attribuire normalità e attrattività al comportamento

▪Manifestare comportamenti a rischio per certi aspetti più accettabili

Credenze: correlazioni a problemi di comportamento

Un altro indicatore di percezione del rischio è **il giudizio di difficoltà a smettere le abitudini consolidate**: è un luogo comune considerare molto facile smettere di fumare sigarette e di bere alcolici



Sintesi 1

- Esprimere empatia
- Cogliere il profilo motivazionale e agire di conseguenza
- Evitare lo scontro sulle resistenze
- Favorire l'espressione dei problemi e delle opinioni
- Fornire feedback non colpevolizzante sulla situazione
- Non puntare a istruire o a rieducare
- Sostenere l'autoefficacia, non spingere a "toccare il fondo"

Sintesi 2

- Evitare atteggiamenti giudicanti, inquisitori, interpretativi
- Evitare consigli prematuri/autoritari
- Fare domande in forma aperta
- Far emergere le credenze
- Ricorrere prevalentemente all'ascolto riflessivo come modalità interattiva
- Proporre opzioni aperte piuttosto che strade obbligate

PRESIDENZA DEL CONSIGLIO DEI MINISTRI
Ministro per la Cooperazione Internazionale e l'Integrazione
Dipartimento Politiche Antidroga

Grazie per l'attenzione