

# Formas e técnicas de Aconselhamento



Prof. Dr. Rolf Roberto Krüger



# **PROCESSO DE ACONSELHAMENTO**

COLLINS, Gary R. Aconselhamento cristão...

# Processo de aconselhamento:

1. Conexão: etapa de estabelecimento e consolidação da relação terapêutica;



Processo de aconselhamento:

1. Conexão: etapa de estabelecimento e consolidação da relação terapêutica;

2. Exploração: etapa de entendimento do problema [através do ouvir a queixa, a história, as experiências negativas, sentimentos. Uso de perguntas exploratórias;

Processo de aconselhamento:

1. Conexão: etapa de estabelecimento e consolidação da relação terapêutica;
2. Exploração: etapa de entendimento do problema [através do ouvir a queixa, a história, as experiências negativas, sentimentos. Uso de perguntas exploratórias;

**3. Planejamento: estabelecimento de metas através de novas ações do aconselhando.**  
Perguntas: - o que o aconselhando pode fazer para mudar? – Como conviver com o que não pode mudar? – Há pecados a serem confessados? – Maneira de pensar a ser mudada? Etc.;

Processo de aconselhamento:

1. Conexão: etapa de estabelecimento e consolidação da relação terapêutica;
2. Exploração: etapa de entendimento do problema [através do ouvir a queixa, a história, as experiências negativas, sentimentos. Uso de perguntas exploratórias;
3. Planejamento: estabelecimento de metas através de novas ações do aconselhando. Perguntas: - o que o aconselhando pode fazer para mudar? – Como conviver com o que não pode mudar? – Há pecados a serem confessados? – Maneira de pensar a ser mudada? Etc.;

4. Desenvolvimento. É a etapa da ação.

Fazer o que precisa ser feito. O conselheiro dá apoio, orientação, encorajamento...

Processo de aconselhamento:

1. Conexão: etapa de estabelecimento e consolidação da relação terapêutica;
2. Exploração: etapa de entendimento do problema [através do ouvir a queixa, a história, as experiências negativas, sentimentos. Uso de perguntas exploratórias;
3. Planejamento: estabelecimento de metas através de novas ações do aconselhando. Perguntas: - o que o aconselhando pode fazer para mudar? - Como conviver com o que não pode mudar? - Há pecados a serem confessados? - Maneira de pensar a ser mudada? Etc.;
4. Desenvolvimento. É a etapa da ação. Fazer o que precisa ser feito. O conselheiro dá apoio, orientação, encorajamento...

**5. Encerramento. Fazer resumo de tudo. Deixar claro que a porta está aberta, se houver nova necessidade.**

## Processo de aconselhamento:

1. Conexão: etapa de estabelecimento e consolidação da relação terapêutica;
2. Exploração: etapa de entendimento do problema [através do ouvir a queixa, a história, as experiências negativas, sentimentos. Uso de perguntas exploratórias];
3. Planejamento: estabelecimento de metas através de novas ações do aconselhando. Perguntas: - o que o aconselhando pode fazer para mudar? – Como conviver com o que não pode mudar? – Há pecados a serem confessados? – Maneira de pensar a ser mudada? Etc.;
4. Desenvolvimento. É a etapa da ação. Fazer o que precisa ser feito. O conselheiro dá apoio, orientação, encorajamento...
5. Encerramento. Fazer resumo de tudo. Deixar claro que a porta está aberta, se houver nova necessidade.



# Clinebell

O aconselhamento começa de fato quando uma pessoa faz o primeiro contato para buscar ajuda

O que promove o crescimento de um relacionamento curativo:

- 1) Na medida em que a pessoa experimenta o calor, a compreensão e a solicitude do conselheiro;
- 2) Ouvir concentrado e refletir empático dos sentimentos do aconselhando – dará início a **catarse** de sentimentos dolorosos e recalçados;
- 3) Adquirir uma compreensão inicial do sistema interno de coordenadas da pessoa – de como a vida se parece a partir do mundo interior dela.

(Rolf: detectar a hermenêutica = como a pessoa faz a “leitura” dos fatos/acontecimentos)

Catarse – o que é...

Metáfora: balão

Vídeo Concessa/Jandira

“A arte do ouvir *empático e reflexivo* é essencial em toda poimênica e em todo aconselhamento. [o conselheiro] tenta ouvir *sentimentos* (bem como palavras), incluindo sentimentos que estão nas entrelinhas, que são dolorosos demais para serem expressos com palavras. De vez em quando, ela responde a esses sentimentos”. (grifo do autor)

Facilitação da catarse:

1- evite perguntas de informação além do necessário

2- faça perguntas sobre sentimentos: Como vc se sentiu quando...

3- responda a sentimentos, e não apenas ao conteúdo intelectual:

“Vc realmente se sentiu esmagado com o que aconteceu!”; “Isso dói profundamente!”;

“Vamos ver se eu consigo captar o que vc está sentindo...!”

4- fique atento para portas que levam à comunicação ao nível dos sentimentos (palavras que expressam sentimentos, emoção na voz, no rosto, na postura...

5) atenção especial aos sentimentos negativos – muitas vezes reprimidos

6) evite interrupções prematuras dando conselhos prematuros

Redução de terminações  
prematuras

Reduzir “desistências” / terminações prematuras do aconselhamento:

1) Expressar interesse ativo em trabalhar com a pessoa na resolução de seu problema;

Reduzir “desistências”/ terminações prematuras do aconselhamento:

1) Expressar interesse ativo em trabalhar com a pessoa na resolução de seu problema;

2) Explicar por que diversas sessões de aconselhamento são necessárias;



Reduzir “desistências”/ terminações prematuras do aconselhamento:

- 1) Expressar interesse ativo em trabalhar com a pessoa na resolução de seu problema;
- 2) Explicar por que diversas sessões de aconselhamento são necessárias;
- 3) Expressar esperança realística na eficácia do aconselhamento;

Reduzir “desistências”/ terminações prematuras do aconselhamento:

- 1) Expressar interesse ativo em trabalhar com a pessoa na resolução de seu problema;
- 2) Explicar por que diversas sessões de aconselhamento são necessárias;
- 3) Expressar esperança realística na eficácia do aconselhamento;
- 4) Na 1ª entrevista/sessão = dar algo definido: algo para ler, ‘tarefa de casa’;**

Reduzir “desistências”/ terminações prematuras do aconselhamento:

- 1) Expressar interesse ativo em trabalhar com a pessoa na resolução de seu problema;
- 2) Explicar por que diversas sessões de aconselhamento são necessárias;
- 3) Expressar esperança realística na eficácia do aconselhamento;
- 4) Na 1ª entrevista/sessão = dar algo definido: algo para ler, ‘tarefa de casa’;
- 5) No final de cada sessão: ‘Como você se sente a respeito da nossa conversa de hoje?’;

## Reduzir “desistências”/ terminações prematuras do aconselhamento:

- 1) Expressar interesse ativo em trabalhar com a pessoa na resolução de seu problema;
- 2) Explicar por que diversas sessões de aconselhamento são necessárias;
- 3) Expressar esperança realística na eficácia do aconselhamento;
- 4) Na 1ª entrevista/sessão = dar algo definido: algo para ler, ‘tarefa de casa’;
- 5) No final de cada sessão: ‘Como você se sente a respeito da nossa conversa de hoje?’;

**6) Se a pessoa sinaliza que vai terminar o aconselhamento, dialogar abertamente sobre... Talvez evite terminar prematuramente**

Reduzir “desistências”/ terminações prematuras do aconselhamento:

- 1) Expressar interesse ativo em trabalhar com a pessoa na resolução de seu problema;
- 2) Explicar por que diversas sessões de aconselhamento são necessárias;
- 3) Expressar esperança realística na eficácia do aconselhamento;
- 4) Na 1ª entrevista/sessão = dar algo definido: algo para ler, ‘tarefa de casa’;
- 5) No final de cada sessão: ‘Como você se sente a respeito da nossa conversa de hoje?’;
- 6) Se a pessoa sinaliza que vai terminar o aconselhamento, dialogar sobre abertamente... Talvez evite terminar prematuramente

**7) Se houver expectativas exageradas do aconselhando... Alterar de maneira gentil e gradativa – e não abruptamente;**



Reduzir “desistências” / terminações prematuras do aconselhamento:

- 1) Expressar interesse ativo em trabalhar com a pessoa na resolução de seu problema;
- 2) Explicar por que diversas sessões de aconselhamento são necessárias;
- 3) Expressar esperança realística na eficácia do aconselhamento;
- 4) Na 1ª entrevista/sessão = dar algo definido: algo para ler, ‘tarefa de casa’;
- 5) No final de cada sessão: ‘Como você se sente a respeito da nossa conversa de hoje?’;
- 6) Se a pessoa sinaliza que vai terminar o aconselhamento, dialogar sobre abertamente... Talvez evite terminar prematuramente
- 7) Se houver expectativas exageradas do aconselhando... Alterar de maneira gentil e gradativa – e não abruptamente;

**8) Negociar um ‘contrato’ sobre a quantidade de sessões. Poderá encorajar o aconselhando a trabalhar com convicção os seus problemas.**

Reduzir “desistências”/ terminações prematuras do aconselhamento:

- 1) Expressar interesse ativo em trabalhar com a pessoa na resolução de seu problema;
- 2) Explicar por que diversas sessões de aconselhamento são necessárias;
- 3) Expressar esperança realística na eficácia do aconselhamento;
- 4) Na 1ª entrevista/sessão = dar algo definido: algo para ler, ‘tarefa de casa’;
- 5) No final de cada sessão: ‘Como você se sente a respeito da nossa conversa de hoje?’;
- 6) Se a pessoa sinaliza que vai terminar o aconselhamento, dialogar sobre abertamente... Talvez evite terminar prematuramente
- 7) Se houver expectativas exageradas do aconselhando... Alterar de maneira gentil e gradativa – e não abruptamente;
- 8) Negociar um ‘contrato’ sobre a quantidade de sessões. Poderá encorajar a trabalhar com convicção os seus problemas.

Atividades entre as sessões:





## Possibilidades:

1. Escrever: pequena biografia, lista de planos e sonhos, do que gosta e não gosta, diário, falsos conceitos...
2. Ler: livros, artigos, ['auto-ajuda']...
3. Mudança comportamental: ex. aprender a agradecer, cumprimentar pessoas, etc.
4. Escutar: músicas, palestras, filmes educativos...
5. Dialogar: iniciativas de diálogo com pessoas envolvidas na queixa...

