



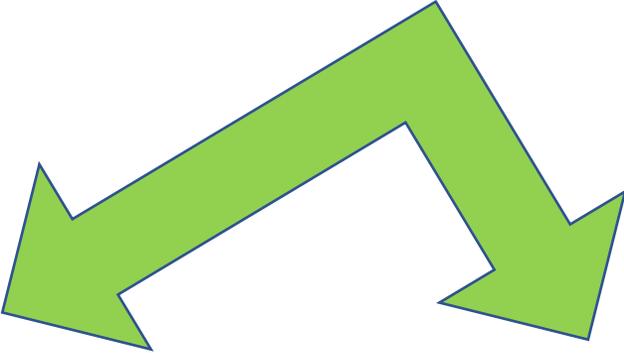
VIDEO-CONFERENZA AICCEF
Domenica 18 Ottobre 2020

APPLICAZIONE DELLA CONSULENZA
FAMILIARE
NEL COLLOQUIO CON
GENITORI E/O FIGLI
IN ADOLESCENZA

Presidente AICCEF
Stefania Sinigaglia



La **famiglia** presenta l'esigenza di sincronizzare due movimenti antagonisti



Tendenza all'unità del sistema, al mantenimento dei legami e del senso di appartenenza

Spinta dell'adolescente verso la differenziazione, l'autonomia e lo svincolo

COMPITI DI SVILUPPO

- Rinegoziare la relazione genitori figli per consentire processi di reciproca **SEPARAZIONE**
- Attuare atteggiamenti di **PROTEZIONE FLESSIBILE**
- **ORIENTARE** nelle scelte in modo personalizzato

La Consulenza Familiare è un intervento volto alla:

- **Prevenzione** delle situazioni di rischio per la tenuta dei legami familiari
- **Individuazione delle risorse** di cui la famiglia dispone in questa specifica transizione del ciclo di vita (*adolescenza*)
- **Promozione** della “risorsa-famiglia” e delle sue relazioni



DA CHI ARRIVA LA RICHIESTA D'AIUTO?



Dalla coppia o dal singolo genitore.
In seguito si potrebbe coinvolgere il figlio/a

Dalla famiglia (*genitori e figlio/a*) che insieme decidono di iniziare un percorso

Dal figlio che intraprende un suo percorso.
In seguito potrebbe voler coinvolgere i genitori

MODALITA' DI CONDUZIONE DELLA CONSULENZA

❖ Consulenza condotta dal singolo Consulente

❖ Consulenza condotta dalla coppia di colleghi

Consulenti (*possibilmente uomo/donna*)

- *Stili diversi di interazione legati al genere*
- *Favorisce le dinamiche di rispecchiamento*
- *Maggiore contenimento dei conflitti*



La Consulenza ai minori richiede l'autorizzazione scritta da parte di entrambi i genitori

Di fronte alla richiesta di aiuto di adolescenti , essendo minori, è necessario che entrambi i genitori prestino il proprio consenso informato al percorso, nonché al trattamento dei dati personali.

Gli adolescenti dai 14 anni in su possono usufruire anche della Consulenza Familiare online

LA CONSULENZA FAMILIARE

L'incontro con i genitori



I genitori sentono la responsabilità di essere qualcosa «di più», anziché semplicemente persone con limiti e risorse

Non di rado sperimentano:

- Inadeguatezza
- Disistima
- Impotenza
- Frustrazione
- Fallimento

I figli hanno bisogno di genitori «veri» che sanno contattare anche i loro limiti e le loro fragilità. L'importante è che sappiano inviare sempre messaggi chiari e che corrispondono ad autentici sentimenti (CONGRUENZA).



Quando si prende consapevolezza che non si nasce genitori, ma lo si diventa, attraverso un lento e graduale processo di apprendimento e di trasformazione, in cui si contattano anche i propri limiti, frustrazioni e sofferenze, tutto diventa più accettabile.



I genitori quando chiedono un incontro al Consulente Familiare avvertono forte il bisogno di dover fare qualcosa per risolvere «il problema» che stanno vivendo.

AL PRIMO COLLOQUIO PRESENTANO :

- Alti livelli di ansia
- Senso di smarrimento
- Difficoltà a riflettere sui propri stati emotivi
- Incapacità ad accogliere la visione dell'altro
- Dolore
- Rabbia



E...non di rado, inoltre, si evidenzia una *conflittualità* più o meno latente tra i genitori, che spesso emerge attraverso la richiesta, da parte di uno dei due o di entrambi, di intervenire più attivamente sul partner.

Tu che mi hai sempre detto
che non mi dovevo
impicciare ... solo tu lo sai
prendere per il verso giusto....

Quando le cose
andavano bene facevi
tu...ora che le cose
vanno male è colpa
mia!! COME SEMPRE!!

È
COLPA
TUA!

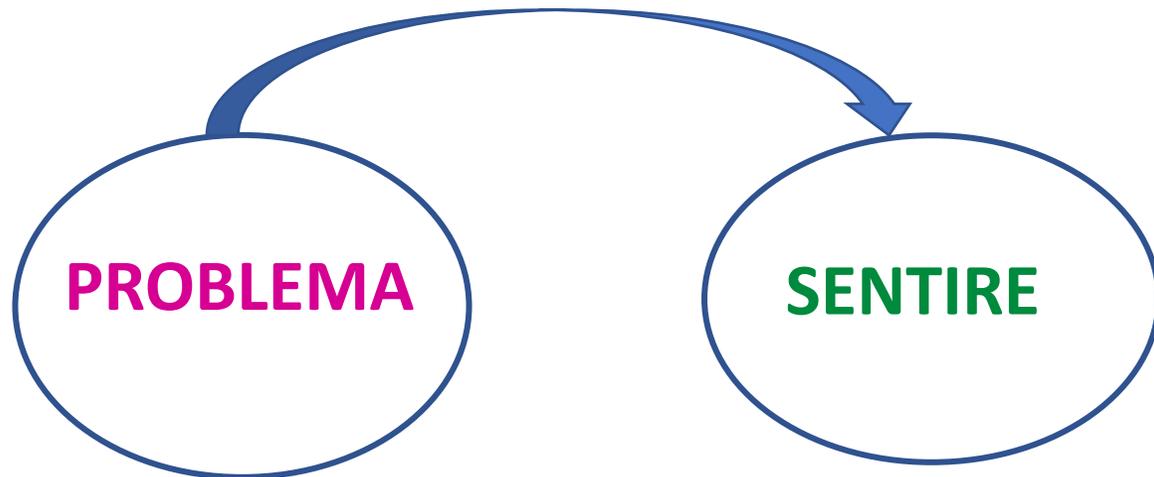
Sempre preso dal tuo lavoro...
o dal cellulare....

La sera invece di stare
con tuo figlio, vai a
giocare a calcetto con gli
amici...
Vedi poi cosa succede!!

Non sei mai stato un
riferimento per lui !!

II CONSULENTE AIUTA A CONTATTARSI E AD ATTIVARE PROCESSI AUTORIFLESSIVI

*Quali sono i sentimenti che mio figlio sta provando?
Che cosa mi sta dicendo?
Quali sentimenti sto provando io?
Come mi fa sentire questa situazione?»*



Nella coppia genitoriale accompagna alla:

- Ridefinizione del rapporto di coppia
- Reciproco riconoscimento
- Sintonizzazione emotiva

In che modo?

- Facilitando una comunicazione efficace.
- Favorendo processi di riflessione su di sé e sull'altro

Sviluppare la capacità di utilizzare risorse, competenze e abilità

Come interviene il Consulente familiare®



COSA FA?

- ❖ Accoglie le ansie e la vulnerabilità del/dei genitori
- ❖ Favorisce la comunicazione e la sintonizzazione nella coppia
- ❖ Accompagna alla consapevolezza di sé e delle proprie risorse
- ❖ Sostiene nel ritrovare fiducia nelle proprie competenze genitoriali ed educative
- ❖ Favorisce atteggiamenti autorevoli e non autoritari
- ❖ Aiuta a migliorare la comunicazione genitori-figli



COME LO FA?

- Accettazione incondizionata
- Sospensione del giudizio
- Ascolto attivo
- Empatia
- ✓ Clima di fiducia
- ✓ Attivazione dell'empowerment
- ✓ Reformulazione/rispecchiamento
- ✓ Rimando empatico
- ✓ Apre a nuove visuali
- ✓ Utilizzo di strumenti creativi

INFORMAZIONI DI TIPO EDUCATIVO

(Intervento semi-direttivo)

Informazioni su:

- Percorso evolutivo fisiologico e psicologico dei figli
- Stili genitoriali ed educativi (essere autorevoli e non autoritari)
- Valore delle regole (contenimento)
- Comunicazione efficace



MA NELL' ADOLESCENTE COSA AVVIENE?

Secondo Augusto Palmonari la molteplicità dei compiti evolutivi dell'adolescenza può essere ricondotta a tre obiettivi fondamentali, che sono tra loro interconnessi:

Pervenire ad una nuova identità stabile, coerente rispetto al passato e proiettata nel futuro

Ridefinire le relazioni con gli altri significativi (genitori e gruppo dei pari) alla luce dei cambiamenti avvenuti

Ridefinire l'immagine del corpo cambiato e sessuato rispetto a sé (identità) e rispetto a gli altri significativi



COSA VIVONO GLI ADOLESCENTI?

Incapacità di gestire l'ansia e le emozioni

Esperienze vissute in maniera intensa e totalizzante

Ricerca di visibilità e successo

Scarsa fiducia e speranza nel futuro

Ricerca di soluzioni immediate e vincenti

Bassa autostima

Alto grado di fragilità

- EDUCARE GLI ADOLESCENTI A TOLLERARE LA DELUSIONE E IL FALLIMENTO
- ESSERE SOSTEGNO NELLE FRAGILITA'
- INFONDERE SPERANZA E FIDUCIA NEL FUTURO

Gli adolescenti di cosa hanno bisogno?



- Bisogno di confrontarsi con adulti competenti ed informati in grado di dare contenimento
- Bisogno di essere visti per quello che sono e non per ciò che vorrebbero i genitori(figlio reale/figlio ideale)
- Bisogno di un adulto che li accolga e li accetti senza prescrivere regole e dare giudizi

E allora ...quali possono essere i compiti dei genitori ?

- ❖ Saper creare un clima di fiducia e rispetto
- ❖ Vedere il figlio reale e accettarne le fragilità
- ❖ Capacità di ingenerare amore, infondere speranza e contenere la sofferenza
- ❖ Accettare i fallimenti dei figli
- ❖ Creazione di confini chiari e permeabili (flessibilità)
- ❖ Capacità di equilibrio tra intimità e distanza, tra appartenenza e differenziazione.
- ❖ Favorire il passaggio dalla dipendenza all'indipendenza.
- ❖ Possibilità di utilizzare i conflitti in modo costruttivo.
- ❖ Flessibilità nell'assunzione dei ruoli e delle relative funzioni.
- ❖ Utilizzare una comunicazione efficace



MA UN GENITORE COME PUÒ COMUNICARE ACCETTAZIONE VERSO IL FIGLIO ADOLESCENTE?

Creando un clima di fiducia e di rispetto che escluda giudizi e rinunci all'uso coercitivo del potere.

L'obiettivo è quello di:

- **APPRENDERE A CONIUGARE LIBERTÀ E DISCIPLINA**
- **COLTIVARE UNA POSIZIONE DI RISPETTO E ACCETTAZIONE VERSO LO STATO D'ANIMO DEL FIGLIO**
- **SVILUPPARE ACCETTAZIONE POSITIVA INCONDIZIONATA**

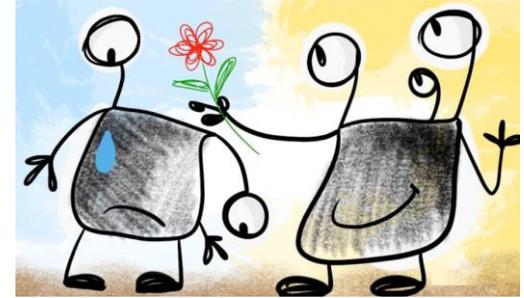
Ciò non presuppone che il figlio cambi il suo modo di essere e di sentire per ottenere la nostra accettazione. In altre parole per il genitore qualsiasi sentimento del figlio, anche quello ritenuto come «sciocco» e/o «incomprensibile» dovrebbe essere percepito e sentito come legittimo e rispettabile.

PERCHE' APPRENDERE L'ASCOLTO ATTIVO?

- ❖ Aiuta i figli a *prendere coscienza dei propri sentimenti*
- ❖ Aiuta ad avere *meno paura delle emozioni negative* se un genitore mostra di accettare i sentimenti del figlio, questi si sentirà incoraggiato ad esplorarli ulteriormente e a non sentirsene minacciato.
- ❖ *Promuove l'intimità tra genitori e figli.*
- ❖ *Facilita nel figlio il processo di soluzione autonoma ai propri problemi.*
- ❖ *Rende il figlio più ricettivo rispetto alle idee e alle opinioni dei genitori* (se generalmente sentiamo l'altro disponibile ad ascoltarci, saremo più disponibili ad ascoltare il punto di vista dell'altro).
- ❖ I genitori possono apprendere le abilità che consentono sia di mantenere aperti i canali della comunicazione che incoraggiare i figli ad assumersi la responsabilità di trovare soluzioni personali ai propri problemi (*ascolto attivo*).
- ❖ *Nuovo modo per gestire il conflitto* dal quale la relazione ne può risultare rafforzata e non compromessa (*nuove risorse e competenze*).

Vantaggi dell'ascolto attivo nei confronti del figlio

- *Fa sentire compreso e accettato*
- *Insegna ad accettare e rispettare se stesso*
- *Insegna a dare un nome ai propri sentimenti*
- *Accresce fiducia e stima in se stesso*
- *Insegna a risolvere più facilmente e da solo i suoi problemi*



Vantaggi dell'ascolto attivo nei confronti dei genitori

- Instaurare un dialogo aperto, sincero e autentico
- Salvaguardare l'autorevolezza
- Aiuta a non aggrapparsi al «bisogno» di seguire l'esempio ricevuto dai propri genitori, rimanendo coerenti e fedeli a se stessi
- Fa percepire efficacia nel proprio ruolo genitoriale
- Crescita dell'autostima

Il Consulente nel colloquio con l'adolescente cosa fa?



- Accoglie ed è genuinamente interessato a lui/lei come persona e alla problematica che porta (*fa percepire cura, attenzione, rispetto*)
- Dà valore e riconoscimento al disagio vissuto
- Accompagna al prendere consapevolezza dei limiti ma anche delle possibilità
- Fa percepire fiducia nelle sue capacità
- Fa emergere e valorizza le risorse
- Attiva processi trasformativi

Cosa porta l'adolescente in consulenza?

Come faccio
a sapere se posso
fidarmi di qualcuno?



- BISOGNO DI CONOSCERSI
- BISOGNO DI SENTIRSI PROTAGONISTA DELLA PROPRIA STORIA (autonomia e iniziativa)
- BISOGNO DI PROTEZIONE
- BISOGNO DI AMICIZIA
- BISOGNO DI AFFERMAZIONE E RICONOSCIMENTO
- BISOGNO DI ESSERE ATTRAENTE
- BISOGNO DI RAPPORTI SENTIMENTALI

In Consulenza

L'adolescente accetterà l'aiuto proposto da un Consulente se si sentirà accolto, accettato, non giudicato, se avvertirà che questi ha fiducia in lui.

L'adolescente dovrà sentirsi libero di raccontarsi al Consulente, considerando il setting come uno spazio privilegiato e protetto, in cui i genitori non necessariamente devono entrare.

Nemmeno il tempo di
togliere i semi
dell'anguria...e già devo
pensare a separare i
canditi dal panettone.

Cit.



Gli adolescenti scelgono quasi subito di chi fidarsi o meno, e se scelgono di fidarsi, in pochi incontri riescono ad avere «insight» che rendono talvolta superflui ulteriori colloqui, almeno nel breve termine.

Altra caratteristica dell'adolescenza è infatti la velocità: tutto corre e scorre molto rapidamente.

Sintonizzarsi sul codice comunicativo adolescenziale

Gli adolescenti hanno un linguaggio “tutto loro” sia nell'utilizzo dei termini sia nelle modalità. Spesso usano parole che non appartengono al vocabolario degli adulti (ed anche questo da loro un'identità)!



Setting flessibile in Consulenza

- Mancato rispetto degli orari e degli incontri
- Non presentarsi per un po' di tempo
- Ritornare in un secondo momento



Il Consulente dovrà tener conto del fatto che **la volubilità** è una caratteristica frequente negli adolescenti e che, spesso attraverso queste modalità rivendicano il loro desiderio di libertà e di gestione autonoma della loro vita.

LIMITI ALLA RISERVATEZZA



Trattandosi di minori, esistono dei limiti alla riservatezza:

- Situazioni legalmente perseguibili (abusi, violenze...)
- Propositi che mettano in pericolo la sua o l'altrui incolumità (suicidio, uso di sostanze, ferite autoinflitte, ecc...) .

In questi casi il Consulente deve fare il possibile per mettere al sicuro il minore.

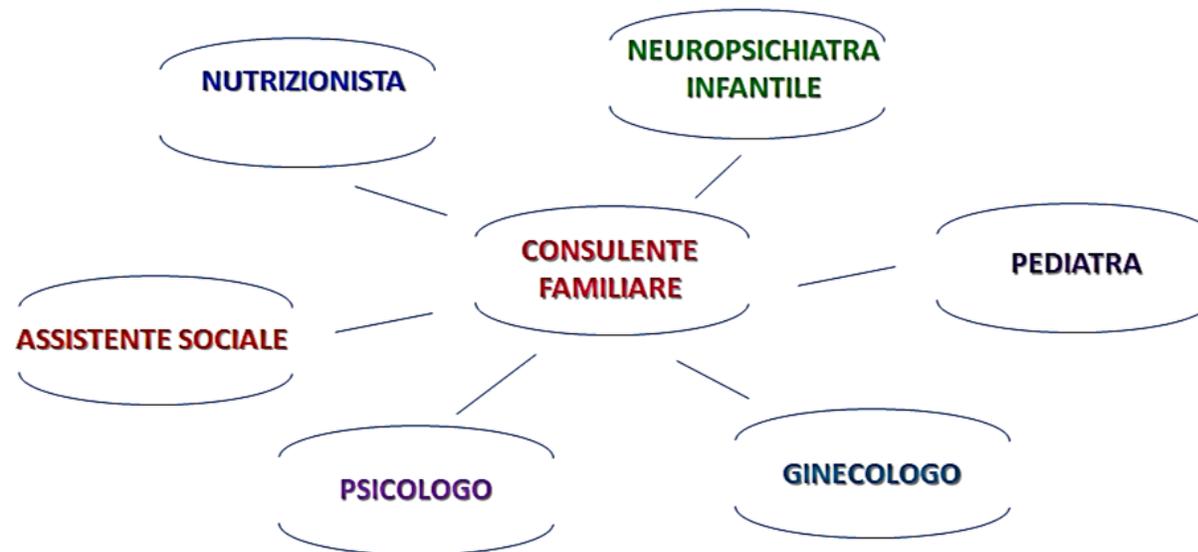
Da qui l'importanza per il Consulente di muoversi sapendo che può contare su una rete di sicurezza costituita da Supervisore ed Equipe interdisciplinare.



A tal fine è importante che i Consulenti Familiari lavorino in equipe interdisciplinare per creare una **rete integrata di interventi** volti a :

- 1) Prevenzione del disagio adolescenziale
- 2) Promozione di un sano sviluppo psicofisico
- 3) Diagnosi e presa in carico delle problematiche psicopatologiche

CONSULENTI NELLA RETE



LA CONSULENZA ALLA FAMIGLIA

Il Consulente nel lavorare con la famiglia invita al rispetto delle regole del setting e opera come segue :

- Accompagna i membri della famiglia ad ascoltarsi reciprocamente
- Offre spazio e tempo ai vissuti emotivi di ciascuno
- Favorisce la comunicazione tra i vari membri (rimandi incrociati)
- Chiarifica attraverso la riformulazione e rispecchiamento quanto emerge
- Sostiene nelle varie fasi del processo trasformativo



La Consulenza Familiare accompagna i genitori a diventare consapevoli del fatto che ogni volta in cui un figlio comunica, lo fa sulla base di un bisogno.

E' importante pertanto non inviare messaggi che possano risuonare come valutazione, opinione, consiglio o analisi. Offriamo solo la nostra «**comprensione empatica**» di quel **bisogno**, senza aggiungere né togliere nulla ad esso.

Offriamogli la canna da pesca e non il pesce



I figli provano molta più soddisfazione a scoprire verità e soluzioni da soli, piuttosto che ad accettare passivamente le informazioni e i suggerimenti degli altri.

Se sono costretti a imparare «imboccati» dagli altri, perdono facilmente interesse, si distraggono, diventano recalcitranti e passivi.

Bibliografia

- CONFALONIERI E., GRAZZANI, GAVAZZI I., *Adolescenza e compiti di sviluppo*, Unicopoli.
- GELDARD K. - GELDARD D., *Il counseling agli adolescenti. Strategie e abilità*. Erikson.
- GORDON T. , *Né con le Buone, Né con le Cattive*, La Meridiana.
- GORDON T. *Genitori Efficaci. Educare Figli Responsabili*, La Meridiana.
- MAGGIOLINI A, PIETROPOLLI CHARMET G., *Manuale di psicologia dell'adolescenza: compiti e conflitti*. Franco Angeli Editore.
- PALMONARI A., *Gli adolescenti*, Il Mulino.
- PALMONARI, *Psicologia dell'adolescenza*, Il Mulino.
- PIETROPOLLI CHARMET G., *Adolescenza istruzioni per l'uso*, Fabbri Editori.
- PIETROPOLLI CHARMET G., *I nuovi adolescenti*, Cortina.
- ROGERS, C.R., *Terapia Centrata sul Cliente*, La Meridiana.

Grazie per l'attenzione... 

Stefania Sinigaglia
presidente@aiccef.it
stefsini@libero.it
348/3729869

