

# CONSILIEREA COMPORTAMENTALĂ

- XXVI -

### *Consilierea prin joc focalizată pe soluții*

Nims (2011) subliniază juxtapunerea terapiei de limbaj și joc cu procesul de consiliere centrată pe soluții. El remarcă procesul de stabilire a obiectivelor, întrebările, excepțiile de la problemă, scalarea și mesajul pentru soluție ca o oglindire a consilierii concentrate pe soluții ce utilizează mijloacele de joacă pentru a conduce copiii prin acești pași. Griffith (2007) a explicat caracteristicile consilierii orientate spre soluții și ale terapiei prin joc care pot fi utilizate în școli. Abordarea este pragmatică și se concentrează mai degrabă pe punctele forte ale copilului decât pe punctele slabe. Discuțiile sunt despre ceea ce prezintă copilul și despre ceea ce s-a schimbat de la ultima întâlnire. Consilierul îl întreabă pe copil cu privire la ceea ce vede copilul ca o soluție – cum ar arăta, cum vor ști oamenii că ceva s-a schimbat și ce va fi diferit atunci când va avea loc schimbarea.

Griffith (2007) a avertizat că uneori copiii înțeleg mai mult decât pot împărtăși verbal, iar alții par să înțeleagă doar pentru a fi pe plac. Consilierii sunt răbdători, ascultă cu atenție și folosesc urmărirea, reflecția și încurajarea. Copilul își spune povestea prin joacă, iar consilierul învață perspectiva copilului și vede situația prin ochii copilului. Păpușile joacă rolul problemelor sau soluțiilor, iar alte materiale de joacă pot ajuta copilul să caute acțiuni alternative. Griffith a sugerat că a ajuta copiii să repete soluții în joacă îi ajută să exerseze ceea ce pot face față și ceea ce este potrivit pentru ei. Ea le-a reamintit consilierilor să nu dea copilului soluția, ci să-i permită copilului să o descopere pentru a-și construi competențe. Tehnicile folosite în demersul de joc orientat către soluții sunt scalarea întrebărilor, exteriorizarea, jocul de-a detectivul, încercarea de trucuri magice, experimentarea și raportarea schimbărilor. Studiul lui Griffith

oferă un exemplu valoros al modului în se pot utiliza resursele, limbajul, excepțiile și imaginile copilului.

Nims (2007) a folosit tehnici expresive din terapie prin joc, tava cu nisip și păpuși pentru a-i ajuta pe copii să stabilească obiective, să vizualizeze cum ar putea fi diferite lucrurile dacă scopul a fost atins, să descrie excepțiile și să exprime mesajul soluției.

### *Aplicații ale consilierii scurte focalizate pe soluții*

De Jong și Berg (2013) au relatat că multe lucruri în terapia scurtă concentrată pe soluții au relevanță multiculturală. Ei au sugerat că flexibilitatea și accentul pus pe sănătate, resurse, puncte forte, demnitate, colaborare, împuternicire și autodeterminare sunt adecvate pentru oameni diverși. În plus, respectarea viziunii fiecărei persoane asupra lumii, recunoașterea importanței conexiunilor oamenilor între ei și abordarea scurtă și neintruzivă fac ca demersul de consiliere scurtă concentrată pe soluții să fie adecvată pentru o categorie mai largă de beneficiari. De Jong și Berg au furnizat date privind rezultatele beneficiarilor din mai multe culturi: musulmani americani, afro-americani și mexicano-americani cei cu preocupări religioase/spirituale și beneficiari cu origini asiatice.

Consilierea scurtă se bucură de un larg sprijin în rândul culturilor și beneficiarilor care pun accent pe responsabilitatea individuală asupra familiei și comunității. Sue și Sue (2013) subliniază că în culturile occidentale, atunci când cineva face ceva greșit, cea mai frecventă reacție este vinovăția, dar în culturile non-occidentale, emoția cel mai des exprimată este rușinea. Deși consilierea scurtă are o abordare individuală,

se acordă o atenție considerabilă modului în care familia, prietenii și colegii clientului vor reacționa atunci când se va ajunge la soluția problemei. De fapt, consilierea scurtă este folosită pentru a consilia familiile.