

# Μεθοδολογία εφαρμογής της συμβουλευτικής

Γεώργιος Ευσταθίου, gefstath@psych.uoa.gr

## Λογικές συνέπειες

- Τι θα συμβεί ως αποτέλεσμα της παρούσας πορείας των πράξεών του ή των αποφάσεών του
- Διερευνά θετικές και αρνητικές συνέπειες πράξεων και σκέψεων
- Κατάλληλη όταν κάποιος δε φέρεται υπεύθυνα ή δεν έχει πλήρη επίγνωση των μελλοντικών πιθανοτήτων
- Να ενεργήσει μέσα από την καινούργια γνώση
- Πολλοί άνθρωποι που προσέρχονται για συμβουλευτική έχουν χάσει αυτή τη σύνδεση (βάση της μαθησιακής διαδικασίας)
- Μπορεί να έχει το χαρακτήρα αξιολόγησης εναλλακτικών – λήψης απόφασης
- **Μορφές:**
  - Προειδοποίηση (αρνητικές συνέπειες)
    - Μείωση επικίνδυνων συμπεριφορών
    - «Θα εγκαταλείψω το σχολείο»
  - Ενθάρρυνση (θετικές συνέπειες)
    - Αύξηση δημιουργικότητας
    - «Έχεις σκεφτεί τι θα γινόταν αν όντως το έκανες;»
- **Εφαρμογή:**
  - Βεβαιωνόμαστε ότι κατανοούμε την κατάσταση με τον τρόπο που την κατανοεί ο πελάτης (βασικές δεξιότητες)
  - Ενθαρρύνουμε την εξέταση πιθανών θετικών και αρνητικών συνεπειών (ερωτήσεις)
  - Αν σκέφτεται μόνο προς τη μία κατεύθυνση βοηθάμε να σκεφτεί προς την άλλη
  - Πληροφόρηση για συνέπειες (αν είμαστε σε θέση)
  - Περίληψη πιθανών συνεπειών
  - Επιλέγει μόνος/η

## Ασκήσεις

Εξάσκηση με παρατηρητή