

# ΦΕΜΙΝΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

- ✘ Φεμινιστική προσέγγιση Ουσιαστικά όλες οι σημαντικές προσωπικότητες στη συμβουλευτική ήταν άντρες και η θεώρησή τους, είτε συνειδητά είτε όχι, ήταν η αντρική αντίληψη των πραγμάτων. Η δημιουργία ενός φεμινιστικού μοντέλου στη συμβουλευτική δεν ήταν εύκολη υπόθεση. Όπως αναφέρει ο McLeod (2005), μία προσπάθεια δημιουργίας ενός τέτοιου μοντέλου με μία σειρά ανεξάρτητων ιδεών και μεθόδων, η οποία ήταν εσωτερικά ομοιόμορφη και μπορούσε να διαδοθεί μέσω της εστίασης στην έρευνα, έγινε στο κέντρο Stone, το οποίο είχε τη βάση του στο Wellesley College στο Κέμπριτζ της Μασαχουσέτης και αντλούσε στοιχεία από την εργασία προσωπικοτήτων όπως η Miller, η Chodorow και η Gilligan. Το μοντέλο αυτό ήταν κατά βάση ψυχοδυναμικό, δίνοντας έμφαση στις έννοιες αμοιβαιότητα, φροντίδα και ενσυναίσθηση..

# ΠΟΛΥΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ.

- ✘ Η έννοια της κουλτούρας είναι σύνθετη και πολυδιάστατη. Οι σύμβουλοι πρέπει να έχουν την ικανότητα να εφαρμόζουν ένα πλαίσιο για την κατανόηση της κουλτούρας (συμπεριλαμβανομένης και της δικής τους πολιτισμικής ταυτότητας). Αποτελεσματικοί είναι οι σύμβουλοι που επιδεικνύουν πολιτισμική ενσυναίσθηση, είναι πρόθυμοι να μιλήσουν για θέματα κουλτούρας και μπορούν να εργαστούν εναλλακτικά με παραδοσιακά συστήματα πεποιθήσεων και θεραπευτικών μεθόδων. Η πολυπολιτισμική συμβουλευτική συνιστά μια συνθετική προσέγγιση, η οποία αντλεί ιδέες και τεχνικές από υπάρχουσες θεωρίες της συμβουλευτικής και τις συγχωνεύει δημιουργώντας ένα πρακτικό μοντέλο με ευαισθησία σε θέματα κουλτούρας.

# ΕΡΩΤΗΣΗ:

---

- ✘ Κατά πόσον πιστεύετε ότι «διαφοροποιούνται οι συμβουλές» από πολιτισμό σε πολιτισμό; Δώστε ένα παράδειγμα.

# ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ.

- ✘ Ο Carl Rogers, που θεωρείται από πολλούς ως ο «πατέρας» της συμβουλευτικής, αποδίδει ιδιαίτερη σημασία στη συμβουλευτική σχέση και, όπως αναφέρεται από την Μαλικιώση-Λοΐζου (1999), υποστηρίζει ότι «Η επιτυχημένη συμβουλευτική αποτελείται από μία σαφώς οργανωμένη και επιτρεπτική σχέση που επιτρέπει στον πελάτη να αποκτήσει αυτογνωσία σε βαθμό που να μπορεί να κάνει θετικά βήματα προς την κατεύθυνση που του έχει υποδείξει ο νέος του προσανατολισμός». Ο σύμβουλος πρέπει να αποδέχεται τον πελάτη άνευ όρων και χωρίς να τον επικρίνει, και πρέπει, επίσης, να εισέλθει ενσυναισθητικά στον προσωπικό κόσμο του πελάτη. Η σχέση αυτή είναι από τα πιο σημαντικά στοιχεία μιας συμβουλευτικής διαδικασίας. Μια συμβουλευτική σχέση περιλαμβάνει την έννοια της ενσυναίσθησης (empathy) και την θετική εκτίμηση και αποδοχή του πελάτη, σύμφωνα με τη θεωρία του Rogers.



# ΑΠΟ ΤΟ ΣΩΚΡΑΤΗ ΕΩΣ ΤΗ ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ.

---

- ✘ Ο Εσωτερισμός δέχεται τον άνθρωπο ως έχει (το μαιευτικό παράδειγμα του Σωκράτους)(τα θαύματα του Ιησού(η προϋπόθεσις αφυπνίσεως του ήδη υπάρχοντος εαυτού).
- ✘ Ο Εξωτερισμός σημαίνει την αλλαγή (η μεταφορά στην κοινωνική οικονομία (Κ.Μάρξ: δεν θέλουμε να εξηγήσουμε τον κόσμο αλλά να τον αλλάξουμε (η έννοια της διηνεκούς αμαρτίας (και το μανιχαϊστικό πρότυπο του κόσμου).

# ΤΑ ΟΡΙΑ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΗΝ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΚΑΙ ΤΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ.

- ✘ Τα όρια ανάμεσα στη συμβουλευτική και την ψυχοθεραπεία δεν είναι απόλυτα σαφή. Σύμφωνα με τον Super (1977) η ουσιαστική διαφορά ανάμεσά τους συνίσταται στο ότι η πρώτη προσπαθεί να βρει τις θετικές πτυχές της προσωπικότητας του ατόμου για να τις ενισχύσει, ενώ η δεύτερη εξετάζει τι είναι λανθασμένο για να το διορθώσει.
- ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ 17 Ο Tyler (1961) υποστηρίζει ότι στόχος της ψυχοθεραπείας είναι κατά κάποιο τρόπο η αλλαγή της προσωπικότητας, ενώ η συμβουλευτική είναι μια διαδικασία υποστηρικτικής βοήθειας, η οποία δεν επιδιώκει να αλλάξει το άτομο αλλά να το καταστήσει ικανό να χρησιμοποιήσει τις δικές του δυνάμεις για να αντιμετωπίσει τα προβλήματα της ζωής.

# ΣΥΜΒΟΥΛΗ-ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ.

- ✘ Στο σημείο αυτό θα ήταν χρήσιμο και ιδιαίτερα βοηθητικό να αναφερθεί η άποψη της ΜαλικιώσηΛοΐζου (1999) σχετικά με αυτό το ζήτημα: «η συμβουλευτική -στο μέτρο που ενδιαφέρεται και ασχολείται με θέματα επαγγελματικά, εκπαιδευτικά, οικογενειακά ή και προσωπικά και που τονίζει κυρίως το ξεπέρασμα των δυσκολιών χρησιμοποιώντας τα προσωπικά αποθέματα που διαθέτει ο άνθρωπος- διαφέρει από την κλινική ψυχολογία και τις ψυχοθεραπευτικές μεθόδους που εκείνη χρησιμοποιεί. Όμως η συμβουλευτική ψυχολογία που ενδιαφέρεται να βοηθήσει τον άνθρωπο όχι μόνο να ξεπεράσει τις δυσκολίες ή τα προβλήματα που αντιμετωπίζει αλλά, συγχρόνως, να κερδίσει μεγαλύτερη αυτογνωσία αναλύοντας τον εσωτερικό του κόσμο και έτσι να φθάσει στον πυρήνα των δυσκολιών του, ακολουθεί τις ίδιες διαδικασίες και στοχεύει στους ίδιους σκοπούς με την κλινική ψυχοθεραπεία».

# Η ΔΙΑΚΡΙΣΗ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΗ ΦΥΣΗ ΚΑΙ ΣΤΗ ΓΝΩΣΗ.

---

- ✘ Η ψυχοθεραπεία ασχολείται με τη φύση του ανθρώπου και τα χαρακτηριστικά της, ενώ η συμβουλευτική με την αποκτηθείσα γνώση του ατόμου.
- ✘ Π.χ: η διάκριση φύσης και νόμου στους σοφιστές.



# ΜΕΘΟΔΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ.

- ✘ Ατομική συμβουλευτική συνέντευξη Στην ατομική συμβουλευτική, η συμβουλευτική σχέση υλοποιείται μέσα από μια σειρά ατομικών συνεντεύξεων, που συχνά καλούνται «συναντήσεις» ή «συνεδρίες».

# ΜΕΘΟΔΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ..

- ✘ Ομαδική συμβουλευτική Όταν ο αποδέκτης της συμβουλευτικής δεν είναι ένα άτομο αλλά περισσότερα, συνιστώντας μια ομάδα της οποίας ο αριθμός ποικίλλει κατά περίπτωση, τότε μιλάμε για ομαδική συμβουλευτική. Υλοποιείται με διάφορους τρόπους και μοντέλα. Χρησιμοποιείται πολύ συχνά και μάλιστα ως στάση και θεωρητική τάση στην σύγχρονη ψυχοθεραπευτική πρακτική (ανάλυση ομάδων). Εδώ υπεισέρχονται έννοιες όπως η δυναμική ομάδων και ο συντονιστής της ομάδας.

# ΜΕΘΟΔΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ.

- ✘ Βιωματικές ασκήσεις / Εργαστήρια (workshops) Η ενεργητική συμμετοχή και απόκτηση εμπειρίας κάποιας συμπεριφοράς με το παίξιμο ρόλων ή άλλες μεθόδους που καλούνται «βιωματικές» είναι συνηθισμένη στη συμβουλευτική και την ψυχολογία. Άλλος όρος που περιγράφει αυτό είναι το εργαστήριο (workshop), που είναι στην ουσία μια ομάδα στην οποία δουλεύεται ένα συγκεκριμένο θέμα μέσω ασκήσεων σε δεξιότητες, σε μορφές επικοινωνίας τις οποίες «βιώνουν» τα μέλη της ομάδας με σκοπό να αναπτύξουν ή να βελτιώσουν τις δεξιότητες αυτές.

# ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ.

---

- ✘ Θεατρικό παιχνίδι: ο σύμβουλος μπορεί να υποδυθεί τον εργοδότη...συνεχίζω την ιστορία.



# ΜΕΘΟΔΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ.

- ✘ Κοινωνική συμβουλευτική Η κοινωνική συμβουλευτική / παρέμβαση ή κοινοτική εργασία οδηγεί σε περιβαλλοντική παρέμβαση και η «δουλειά» γίνεται όχι στο γραφείο του συμβούλου αλλά στο δρόμο, στην κοινότητα στο χώρο που ζει το άτομο ή η ομάδα που χρειάζεται βοήθεια και υποστήριξη.

# ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ.

---

- ✘ Σύμφωνα με την κοινωνική συμβουλευτική πώς θα μπορούσαμε να βοηθήσουμε μαθητές οι οποίες επιδεικνύουν δυσκολίες προσαρμογής στο σχολείο;

# ΜΕΘΟΔΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ.

- ✘ Συμβουλευτική εξ αποστάσεως Στη συμβουλευτική ειδικά τα τελευταία χρόνια έχουν εισχωρήσει οι νέες τεχνολογίες και χρησιμοποιούνται μέθοδοι που τις αξιοποιούν. Συχνά μιλάμε για συμβουλευτική εξ αποστάσεως που γίνεται συνήθως μέσω τηλεφώνου. Διαθέτει το πλεονέκτημα της άμεσης ανταπόκρισης που μπορεί να αποβεί ιδιαίτερα χρήσιμη σε ειδικά προβλήματα και ομάδες όπως εξαρτημένοι, γυναίκες που υφίστανται κακοποίηση, άτομα με ψυχολογικά προβλήματα και τάσεις αυτοκτονίας κλπ.

# ΜΕΘΟΔΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ.

- ✘ Φιλοσοφική συμβουλευτική Αποτελεί μάλλον μία μορφή εφαρμοσμένης φιλοσοφίας και για το λόγο αυτό απαιτεί πολύ καλό γνωστικό υπόβαθρο και φιλοσοφική παιδεία από τον σύμβουλο. Τρία κύρια θέματα μπορούμε να εντοπίσουμε στην πρακτική της: τον στόχο της διευκρίνισης κοσμοθεωρίας, τη χρήση διαλόγου και τη διδασκαλία φιλοσοφικών δεξιοτήτων.



# ΦΙΛΟΣΟΦΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ.

- ✘ Πλατωνικό αξιολογικό σύστημα:
- ✘ Νούς = σοφία
- ✘ Ψυχή = ανδρεία
- ✘ Σώμα = σωφροσύνη
- ✘ (κυκλική επικοινωνία όλων αυτών): Με βάση το πλατωνικό μοντέλο πώς θα μπορούσαμε να βοηθήσουμε έναν φίλο μας ο οποίος φοβείται το εργασιακό του περιβάλλον;).

# ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ.

- ✘ Ανατροφοδότηση Ο όρος είναι μια μετάφραση του αγγλικού feedback (σπανιότερα λέγεται και ανάδραση) και προέρχεται από τη θεωρία συστημάτων. Είναι μια τεχνική που έχει σκοπό να επιβεβαιώσει τι γνωρίζουν ή τι αισθάνονται οι άλλοι για τη συμπεριφορά και τις στάσεις μας. Μπορεί να χαρακτηριστεί ως αρνητική ή θετική, ανάλογα με το είδος του μηνύματος/απάντησης που επιστρέφει στο άτομο. Επίσης, μπορεί να είναι αντικειμενική ή υποκειμενική. Στην αντικειμενική η πληροφορία που δίνουμε στον άλλο είναι βασισμένη στην αντικειμενική παρατήρηση της συμπεριφοράς και των λόγων του άλλου, χωρίς να εμπεριέχει υποκειμενική αξιολόγηση και έκφραση συναισθημάτων. Π.χ. «Παρατηρώ ότι κάθε φορά που αναφερόμαστε στη σχέση σας με τη μητέρα σας, δείχνετε πολύ ανήσυχος». Στην υποκειμενική, από την άλλη πλευρά, η πληροφορία που δίνουμε στον άλλο εκφράζει τα προσωπικά μας συναισθήματα ως αντίδραση στα λόγια και τη συμπεριφορά του. Π.χ. «Θύμωσα, γιατί είχαμε συμφωνήσει ότι σε περίπτωση που θα προέκυπτε κάτι και θα χρειαζόταν να ακυρώσετε το ραντεβού μας θα τηλεφωνούσατε». Για να είναι αποτελεσματική η ανατροφοδότηση πρέπει να είναι συγκεκριμένη, να δίνεται στο κατάλληλο χρονικό σημείο, να είναι ξεκάθαρη και αξιόπιστη και φυσικά να έχει στόχο να βοηθήσει τον άλλο.

# ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ.

- ✘ Ενεργητική ακρόαση Περιλαμβάνει την παρακολούθηση, τη σύνθεση και την ανάλυση από την πλευρά του συμβούλου των όσων λέει ο συμβουλευόμενος. Ο καλός ακροατής ακούει προσεκτικά, έχει οπτική επαφή με τον άλλο, χρησιμοποιεί αλλαγές στο ρυθμό, την ένταση και τον τόνο της ομιλίας του ώστε να δείχνει το ενδιαφέρον του και γενικά επιστρατεύει όλες του τις αισθήσεις και την προσοχή του ώστε όχι απλώς να ακούσει αλλά και να κατανοήσει σε βάθος αυτά που λέει ο συμβουλευόμενος.



# ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ.

- ✦ Αντανάκλαση :Προϋποθέτει την ενεργητική ακρόαση που συνοδεύεται με επιβράβευση. Στην αρχή μπορεί να ηχήσει λίγο παράξενα και συχνά κάνει κάποιους επιφυλακτικούς στη χρήση της, γιατί θεωρούν ότι είναι αφύσικος τρόπος επικοινωνίας ή ότι απλώς επαναλαμβάνει αυτά που ακούμε και περιορίζει τον αυθορμητισμό στην επικοινωνία. Μπορεί όμως να φανεί ιδιαίτερα χρήσιμη σε περιπτώσεις που κάποιος θέλει να δείξει ότι έχει κατανοήσει κάτι που ειπώθηκε, που θέλει να ελέγξει ότι αυτό που έχει καταλάβει είναι όντως αυτό που εννοούσε ο άλλος αλλά και όταν οι άλλοι θέλουν να αισθανθούν ότι τα συναισθήματά τους αναγνωρίζονται.



# ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ.

- ✦ Ελάχιστη Ενθάρρυνση Η τεχνική αυτή χρησιμοποιείται πολύ συχνά στη συμβουλευτική διαδικασία με σκοπό να δώσει στον συμβουλευόμενο το έναυσμα να μιλήσει χωρίς να διακόψει τη ροή της σκέψης και της ομιλίας του. Για το λόγο αυτό χρησιμοποιείται απλά από τον σύμβουλο ένα καταφατικό νεύμα του κεφαλιού ή ένα σύντομο λεκτικό επιφώνημα, όπως «χμμμ...».

# ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ.

- ✘ Παράφραση Είναι μία αποτελεσματική τεχνική που βοηθάει τον συμβουλευόμενο να αναδομήσει τη σκέψη του. Ο σύμβουλος επαναδιατυπώνει με δικά του λόγια αυτά που είπε ο συμβουλευόμενος. Αυτό πρέπει να φροντίσει να γίνει με τόπο ξεκάθαρο και όχι κριτικό.

# ΤΕΧΝΙΚΗ ΠΑΡΑΦΡΑΣΗΣ...

- ✘ Η συμβουλευόμενη αναφέρει συγκεκριμένο εργασιακό πρόβλημα με τον εργοδότη της : αναφέρει: την ώρα που....το φαγητό μου... εκείνος....(πώς θα αποκαθιστούσατε το κείμενο αυτό με τις ελλειπείς φράσεις της συμβουλευομένης;).

# ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ.

- ✘ Αντανάκλαση και αναγνώριση συναισθημάτων Έχει σκοπό να αναγνωρίσει και να ανατροφοδοτήσει τον συμβουλευόμενο με την υποκείμενη συναισθηματική εμπειρία. Επιτρέπει σε αυτόν να κατανοήσει πληρέστερα τα συναισθηματικά στοιχεία των περιστάσεων. Η αντανάκλαση των συναισθημάτων αποτελεί έκφραση της ικανότητας του συμβούλου για ενσυναίσθηση και επικοινωνία. Η τεχνική αυτή δεν είναι μια απλή επαναδιατύπωση όσων λέει κάποιος. Απευθύνεται στο συναισθηματικό τομέα του προσώπου και μερικές φορές είναι αναγκαίο να τίθενται και ερωτήματα όπως «πιστεύετε ότι μπορείτε να κάνετε κάτι για να βελτιώσετε την κατάσταση;» Μπορεί να γίνει άμεσα σε κάτι που μόλις έχει πει ο συμβουλευόμενος ή να γίνει ανακεφαλαιωτικά στο τέλος μιας συνεδρίας.



# ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ.

- ✘ Ερμηνεία Η τεχνική αυτή είναι περισσότερο ψυχοθεραπευτική και απαιτεί μεγάλη εμπειρία. Ο θεραπευτής παρουσιάζει την εμπειρία του πελάτη από μια διαφορετική οπτική γωνία, δίνοντάς της ένα διαφορετικό νόημα, μια διαφορετική λειτουργία ή ένα διαφορετικό λόγο ύπαρξης. Η ερμηνεία βασίζεται στο θεωρητικό υπόβαθρο και προσανατολισμό του θεραπευτή. Για παράδειγμα, όπως αναφέρει ο Σταλίκας (2005), η επιθετικότητα του πελάτη προς τους γονείς του μπορεί να ερμηνευτεί ως ανάγκη αυτοεπιβεβαίωσης, ως ασυνείδητη οιδιπόδεια αγάπη, ως έκφραση χαμηλής αυτοεκτίμησης ή ως υπαρξιακή ανάγκη αυτονόμησης. Η χρήση της πρέπει να γίνεται προσεκτικά και να μην επιβάλλονται στον πελάτη οι πεποιθήσεις-υποθέσεις του ψυχοθεραπευτή.

# ΕΡΜΗΝΕΙΑ.

---

- ✘ Ο μαθητής Α συνεχώς επιτίθεται στη μαθήτριά Β...Ο σύμβουλος πώς θα το ερμήνευε αυτό (καταπίεση συναισθημάτων)....

# ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ.

---

- ✘ Η συμβουλευτική αποτελεί μια διαδικασία γιατί έχει χρονική διάρκεια και γιατί μέσα σε αυτή ενυπάρχει μια αλυσίδα από γεγονότα και στάδια που διαδέχονται το ένα το άλλο. Βασικό στοιχείο στη συμβουλευτική διαδικασία είναι η σχέση του συμβούλου με τον συμβουλευόμενο. Όταν ο σύμβουλος αναπτύσσει μια γνήσια και αυθεντική σχέση ενδιαφέροντος με τον συμβουλευόμενο, τότε ο δεύτερος ανταποκρίνεται σε αυτή τη σχέση με την πλήρη συμμετοχή του στη συμβουλευτική διαδικασία» (Μαλικιώζη Λοϊζου, 1999).

# ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ.

---

- ✘ Πρώτο Στάδιο: Συμβουλευτική σχέση – Διερεύνηση του αιτήματος Σε αυτό το στάδιο πραγματοποιείται η γνωριμία του συμβούλου με τον συμβουλευόμενο. Είναι σημαντικό ο σύμβουλος να εξασφαλίσει όλες τις προϋποθέσεις που θα επιτρέψουν στον συμβουλευόμενο να αισθανθεί άνετα, χαλαρά, ώστε να μπορέσει να μιλήσει για τα θέματα που την απασχολούν. Δημιουργούμε σχέση εμπιστοσύνης και ασφάλειας. Διευκρινίζουμε κατ' αρχάς ότι δεν δίνουμε έτοιμες λύσεις, αλλά εντοπίζουμε μαζί εναλλακτικές δυνατότητες και αποφασίζουμε για τις καταλληλότερες ανάλογα με την περίπτωση.



# ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ.

- ✘ Δεύτερο Στάδιο: Αναγνώριση και καθορισμός στόχων Ο συμβουλευόμενος έχει ήδη μπει στην κατάλληλη για εκείνον συμβουλευτική διαδικασία. Αυτό είναι το στάδιο της ουσιαστικής κατανόησης του προβλήματος. Διευκρινίζονται οι ευθύνες, οι αδυναμίες, οι επιθυμίες του. Επιχειρείται η σύγκριση προβλημάτων επιφανειακά διαφορετικών μεταξύ τους, έτσι ώστε να προσδιοριστούν τα κοινά τους σημεία. Ανάλογα με τις θεωρητικές πεποιθήσεις του συμβούλου χρησιμοποιούνται διάφορες τεχνικές, όπως η ενσυναίσθηση και η αντανάκλαση, αλλά και διδακτικές και ερμηνευτικοί σχολιασμοί. Είναι μια πρώτη επαφή του συμβουλευόμενου με τον εαυτό του (π.χ. φόβοι, συναισθήματα, προσδοκίες, αναγνώριση των δυνατοτήτων και ικανοτήτων του κλπ.) και γενικότερα μια πρώτη διατύπωση και διάγνωση προβλημάτων για τον σύμβουλο.

# ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ.

- ✘ Τρίτο Στάδιο: Δράση Τα προηγούμενα στάδια έχουν ήδη προετοιμάσει τον συμβουλευόμενο για το στάδιο αυτό: έχει τα μέσα αξιολόγησης της πορείας και των αλλαγών. Διευκρινίζουμε κατ' αρχήν ότι δεν δίνουμε έτοιμες λύσεις. Εντοπίζουμε μαζί εναλλακτικές δυνατότητες και αποφασίζουμε για τις καταλληλότερες ανάλογα με την περίπτωση και την κρίση του συμβουλευόμενου. 26 ΕΝΟΤΗΤΑ 2 Εφαρμόζουμε διάφορες τεχνικές συμβουλευτικής που θα τον βοηθήσουν να ενδυναμώσει τις δεξιότητές του (π.χ. βιωματικές ασκήσεις, παιχνίδι ρόλων, αναπλαισίωση κλπ.).