

Aspecte ale consilierii psihopedagogice a familiei

Tatiana PEREU

Doctorand, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă”
Chișinău, Republica Moldova

O consiliere eficientă urmărește schimbarea în sens evolutiv, iar relația consilier – beneficiar este folosită în scopul dezvoltării și valorificării potențialului afectiv și cognitiv al ambilor actori implicați în acest proces. Eficiența personală sporește în rezultatul modificării tiparelor cognitive și a celor comportamentale, ceea ce permite o funcționare optimă a personalității. Misiunea consilierului constă în oferirea ajutorului și a sprijinului în formarea comportamentului adaptativ, care îi permite persoanei să-și gestioneze corect viața și relațiile, aceasta fiind un indicator al autoeficienței.

Consilierea familiei se concentrează pe ajutorul și sprijinul acordat în stabilirea unui climat afectiv pozitiv în familie, care este în interdependență cu eficiența personală a fiecărui membru al familiei. În contextul familiei persoana evoluează și experimentează eficiența sau ineficiența sa. Funcționarea deficientă a familiei are un impact negativ asupra sănătății mentale și fizice a fiecărui membru al familiei. Critica și condamnarea permanentă duc la o reducere dramatică a sentimentului de eficiență: *în cele mai multe cazuri, acest fapt va fi condus la o alienare progresivă față de procesul de evaluare organică și la crearea unui concept de sine separat de resursele innăscute și înțelepciunea dezvoltată în timp a persoanei* [9, p.43]. În cazul când mediul familial oferă acceptare necondiționată, aprobare și suport afectiv, fiecare membru este capabil să asculte, să-și conștientizeze sentimentele și are *o bază bună pentru a deveni...deplin funcțională* [Ibidem].

Consilierul asistă familia în identificarea soluțiilor pentru dificultățile de relaționare și interacționează cu fiecare membru al ei în scopul depistării și înlăturării greșelilor care periclitează funcționarea familiei ca sistem. Terapia de familie urmărește dezvoltarea comportamentelor necesare armonizării relațiilor în cadrul familiei. Fiecare membru al familiei beneficiază de perfecționarea resurselor sale, pentru a le valorifica ulterior în gestionarea eficientă a evenimentelor parcurse de viață. Descoperirea, explorarea și utilizarea propriilor resurse generează schimbări ale tiparelor comportamentale, ameliorează relațiile, stimulează procesul decizional. Consilierul familial lucrează cu problemele fiecărui membru, dar rezolvarea este posibilă doar dacă problema este abordată în contextul în care se produce. Astfel, procesul consilierii implică utilizarea resurselor familiei, deoarece problema unui membru al familiei afectează toată familia.

Studiu de caz I

Alexandra are 41 de ani, soțul ei, Anatol – 43 de ani. Au doi copii: o fiică, Natalia (16 ani), și un fiu, Dumitru (7 ani). Anatol pleacă sistematic în Rusia, unde este angajat pe perioade de șase luni. Alexandra îngrijește copiii și face menajul, nefiind angajată. A venit la consilier cu o problemă ce ține de comunicarea deficientă cu fiica sa. Ea consideră că Natalia are nevoie de consiliere, deoarece a devenit retrasă, vorbește puțin cu mama. Am invitat-o pe Natalia la o discuție, în urma căreia s-a constatat că fata se dezvoltă conform normelor psihofizice

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non-Commercial 4.0. International License

corespunzătoare vârstei. Este o persoană inteligentă, modestă și, ca orice adolescent, este în căutare de sine. Este pasionată de cultura orientală și în prezent studiază limba coreeană. Își iubește mult familia, dar îl evidențiază în mod deosebit pe tata, a cărui afecțiune îi lipsește în perioada când el este plecat în Rusia. La următoarea ședință, Alexandra a recunoscut că, în urmă cu câteva luni, a avut o altercație cu soțul ei, iar fiica i-a auzit certându-se. Furioasă, soția i-a spus soțului că poate să plece din familie și nimeni nu-i va simți lipsa. Fata consideră că plecările tatei sunt din vina mamei, iar copiii au de suferit enorm. De atunci relația Alexandrei cu fiica sa a devenit deficientă. Cu toate că soții s-au împăcat, fiica nu poate uita incidentul. Din discuția cu Alexandra s-a constatat că ea trece prin criza vârstei de mijloc, cu următoarele manifestări:

- extenuare,
- căsnicia este considerată o prinsoare,
- imaginea de sine are cote reduse,
- nivelul stimei de sine scăzut.

Este necesar să menționăm că soțul Anatol a depășit apogeul crizei vârstei de mijloc și acum are o atitudine mai calmă față de evenimentele vieții. Alexandra a avut o discuție cu soțul despre perioada pe care o parcurge și i-a solicitat ajutor și suport afectiv. I s-a recomandat să citească volumul „Psihologia vârstelor”[3], din care a selectat informația despre particularitățile de vârstă ale copiilor și strategiile de depășire a crizelor dezvoltării. Astfel, Alexandra a conștientizat faptul că ceea ce i-a părut comportament defectuos este doar manifestarea crizei de vârstă la adolescenți. A reușit să restabilească relația cu fiica sa. La una din ședințe a fost invitat și Anatol. Relația dintre partenerii conjugali s-a îmbunătățit și ambii au recunoscut că fiica lor are nevoie de sprijinul mamei și al tatei, în special. S-a decis ca tatăl și fiica să petreacă mai mult timp împreună, să practice activități în comun.

Crizele sunt inevitabile în fiecare familie, ele fiind un indiciu al dezvoltării. Înțelepciunea celor care vor să păstreze mariajul constă în soluționarea constructivă a conflictelor, creând noi perspective pentru familie. Familia lui Anatol și a Alexandrei a depășit momentele de criză, deoarece ambii au dat dovadă de înțelepciune și răbdare. Cel mai mare beneficiu de pe urma acestei crize a fost creșterea eficienței de sine, fapt care i-a ajutat să amelioreze relația cu fiica și să ofere sprijinul necesar fiului în adaptarea la școală. Alexandra a reușit să transforme criza într-un avantaj. Ea a studiat la cursurile de cosmetologie și a inițiat propria afacere. Astfel i-a demonstrat soțului că este eficientă și că merită respect.

În concluzie, menționăm că sub impactul furiei, geloziei și a nesiguranței soții uneori nu mai văd un viitor al relației, chiar dacă el există obiectiv. Intervenția consilierului familial facilitează depășirea crizelor de acest gen și le permite partenerilor conjugali să-și restabilească perspectivele familiei.

O familie eficientă este creată de personalități dezvoltate, cu un comportament conștient - aud și sunt auziți, își gestionează corect emoțiile și își asumă responsabilitatea pentru acțiunile sale. Familia eficientă se bazează pe normele de relaționare civilizată. Putem grupa regulile de conviețuire în familie astfel [14]:

1. Teritoriul/responsabilitatea. Toate evenimentele din familie au loc pe trei teritorii: al meu, al tău, comun. Fiecare este responsabil de teritoriul său, iar chestiunile ce țin de teritoriul/responsabilitatea în comun se vor discuta și negocia. Nu este tolerată imixtiunea pe teritoriul celuilalt. Dacă, însă, deciziile și modul de viață al unui membru afectează toată familia, atunci teritoriul devine comun.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non-Commercial 4.0. International License

2. Deciziile. Procesul decizional respectă o regulă: dacă e responsabilitatea mea, eu decid. Problemele ce țin de traiul în comun se discută de toți membrii familiei, chiar și copiii participă la luarea deciziilor, în dependență de capacitatea lor de a-și expune opinia argumentat.

3. Gestionarea conflictelor interpersonale. Soluționarea constructivă a conflictelor în familie ține de respectarea câtorva reguli:

a) Se discută doar o chestiune. Până când n-a fost găsită soluția, altă problemă nu poate fi discutată.

b) Niciun subiect nu poate fi evitat, însă tema care trezește reacții dureroase este abordată atent și la momentul potrivit. În cazul când *capul familiei* a decis să închidă subiectul pentru a evita degradarea discuției într-o ceartă, ceilalți membri ai familiei se supun. Cel care a continuat își asumă responsabilitatea pentru consecințe.

c) Negocierile vor decurge mai ușor dacă sintagmele *poziția/păreră mea* și *poziția/păreră ta* se vor înlocui cu *poziția/păreră nr.1* și *poziția/păreră nr.2*.

d) Se dă prioritate deciziilor care vor forma un viitor mai bun pentru familie.

e) Problema trebuie soluționată. Dacă negocierile eșuează, *capul familiei* își asumă responsabilitatea procesului decizional.

4. Obligațiile membrilor familiei. Fiecare membru al familiei are obligațiile sale. La repartizarea lor se ține cont de capacitățile și preferințele fiecărui, precum și de utilitatea lor. Într-o familie unită, cel care poate – face mai mult.

5. Negativul și sancțiunile. Climatul afectiv în familie, bazat pe înțelegere și respect, este o normă. Acuzațiile și reproșurile sunt excluse, iar comunicarea decurge pe un făgaș calm. Dacă a fost încălcat vreun punct din înțelegerea încheiată și vinovatul a fost avertizat, însă n-a reacționat, atunci se aplică sancțiunile prevăzute de înțelegerea încheiată de comun acord. Cel care este sancționat își poate alege singur pedeapsa care îi este clară și eficientă. În cazul când problema penalizării trezește disensiuni, chestiunea este soluționată de capul familiei.

În societatea noastră, care se bazează pe tradiția patriarhală, normele de relaționare menționate mai sus își fac loc cu greu. Femeile ar accepta acest model, dar bărbații nu sunt pregătiți să-și asume grija menajului, a copiilor, a părinților în etate, chiar dacă nu pot asigura un venit financiar consistent. Resetarea rolurilor și repartizarea obligațiilor în familie ar decurge mai eficient dacă femeia ar delega treptat soțului sarcinile ce țin de menaj și educația copiilor atunci când ea are șanse mai mari să ridice familia pe o treaptă socială mai înaltă. O condiție indispensabilă este ca fiecare partener conjugal să depășească stereotipurile de gen și să aplice modelul autorealizării.

În rezumat, familia este un mod de organizare a societății, un mediu natural pentru creșterea și dezvoltarea membrilor ei, în special a copiilor. Pentru o persoană proactivă familia este unul din cele mai importante proiecte ale vieții, care îi permite să-și descopere și exploreze propriile resurse și să-și manifeste eficiența personală.

Schimbările din domeniul economic, politic și social au produs și transformări ale noțiunii de familie. Tot mai des familia nucleară cedează locul familiei monoparentale, alcătuite dintr-un părinte, de regulă mama, și un copil/copii minori. Evident, eficiența personală a adultului scade dramatic. Suprasolicitarea părintelui duce la căderi nervoase, comunicarea părinte – copil decurge cu mari dificultăți, iar capacitatea de gestionare a conflictelor se reduce până la cote critice. Această situație are un impact negativ asupra copilului, care se manifestă prin tulburări comportamentale, deficit de atenție, disfuncții la nivel psihosomatic, relaționare deficientă cu cei din jur. Mama încearcă să preia și rolul tatălui, creându-i copilului o imagine distorsionată a rolului pe care trebuie să-l adopte fata sau băiatul. În fața părintelui rămas singur cu grija creșterii copilului apare un șir nesfârșit de probleme, printre care menționăm:

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non-Commercial 4.0. International License

- depresia;
- starea materială instabilă;
- anxietatea provocată de divorț;
- comportamentul non-adaptativ al copilului, ca reacție la despărțirea părinților;
- probleme ce țin de autoritate, educație, responsabilitate;
- dezechilibrul dintre viața familială și carieră etc.

Copilul rămas cu mama deseori devine un „țap ispășitor” pentru reducerea tensiunii nervoase a părintelui și a frustrărilor. Creșterea continuă a tensiunii psihice la copii provoacă disfuncții comportamentale, sentimentul de vină, a rușinii. În opinia psihologilor [4, 5, 6, 7, 10], absența tatălui/bărbatului este un factor care predispune la apariția unor probleme în dezvoltarea psihică a copilului. Deficitul de influență masculină se manifestă prin:

- dezvoltarea redusă a capacităților analitice, a orientării în spațiu, în favoarea dezvoltării competenței verbale;
- comunicarea deficientă cu reprezentanții sexului opus;
- atașamentul exagerat față de mamă, fapt care poate duce la dezvoltarea unor fobii;
- probleme cu stabilirea identității de gen.

Într-o familie nucleară, mama este responsabilă de crearea climatului afectiv, care emană înțelegere, încredere, căldură. Tatăl execută funcțiile de control și reglare a comportamentului. În familia monoparentală mama încearcă să execute toate funcțiile, ceea ce este, de cele mai multe ori, imposibil. Băieții sunt expuși mai mult consecințelor negative, deoarece în tendința de a-și proteja fiul de greutăți și responsabilități mama complică formarea caracterului masculin. Distorsiunile comportamentului matern în familiile monoparentale:

1. Copilul ia locul soțului. Mama solicită exagerat atenția copilului, se implică exagerat în viața lui și îi limitează contactele cu prietenii.

2. Hipertutelarea. Mama ține copilul „legat” de sine, îi limitează independența din teama de a se despărți în viitor de el, îi „frânează” formarea sentimentului de competență. Ca urmare, se observă regresul dezvoltării personalității.

3. Lipsa de afecțiune ca metodă de sancționare a comportamentului indezirabil.

4. Formarea sentimentului de vină drept mijloc de control al procesului de educație. Manifestarea independenței este blocată de teamă.

În dorința de a aduce un echilibru în familie mamele din familiile monoparentale adoptă în comunicarea cu copilul, de regulă, unul din stilurile bazate pe: a) colaborare, b) izolare, c) competiție. Comunicarea bazată de colaborare, compromis reciproc și sprijin îl face pe copil să adopte poziția unei persoane proactive și autoeficiente. Izolarea copilului și eliminarea lui din procesul decizional îl poate provoca pe copil să acționeze „pe la spatele” mamei din dorința de a-și manifesta sentimentul de competență. Competiția în comunicarea părinte-copil, bazată pe critica reciprocă și tendința de autoafirmare pe contul celuilalt, este o consecință a distrugerii familiei.

În concluzie, mama și copilul se află într-un iureș al emoțiilor și acțiunilor distructive, iar nevroza și infantilizarea personalității copilului sunt consecințe inevitabile.

Studiu de caz II

Ana are 35 de ani și lucrează ca educatoare într-o grădiniță de copii din mun. Chișinău. De doi ani a divorțat de soț și îl are în grijă pe fiul de 7 ani, Corneliu.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non-Commercial 4.0. International License

La prima întâlnire Ana a produs o impresie plăcută, dar se simțea o nesiguranță în voce. Deoarece prima dată am văzut-o atunci când și-a înscris copilul în clasa întâi, am pus nesiguranța pe seama emoțiilor. Chiar în prima lună de școlarizare, Corneliu a manifestat un comportament violent. Luând în considerare că era în perioada de adaptare la viața de elev, ieșirile acestea păreau un lucru obișnuit. Lua obiectele unor elevi și le pune pe banca altora, când copilul nu era în bancă, Corneliu îi studia caietele, se uita prin geantă. Deseori mușca din chiflele sau tartinele colegului de clasă fără permisiune. Colegii de clasă se plângeau de comportamentul lui Corneliu. Mama a fost pusă la curent cu situația, însă nu a luat măsuri. Toate au continuat până când Corneliu a sustras din geanta mamei trusa de cosmetice și a adus-o la școală. Atunci mama a devenit receptivă la sugestiile învățătoarei. Se interesa zilnic despre comportamentul fiului și încerca să-l stabilizeze. Situația nu s-a schimbat mult. Corneliu continua să-i necăjească pe colegi, găsind alte metode. Am analizat bine starea lucrurilor și am descoperit că el necăjea copiii care erau aduși în clasă de tați. Acesta a fost punctul de cotitură. Am avut o convorbire cu Corneliu, din care am înțeles că băiatul suferă mult din cauza despărțirii de tată, mai ales că tatăl nu manifestă dorința de a-și vedea fiul. I-am aplicat testul arborelui [12] și am reușit să stabilesc că există o traumă psihologică ce corespunde cronologic cu momentul divorțului părinților. Au urmat ședințele de desensibilizare, băiatul a fost înscris la o secție de lupte marțiale, în clasă i-a fost repartizată sarcina de gospodar al clasei. Consilierea nu s-a limitat, bineînțeles, doar la lucrul cu băiatul. Este evident că problemele din comportamentul lui Corneliu țin în mare parte de eficiența personală scăzută a mamei. Divorțul a fost precedat de o perioadă extrem de dificilă. Soțul o abuza fizic acasă, iar în ultimul timp și la serviciu, având martori copiii din grădiniță și părinții lor. Suferința fizică și cea morală au adus-o pe Ana în pragul disperării și ea a hotărât să divorțeze. Acest proces a trezit o avalanșă de sentimente negative – umilință, rușine, culpabilitate – care au ricoșat în stima de sine a tinerei femei. Ana manifesta rezistență și consilierea decurgea anevoios. Cea mai eficientă cale au fost ședințele cu părinții. Prin aplicarea Programului de consiliere pentru formarea eficienței personale la membrii adulți ai familiei s-au obținut rezultate satisfăcătoare. După o introducere în care a fost explicat conceptul *stima de sine*, a fost aplicat testul lui Rosenberg și fiecare cursant și-a verificat nivelul stimei de sine. În continuare a fost elucidat fiecare element al stimei de sine: sentimentul de siguranță, sentimentul de apartenență/sentimentul de competență, auto-cunoașterea și explicat modul de formare a acestuia. Exercițiile din psihologia pozitivă a lui M. Seligman [apud 11] sunt ușor de aplicat și eficiente în formarea stimei de sine. Exercițiul „**Trei Lucruri Bune**” constă în a așterne zilnic, timp de o săptămână, trei lucruri care merg bine și motivele care au condus aici. Astfel sunt trecute în revistă calitățile și competențele de care persoana nu este conștientă „**Jurnalul Succesului**”, persoana își notează într-un jurnal succesele obținute, momentele de maximă satisfacție, evenimentele care îi sporesc încrederea în sine și fortifică stima de sine. Ana a frecventat toate ședințele din cadrul Programului de consiliere parentală, inclusiv ședința focus-grupului cu tema „Familia monoparentală”. După trecerea în revistă a problemelor cu care se confruntă părintele și copilul din familia monoparentală a urmat o convorbire în care mamele și-au împărtășit propria experiență în gestionarea evenimentelor vieții. Schimbul de păreri a avut efect benefic asupra tuturor, fapt imediat reflectat în comportamentul copiilor, aceștia devenind mai liniștiți, binevoitori și vioi.

Menționăm că un obstacol serios în calea consilierii este moștenirea stereotipurilor de tipul *nu scoate gunoii din casă*. Femeile din situația Anei manifestă reticențe la intervențiile din exterior, evită să vorbească despre problemele cu care se confruntă pentru a păstra o imagine „în rând cu lumea”. Considerăm că seminarele pentru dezvoltare personală sunt cea mai potrivită strategie pentru aceste persoane, deoarece astfel:

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non-Commercial 4.0. International License

- se creează sentimentul de apartenență: tu faci parte dintr-un grup în care toți au același obiectiv;
- nu este afectat sentimentul de siguranță: nimeni nu știe exact ce probleme ai și astfel se evită manifestarea sentimentului de vină și a complexului de inferioritate;
- atmosfera seminarelor contribuie la un schimb intens de experiență, ceea ce sporește sentimentul de competență.

Acești factori au jucat un rol decisiv în procesul de recuperare a Anei. În prezent ea continuă să țină piept tuturor problemelor inerente vieții unei femei divorțate, dar reușește să le gestioneze eficient.

Divorțul a devenit un fapt obișnuit pentru societatea noastră și nu mai este blamat ca în trecut. Însă tendința de a crea un parteneriat nou este puternică, astfel familiile recompuse sunt privite ca o salvare a reputației celui divorțat. Familia recompusă presupune existența unui copil care trăiește cu un părinte și noul partener al acestuia. De regulă, copilul este nevoit să interacționeze cu soțul mamei, iar tatăl biologic este permanent absent. Situația poate genera un lanț nesfârșit de conflicte, dacă nu este gestionată corect. Cuplul în grija căruia se află copilul este responsabil de dinamica dezvoltării lui. Partenerul nou trebuie să fie deschis și să comunice eficient cu copilul, fără a recurge la restricții sau pedepse. Mama are datoria de a manifesta o grijă deosebită în situația dată, iar înțelegerea dintre ea și partener este importantă pentru păstrarea echilibrului. Cerințele și regulile clare și unice urmează a fi respectate de ambii, deoarece permisivitatea partenerului și restricțiile impuse de mamă pot genera un conflict de proporții atât între soț și soție, cât și între părinte și copil. Dacă se alege implicarea partenerului în procesul educativ, aceasta se face prin intermediul discuțiilor și negocierilor între soți, iar înțelegerea este adusă la cunoștința copilului. Însăși modul de organizare a familiei recompuse poate fi un focar de conflicte. Consilierul familial acordă ajutorul necesar în identificarea erorilor și asistă familia în explorarea altor modalități de interacțiune în cadrul acestei familii. După cum am menționat mai sus, în urma divorțului copilul rămâne, de regulă, cu mama. Foarte rar se lasă copilul în grija tatei, cu acordul benevol al mamei. Această situație are un impact dramatic asupra întregii vieți a copilului. Pentru bărbat îngrijirea copilului este o experiență deosebită, în care el este asistat de bunică, mătușă, soră și alte femei din familie. Pentru copil, privarea de afecțiunea mamei provoacă o traumă profundă. Lipsit de dragostea necondiționată a mamei, de siguranța afectivă oferită de mamă copilul trăiește experiența abandonului, cu repercusiuni negative asupra existenței sale. Situația se agravează atunci când copilul care se simte abandonat de mamă este o fată.

Studiu de caz III

La 28 de ani Sergiu a divorțat de soție, mai bine-zis, ea l-a părăsit pe el și fiica lor, Veronica, de 5 ani. A plecat în Italia la lucru și nu s-a mai întors. După divorț fata a rămas cu tatăl, altă alternativă nici nu exista. Sergiu s-a recăsătorit cu Natalia. Fetița, care s-a aflat o vreme în grija tatei și a bunicii, acum are mamă vitregă. Natalia și-a luat în serios rolul de mamă: se ocupa de creșterea și educația Veronicăi, îi oferea afecțiune din plin, a introdus-o în familia sa de origine și i-a creat condiții favorabile pentru dezvoltare. Peste un an se naște copilul Nataliei și al lui Sergiu, o fetiță pe nume Beatrice. Veronica s-a implicat activ în îngrijirea bebelușului și era bucuroasă că are o soră. Până la vârsta de 12 ani toate au fost bune. Criza de vârstă a fetei a coincis cu criza de dezvoltare a familiei, cea de 7 ani. Tot mai des se aducea în discuție subiectul divorțului, apoi a urmat o separare pe termen scurt. Natalia chiar a plecat pentru un an în Italia,

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non-Commercial 4.0. International License

motivând cu situația materială precară. Veronica a trăit experiența abandonului a doua dată. Tatăl a ales să se alcoolizeze pentru a evita confruntarea cu realitatea. În această perioadă consilierea s-a axat pe restabilirea echilibrului psihologic al Veronicăi. După ședințele de desensibilizare și aplicarea strategiilor de *coping*, Veronica a învățat să-și gestioneze situația la un nivel satisfăcător. Întoarcerea mamei vitrege a fost privită cu suspiciune, fata nu mai avea încredere în intențiile pozitive ale mamei. Natalia a încercat să restabilească relațiile ruinate cu soțul său și fiicele abandonate. Beatrice a acceptat-o cu generozitate, iar Veronica a adoptat o poziție de observator. Sergiu a reușit să țină sub control dependența de alcool, din dorința de a păstra soția alături. Ambii soți făceau eforturi pentru a păstra mariajul, relația cu Veronica rămânând o problemă. Am avut o discuție cu Natalia pentru a înțelege cum vede ea situația. Natalia a recunoscut că nu știe ce să facă, toate încercările ei de a restabili relația cu Veronica au fost considerate de fată drept tentative de invadare a spațiului personal. Pentru început, Nataliei i-au fost aduse la cunoștință particularitățile de vârstă ale adolescenților, pentru a identifica în comportamentul Veronicăi manifestările crizei de vârstă și a le trata ca atare. Apoi a fost explicată formarea sentimentului de abandon, deoarece fata a fost părăsită de două ori: de mama biologică și mama vitregă. Natalia a încetat să mai facă ceva pentru a se apropia de Veronica, respectând hotărârile impuse de fată. Tot procesul a necesitat o răbdare îndelungă din partea Nataliei, însoțită de înțelegere și suport. Mai des se convoca *consiliul familiei* la care fiecare membru își expunea opinia argumentată cu privire la vreo problemă. Părerile Veronicăi erau ascultate cu atenție și apreciate pentru abordarea creativă a situației. Atmosfera în casă s-a mai destins, iar Veronica a devenit mai sociabilă. Bineînțeles, mai este mult de lucru la acest caz. Dinamica lui depinde în mare parte de înțelepciunea părinților, de capacitatea de iertare a Veronicăi, de eficiența personală a Nataliei și a lui Sergiu în gestionarea propriei relații.

În rezumat, consilierea familiei este o componentă importantă în formarea eficienței personale a tuturor membrilor familiei, în special a adulților. Modificarea tiparelor cognitive, formarea comportamentului adaptativ și eliminarea stereotipurilor moștenite de tradiție duc la sporirea autoeficienței și creșterea calității vieții. Familia, cel mai important proiect al vieții, este un poligon bun pentru experimentarea eficienței personale, a autocunoașterii și autoactualizării. Consilierul familial interacționează cu fiecare membru al familiei, stabilește o relație de încredere și identifică structura ierarhică. Definirea problemei este urmată de perspectivele fiecărui membru al familiei asupra problemei. În timpul interacțiunii cu membrii familiei consilierul observă pattern-urile de relaționare în familie, subsistemele/coalițiile. Terapeutul/consilierul acționează într-un mod non-directiv: nu oferă soluții, judecăți de valoare care ar pune clientul în ipostaza de lipsă de putere personală. Beneficiarul are șansa să descopere el însuși ce se petrece cu el, ce urmează să facă. Astfel, descoperirea și explorarea propriilor resurse contribuie la creșterea eficienței personale, iar sprijinul consilierului familial facilitează traversarea acestui proces.

Bibliografie

1. Anghel P., Amar P., Devienne E. Dicționar de coaching. Concepte, practici, instrumente, perspective. Iași: Polirom, 2008, 412 p.
2. Bandura A. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. Revista de psihologie, 1997, nr.84 pr.2, pag. 191-215.
3. Crețu T. Psihologia vârstelor. Iași: Polirom, 2003, 294 p.
4. Cuznețov Larisa. Consilierea ontologică complexă a familiei. Chișinău: Primex-com SRL, 2018, 488 p.
5. Cuznețov Larisa. Familia ca proiect existențial. Management familial. Chișinău: Primex-com SRL, 2018, 323 p.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non-Commercial 4.0. International License

6. Dafinoiu I. Elemente de psihoterapie integrativă. Iași: Polirom, 2007, 230 p.
7. Gordon T. Părintele eficient. București: Editura Trei, 2014, 358 p.
8. Maslow A. Motivație și personalitate. București: Editura Trei, 2013, 567 p.
9. Mearns D., Thorne B. Consilierea centrată pe persoana în acțiune. București: Editura Trei, 2010, 371 p.
10. Курпатов А. Счастье вашего ребенка. Москва: Олма, 2013, 312 с.
11. Чиксентмихайи М. Поток. Москва: Смысл, 2011, 460 с.
12. Шевченко М. Психологические рисуночные тесты для детей и взрослых. Москва: Изд-во АСТ, 2017, 176 с.
13. www.psihoconsultanta.wordpress.com
14. www.psychologos.ru