



Aprender a arte de ajudar

Curso de extensão à distância e
assíncrono



O Primeiro encontro de ajuda
- contrato e encerramento

O contrato

- Quem é o(a) ajudador(a)
- Quem o(a) supervisiona
- Frequência dos encontros
- Duração do processo de ajuda

O Contrato

- Pagamento
- Aviso de faltas
- Contato telefônico
- Confidencialidade
- Alerta sobre deveres legais e limites éticos;

Estabelecer e manter limites

- Tempo e horários
 - Difícil mas necessário
- Disponibilidade do(a) ajudador(a)
- Atender alguém da própria família?
- Atender alguém com quem tem negócios?

Término da primeira entrevista

- Estabelecer um alvo específico, observável e mensurável.
- Plano de trabalho
- O que poderá ser diferente?

Situações especiais

- A pessoa não vê necessidade de mudança;
- Foi obrigada a comparecer.

Obrigado a comparecer

- Adolescente que usa maconha, não acha isto um problema e os pais o trazem para aconselhamento...
- *Sei que você está aqui contra a sua vontade e sei que isto é uma chateação...que tipo de mudança seus pais esperam...No que sua vida ficaria diferente se você fizer isto...*

Obrigado a comparecer

- Marido vem porque a esposa ameaçou divorciar...
- *Sei que você pensa que o problema é a sua mulher...e que você não vê motivo para mudar... Que mudanças nela você gostaria de ver... O que você precisará fazer para que estas mudanças ocorram...*

Tarefa

- Depois da pessoa conseguir formular um objetivo, dar uma tarefa.
- Tarefa ligada ao problema.
- Sair com uma tarefa ajuda a criar a esperança de que as coisas irão melhorar.

O encerramento dos encontros de ajuda

- Diversos estilos
 - Alarme aos 40 minutos assinalando que faltam dez minutos.
 - *Estamos nos últimos minutos. Há algo que você gostaria de acrescentar antes de encerrarmos...*
- Reforçar tarefa e o próximo encontro.
- Ter tempo suficiente para não apressar a pessoa e não dar a impressão de rejeição.

O encerramento da sessão

- Evitar temas novos ou delicados no final.
- Se houver material novo combinar outro encontro.
- Os dois participantes devem saber que o encerramento está prestes a ocorrer.

Estilos de encerramento

- Cortesias habituais
- Afirmações curtas e diretas
- Referir-se ao assunto discutido com uma declaração conclusiva.
- Resumir os pontos importantes discutidos.
- Pedir síntese da pessoa
 - O que ela achou que foi relevante no encontro.