

Editoriale

Questo numero della Rivista è interamente dedicato al tema dei **confini** nel counseling, attraverso la pubblicazione dei contributi presentati al convegno che si è svolto a Genova nel Novembre 2006 in occasione del decennale del corso di counseling.

La lezione magistrale di Salomon Nasielski ha iniziato a strutturare i contenuti propri dei confini che potremmo riassumere con la seguente affermazione di William Cornell: “i confini sani sono saldi, ma permeabili e flessibili, sono vivi e relazionali, non restrittivi e isolanti”.

A partire da questi contenuti teorici sul confine rispetto alla persona, che fanno da sfondo alla lezione magistrale, gli altri interventi gradualmente sviluppano le varie situazioni di confine sia nella relazione duale sia nel lavoro all'interno dei vari campi.

Attenzione particolare viene dedicata al problema di confine che il/la counselor si trova ad affrontare nel suo intervento.

Ci sono molti ruoli sociali e professionali che per essere efficaci hanno bisogno di essere accompagnati dalla capacità di stare in relazione e di entrare in piena comunicazione con le persone.

Basta questo per dire che si sta facendo “counseling”? Non completamente: la comunicazione e la relazione sono necessarie ma non sufficienti.

Deve esserci una competenza ulteriore e specifica: la capacità di accompagnare la persona in difficoltà ad entrare in contatto con la propria vitalità, al di là dei blocchi che le impediscono di sentirla e di ridarle spazio in una libertà responsabile.

Questo è il nodo centrale ed insieme il problema del/della counselor, in qualunque campo si trovi ad operare: in che modo, pur rimanendo all'interno del suo confine, può entrare e far entrare la persona in contatto con la propria vitalità, senza entrare nella dimensione del profondo?

La nostra ipotesi è che il/la counselor può riportare la barra sulla rotta dell'uscita dal “copione” se è in grado di stare in contatto emozionale, andando oltre la capacità empatica di tipo rogersiano.

Non è sufficiente “sentire con” ma è necessario “mettere l’altro/altra in contatto emozionale con” gli elementi del blocco originario, affinché possa separarsi da essi e riacquistare libertà e responsabilità, riscoprire verità, ripristinare vitalità, in definitiva perché possa “lasciare” il disagio. All’interno dei propri confini di campo, (educativo, sociale, organizzativo, di counseling), di fronte alla persona in difficoltà che chiede aiuto, è necessario riorientare la barra per l’uscita dal “copione”, oltre ad esprimere la capacità di comunicare e di entrare in relazione.

Proviamo a sviluppare le fasi del processo di contatto emozionale.

Solo recentemente è nato il counseling, come specifica competenza di sostegno e di aiuto, come ruolo intermedio tra le relazioni familiari ed amicali che un tempo erano la rete naturale a cui si rivolgeva la persona in difficoltà prima di cercare lo specialista (psichiatra, psicologo, neurologo).

Nella attuale struttura sociale, dove si sono moltiplicate le situazioni di stress e di disagio psicologico e contemporaneamente sono diminuite le reti di aiuto naturale, è aumentato considerevolmente il numero di chi, al di fuori delle categorie a rischio per le quali esiste una attenzione istituzionalizzata (tossicodipendenti, portatori di handicap, senza dimora, immigrati clandestini, ...), cerca un luogo dove essere ascoltato e aiutato ad uscire dal disagio di vivere a cui spesso non sa dare un nome.

Il primo aiuto che si può offrire è quello di permettere alla persona di diagnosticare il problema per trovare possibili opzioni per affrontarlo.

In questo processo si entra in contatto con la parte emozionale di sofferenza, di dolore, di delusione, ma, in un primo momento, si rimane alla superficie, ad un livello di comunicazione di tipo cognitivo. Successivamente si passa al livello di partecipazione al vissuto dell’altro, di com-passione, di sostegno, oltre l’informazione e le indicazioni legate al ‘fare’.

Questa fase è sicuramente di grande beneficio, sia per chi riceve sia per chi dà, ma non c’è alcuna sicurezza di ‘guarigione’. E’ come se,

ad esempio, ci prendessimo cura di una persona con la febbre e il mal di gola riscaldando l'ambiente, dandole una coperta, bloccando così per un po' la possibilità di aggravamento ma non avvicinandoci ad una diagnosi e quindi ad una cura risolutiva.

Nel caso di disagio psicologico non è sufficiente 'sostenere', è necessario diagnosticare il punto di origine del blocco. Quel disagio espresso è la punta dell'iceberg, il segno di tante stratificazioni, che oggi si è manifestato per una causa scatenante.

Come nel caso di una carie, di un processo degenerativo, sarebbe utile andare alla radice della difficoltà, ma non sempre è utile ed opportuno lavorare nel profondo, può essere sufficiente acquisire uno stato di benessere, ma con la scelta consapevole del livello a cui ci si ferma.

Si può correre il rischio di considerare il lavoro del/della counselor come quello di doversi limitare al primo livello informativo o al secondo livello di sostegno o al terzo livello, in cui si mette a fuoco la problematica, si arriva alla diagnosi, alla rilettura dei fatti da cui il disagio è partito e si trovano le opzioni di uscita.

Fare questo percorso e farlo bene è un ottimo risultato.

Pensiamo che i confini di un intervento di counseling possano essere ampliati oltre questi tre livelli.

Secondo la nostra ipotesi è possibile fare interventi di decontaminazione, secondo il metodo dell'AT, in modo da entrare in contatto diretto con l'elemento emozionale di blocco del cliente.

Il/la counselor non può lavorare sulle 'ingiunzioni', ma può lavorare sui 'drivers' (gli 'ordini') e allora si parla di intervento di counseling di quarto livello: si lavorerà con le resistenze del/della cliente e qui il confine tra counselor e clinico diventa flessibile, così come indica William Cornell, citato all'inizio.

Quando la persona entra in contatto emozionale con i propri blocchi e può percepirsi in modo diverso senza entrare in regressione, anzi in un controllo attento di ciò che avviene, questo sarà un intervento di counseling di quarto livello.

Facciamo un esempio con il caso di Irene:

Irene tende a compiacere e nel suo compiacere cerca di fare bene le cose per gli altri.

Se andiamo a leggere più in profondità vediamo che era una brava bambina, perché era una prima figlia, per esempio, ed essendo brava bambina si comportava bene e cercava di compiacere i suoi genitori nel fare bene le cose per avere la loro attenzione. Se non era brava e non andava bene e i genitori non le davano l'attenzione sufficiente, entrava in ansia e così gli altri correvano in suo aiuto.

Di tutto questo lei rimane insoddisfatta, non è contenta perché stabilisce le relazioni sul piano di 'fare la brava', non sviluppa la sua creatività, la possibilità di scegliere quello che vuole fare e rimane sempre nell'incertezza se quello che sceglie è veramente scelto da lei e non scelto in funzione di far piacere ai suoi, di farlo bene con puntigliosità perché così gli altri glielo riconoscano.

Ma in questa puntigliosità va in ansia e così gli altri la devono soccorrere e le scelte dell'università saranno le stesse, tutte le scelte future diventano le stesse e se non troverà un uomo perfettamente corrispondente a suo padre, non andrà bene, perché sta continuamente ricostruendo quel passato.

Lavorando con una persona di questo genere è chiaro che si deve riorientare la barra ad una libertà personale in cui il centro è lei, come lo era di fatto, ma non più in funzione di fare le cose per gli altri ma di farle per se stessa.

Se si usa l'espressione "sii perfetta", sarà "sii te stessa", se si usa il "compiaci" sarà "compiaci te prima di tutto".

Questo è già un orientamento, per andare a cogliere che per essere in 'intimità' oggi 'posso essere bambina che gioca, che scherza, non occorre che sia adulta da bambina, non occorre che sia già brava'.

Per arrivare a questo si deve lavorare sulle 'ingiunzioni'? NON occorre che si lavori sulle 'ingiunzioni' direttamente, ma l'intervento è già orientato a modificare e a richiedere che la persona modifichi questi aspetti di sé.

Si è passati dunque all'intervento di quarto livello, ed è qui che si incontreranno, lavorando con questa persona, tutte le sue resistenze, perché è chiaro che c'è una resistenza profonda a non voler togliersi da lì, perché: "se gli altri si prendono cura di me, mi fa molto piacere, ma nella realtà questo non mi soddisfa".

Come si può aiutare questa persona ad uscire dal suo “copione”? Si può far sì che ‘entri’ in contatto emozionale, che ‘stia’ in contatto emozionale con questi ambiti di sé e possa percepirsi in modo diverso, non più con una serie di tecniche proprie dell’AT che riguardano la struttura di primo ordine, ma, senza entrare su un piano di regressione, con un lavoro di tipo ‘emozionale’.

Fare questo significa, se riprendiamo il tema portato da Cornell in riferimento alla lettura delle frontiere di Reich, mettere la persona in contatto con quello che è lo strato più sensibile del proprio corpo e delle proprie sensazioni emozionali e provare a far sì che la persona tenda a scioglierle e renderle più flessibili, più fluide, più permeabili a possibilità di sensazioni diverse di sé.

In questo contatto la persona si troverà ad affrontare situazioni di paura perché deve lasciare un’omeostasi per un’altra, ma nello stesso tempo troverà il beneficio di una libertà acquisita che le darà più energia e vitalità.

L’intervento reichiano, quando ci sono dei cerchi rigidi, usa tecniche specifiche, il/la counselor non deve fare questo, sarebbe una regressione in termini analitici. Ma se la persona è in emozione, si può lasciarla in contatto emozionale, senza tirarla fuori, avendo attenzione e consapevolezza che nel momento in cui entra in contatto con l’emozione non entri in caduta regressiva, ed è necessario avere l’esperienza che ciò non accadrà.

Il/la counselor sa che non entrerà in regressione dall’esperienza dei colloqui precedenti: in un primo colloquio il /la counselor è in contatto emozionale ma non mette in contatto emozionale il/la cliente; in un secondo colloquio il /la cliente sarà in contatto emozionale ma il/la counselor lo/la porterà a fare delle riflessioni; nel terzo incontro sarà possibile stare in contatto emozionale e non andare oltre, in questo modo possono partire nuove possibilità.

La persona si troverà ad affrontare la paura, ma nello stesso tempo sperimenterà maggiore libertà e così dalla paura non più nascosta, o allontanata, nascerà il recupero della propria vitalità.

Decodificare gli elementi del contatto emozionale non significa dunque fare l’analisi del profondo, invadendo un campo improprio

per il /la counselor, ma permettere al/alla cliente di sentire i 'no' dell'origine e di separarsi da essi.

Abbiamo proposto queste riflessioni come introduzione agli articoli che sono la trascrizione degli interventi al convegno, con l'aggiunta del contributo di Guido Bonomi sul comune statuto epistemologico degli interventi di counseling nei vari ambiti e dell'articolo di Vittorio Soana sulla lettura della verità di sé con l'altro, nella reciprocità dell'ascolto e della trasformazione.

La 'lectio magistralis' di Salomon Nasielski offre la costruzione teorica dei 'confini', attraverso due categorie dell'AT: gli Stati dell'Io e il Sistema di Riferimento.

Il contributo di Milly De Micheli ha come tema la definizione dei 'confini' dei campi di applicazione dell'AT e la presentazione degli strumenti di diagnosi e di intervento adeguati a ciascun campo.

Gli ultimi articoli offrono quattro esempi di intervento nei campi specifici di applicazione del Counseling.

Paolo Arzani offre intensi spunti di riflessione sui 'confini' del counseling pastorale presentando il caso di un giovane alla ricerca di sé e del senso della vita.

Giuseppe Armas e Mario Beghelli ci introducono alla complessità delle relazioni e dei confini nell'articolata ed ampia dimensione del counseling socio-educativo, attraverso l'esperienza, il primo dell'inserimento di un bambino in un centro sociale per ragazzi, il secondo dell'accoglienza di un ragazzo nella famiglia affidataria.

Maria Luisa Ulivieri, con l'esperienza di un intervento di counseling organizzativo, ci riporta alla necessità di continua attenzione alla persona nella sua totalità, senza perdere la consapevolezza dei 'confini' propri di un intervento in ambito organizzativo.

Alla fine della rivista è stato inserito un glossario come sintetica guida a possibili definizioni dei termini 'confini della persona', 'confini interpersonali', 'confini di gruppo', 'confini di campo', 'confini del counseling'.

Vi auguriamo una buona lettura!