

Counseling e pratica etica

ABSTRACT

Counseling and ethical practice

The article develops the theme of the counselor's ethical responsibility in the counseling process, making a distinction between code of practice and ethical attitude. According to the writer the code of practice with its rules to safeguard the borders of both the client and the counselor, though important, is not sufficient for an ethical counseling practice.

It is moral principles and ethical values which above all inspire professional practice and express an ethical attitude through all the counseling process.

The article considers the different stages of the counseling process from an ethical point of view, ending with an invitation to an ethical reading of the relationship between the process of the intervention and the "gain" of the client.

LA PROFESSIONE DEL COUNSELOR E L'ATTEGGIAMENTO ETICO

Qualsiasi professione che abbia a che fare con i rapporti tra le persone necessita di un codice di condotta.

Il Counseling, al pari della psicoterapia, si configura come una relazione d'aiuto complessa e delicata, che impone la necessità di proteggere la relazione stessa con norme precise valide sia per il professionista che per il suo cliente. La deontologia risulta dunque essere l'insieme dei diritti/doveri che impone ai professionisti l'esercizio della loro professione.

Come Analisti Transazionali ci impegniamo a seguire nel nostro lavoro quotidiano le norme del Codice Deontologico ITAA/EATA¹, il cui principale scopo è quello di assicurare, attraverso una specifica normativa della condotta, che non si verifichino abusi professionali e di incoraggiare la fiducia attraverso l'alleanza terapeutica.

Obbedire al Codice Deontologico tuttavia, non coincide – in sé e per sé – con una pratica professionale vissuta e percepita come etica da entrambi i soggetti della relazione.

¹ ITAA: Associazione Internazionale di Analisi Transazionale
EATA: Associazione Europea di Analisi Transazionale

Cosa significa allora “etica” nello spazio terapeutico della relazione di counseling e come si integra con norme e vincoli delle Carte Etiche?

Partendo da una definizione letterale su base etimologica della parola greca *tà etikà*, l’etica risulta essere l’insieme dei principi morali ai quali ispirare il comportamento professionale: il counselor crede nella dignità e nel valore della persona e considera doveroso e lecito restituirla al suo benessere, far sì che ottenga un guadagno nell’ottica di una migliore qualità della vita.

Non è tuttavia compito della sola deontologia creare ed alimentare tale atteggiamento ideale². Essa potrà essere chiamata, piuttosto, a porre un freno al possibile degrado della semplice volontà di far del bene, quando questa ad esempio minacciasse l’autonomia della persona.

Quali sono allora i valori etici, al di là delle norme, ai quali si richiama il counselor nella sua pratica professionale?

Se riandiamo alla definizione di Counseling come relazione d’aiuto, allora è innanzitutto il valore della relazione ad ispirare il comportamento etico del counselor: due persone che nell’incontro con l’altro si pongono nel rispetto reciproco della propria soggettività, due soggetti etici che si incontrano in un contesto etico.

Tim Bond, in *“Intimità, rischio e reciprocità in psicoterapia: complesse sfide etiche”*³ riprende a questo proposito il concetto di etica della fiducia come etica bilaterale che implichi l’impegno di entrambe le parti, un’ *“etica che sia relazionale, contestuale e in grado di incoraggiare pratiche eticamente consapevoli”*.

In quest’ottica l’etica risulta essere una misura di valore difficilmente descrivibile in astratto e codificabile in norme e vincoli, ma molto più facilmente identificabile in quell’ *“atteggiamento”* etico del counselor che pervade l’intervento di counseling nel suo processo e che è determinato dalla *“bontà”* del qui ed ora della dinamica relazionale tra professionista e cliente.

Atteggiamento etico dunque intrinseco e trasversale all’intervento di counseling, come tensione continua all’OK-ness relazionale e al

² Spinsanti S. *“La professione psicoterapeutica e il codice deontologico degli psicologi”*, in Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze Umane, n.25-1998, pag. 23

³ Bond T., *“Intimità, rischio e reciprocità in psicoterapia; complesse sfide etiche”*, in Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze Umane n.47-48-2007

rispetto dell'autonomia dell'altro, dei suoi confini e dei suoi spazi di vulnerabilità.

In Analisi Transazionale il contratto e la contrattualità sono gli elementi distintivi che tutelano l'etica e la pratica della relazione terapeutica.

Ciò non significa svalutare l'importanza delle normative della deontologia: esse fungono infatti da indicatori fondamentali per la condotta professionale e consentono al counselor di muoversi agevolmente tra la liceità dei suoi comportamenti (morale/diritto) e la bontà dei suoi interventi (etica).

L'eticità della richiesta

L'intervento di counseling ha inizio dalla richiesta del cliente.

La prima condizione di legittimità della presa in carico risulta essere, da un punto di vista deontologico, proprio la qualità di tale richiesta di aiuto.

Allora nei primi colloqui diventa innanzitutto importante ed eticamente corretto investigare la natura della richiesta, soprattutto per quanto attiene la *motivazione* del cliente.

Cosa vuole veramente? Cosa lo spinge a chiedere aiuto? E, soprattutto nel caso di istituzioni invianti, qual è il livello di motivazione dell'inviato? Vuole veramente cambiare? Quale ruolo si assegna nel risolvere i suoi problemi?

Ma soprattutto, è sufficiente la mera dichiarazione di un consenso o è necessaria una motivazione veramente autentica per dare inizio ad una relazione di counseling (Spinsanti, 1998)?

Per rispondere a tali quesiti, occorre inoltre tener presenti le molteplici e differenti situazioni legate alla richiesta: dall'età del cliente (adulto o minorenne), all'inviante (parente o istituzione), alla natura del disagio dichiarato ecc.

L'impegno del counselor deve essere rivolto alla costruzione dell'alleanza con il cliente e la sua attenzione va nella direzione di non colludere con quelle situazioni in cui la motivazione al cambiamento è dell'altro (persona inviante o istituzione) e non del cliente.

Penso all'invio di figli da parte di genitori, o a chi opera in servizi sociali e che si trova di fronte clienti che sono nella evidente costrizione di dare il loro consenso all'intervento, ma anche a casi di

coniugi che chiedono di essere aiutati “perché la moglie o il marito li ha posti di fronte a un aut aut: o ti fai aiutare, o ti lascio”.

Cosa sceglie di fare il counselor di fronte a questo genere di richieste? Qual è lo spazio etico della sua scelta di presa in carico?

Nella pratica del counseling tende a prevalere l'indicazione che occorra rifiutare tutte quelle richieste che in un modo o nell'altro colludano con quanti esercitano una pressione, anche psicologica, sul cliente.

In tutte le altre situazioni è necessario che all'inizio ci sia almeno il *consenso* ad esserci del cliente, su cui viene formulato un primo contratto. In questo caso è buona cosa che il counselor stipuli con il cliente un contratto di motivazione all'intervento e all'individuazione del problema, che potrà solo in seguito trasformarsi, quando il cliente sarà sufficientemente motivato, in un contratto di cambiamento.

L'atteggiamento etico può essere in questa prospettiva da guida per il counselor, nell'ottica dell'evitamento di qualsiasi forma di manipolazione del cliente per carpirne il consenso all'intervento terapeutico.

Il vero contratto di counseling è infatti possibile solo quando il cliente si sia reso conto che vuole, ma soprattutto è possibile cambiare.

Dal punto di vista del counselor l'attenzione deve essere posta al discernimento tra la volontà di aiutare, moralmente valida in sé e per sé, e l'atteggiamento professionale, eticamente corretto solo se rispettoso dell'altro e della sua autodeterminazione a voler cambiare.

È importante altresì individuare prontamente anche le manipolazioni insite nella richiesta, i giochi psicologici sottesi alla domanda ed è eticamente corretto innanzitutto esserne consapevoli, quindi “pulire” la richiesta stessa, avviando un processo di decontaminazione.

In ogni caso il livello di manipolazione insito nella richiesta può essere in alcuni casi un buon motivo per non prendere in carico il cliente.

Intendo dire che è buona pratica etica valutare con attenzione quanto, come counselor, siamo consapevoli di entrare in quella specifica relazione fuori da giochi psicologici. La lettura del transfert

e del controtransfert ci aiuta a comprendere la nostra responsabilità verso il cliente.

È buona prassi per il counselor non accettare richieste che non comprende o rispetto alle quali si sente a disagio (ad esempio problematiche che non abbia risolto egli stesso).

Un altro elemento di lettura della richiesta riguarda *la natura del disagio*.

L'Analisi Transazionale norma molto chiaramente i confini dell'intervento di counseling, attraverso la distinzione tra psicoterapia e campi speciali e definisce contemporaneamente gli obiettivi del counseling.

Mi riferisco alla definizione di Counseling secondo l'EATA⁴.

“Il Counseling analitico transazionale è un'attività professionale all'interno di una relazione contrattuale. Il processo di counseling permette ai clienti e ai sistemi di clienti di sviluppare consapevolezza, opzioni e capacità di gestione dei problemi e dello sviluppo personale nella vita quotidiana, attraverso l'accrescere delle loro forze e risorse. Il campo del counseling è scelto dai quei professionisti che lavorano in ambiti sociopsicologici e culturali. Alcuni esempi sono: assistenza sociale, sanità, lavoro pastorale, prevenzione, mediazione, facilitazione di processo, lavoro multiculturale e attività umanitarie”

Tuttavia l'attenzione al campo di applicazione e ai confini dell'intervento è condizione necessaria, ma non sufficiente per una lettura etica della richiesta e per una eventuale presa in carico.

Esistono infatti situazioni “di confine” in cui è proprio l'atteggiamento etico del professionista a garantire la legittimità della richiesta.

Occorre un'attenta valutazione diagnostica per evitare di prendere in carico persone che dietro la richiesta dichiarata di risolvere un problema di natura relazionale o professionale, nascondono patologie che per la loro gravità non possono essere oggetto di un intervento di counseling.

In tale caso è necessario l'invio ad altro professionista (psichiatra o psicoterapeuta) che possieda le competenze necessarie alla soddisfazione del bisogno del cliente.

⁴ definizione di Counseling elaborata dall'EATA nel 1995

Uno dei principali atteggiamenti etici del counselor è infatti l'orientamento alla protezione del cliente, che deve poter fruire di interventi adeguati e competenti.

In quest'ottica appare eticamente necessario che il counselor possieda competenze diagnostiche adeguate per la lettura della richiesta e si sottoponga periodicamente a supervisioni da parte di colleghi senior o all'occorrenza di esperti in ambito psicoterapeutico o psichiatrico. In conclusione, la competenza professionale è condizione imprescindibile per una lettura etica della richiesta.

L'eticità del contratto

Il contratto, come si è detto, traccia i confini dell'intervento terapeutico.

In questo senso il contratto di setting dovrà chiarire al cliente cosa si può aspettare in termini di orario delle sedute, accordi economici, reperibilità, natura della relazione e dell'intervento: il counselor lavora su problemi di natura professionale o interpersonale e mira alla consapevolezza, da parte del cliente, delle proprie capacità di risolvere autonomamente il problema stesso.

Il contratto "terapeutico" di counseling si focalizza dunque sulla risoluzione del problema, attraverso la comprensione cognitiva e l'orientamento al problem solving e alla ricerca di opzioni da parte del cliente.

Il più delle volte i clienti non hanno ben chiari i confini e le finalità dell'intervento. Risulta perciò eticamente corretto informarli sulle caratteristiche del lavoro di counseling e soprattutto chiarire che il counselor è una sorta di facilitatore dell'autoesplorazione dell'altro. Ciò protegge il cliente dall'aspettativa magica che i suoi problemi saranno risolti dall'altro e dà una direzione precisa e chiara all'intervento.

In questo senso il contratto risponde all'esigenza etica di "ridare" all'altro la responsabilità personale delle sue soluzioni. Il counselor *"non gli fornirà risposte o soluzioni: piuttosto lo accompagnerà per un tratto di strada alla ricerca di opzioni, facilitando il ritrovamento in se stesso delle proprie risorse e competenze"*⁵.

⁵ Farina Rossi M., *Editoriale*, in Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze umane, n. 38-2003

La definizione del contesto terapeutico è secondo Cornell ⁶ il primo movimento etico nel processo di counseling e presupposto indispensabile per una collaborazione diagnostica, nel rispetto della filosofia del doppio okness: di un Io e Tu entrambi competenti che in una relazione bilaterale s'impegnano entrambi per la definizione del problema, per poi condividere, attraverso lo strumento del contratto, l'obiettivo comune verso il quale stanno andando.

Da un punto di vista etico il contratto e l'atteggiamento contrattuale "proteggono" le autonomie di entrambi i contraenti. In questo senso parlare di collaborazione diagnostica significa, a partire dalla richiesta, valutare insieme al cliente, attraverso una mutua collaborazione, qual è il problema che vuole affrontare, ma anche quali sono le sue modalità di gestire le difficoltà, conoscere le sue difese e anche individuare le sue risorse.

L'obiettivo contrattuale è definito da entrambe le parti in causa, proprio a valle di una diagnosi condivisa e partecipata, diagnosi che non vuole essere una etichetta che riduca l'altro ad oggetto, ma che si costruisca all'interno di una relazione in cui le competenze del counselor siano al servizio del cliente per aiutarlo ad individuare una possibile via d'uscita dal copione.

Da un punto di vista etico, fare diagnosi significa perciò rispettare l'unicità della persona all'interno di un processo relazionale, in cui si va a costruire una comprensione condivisa del mondo del cliente e del suo funzionamento: diagnosi "dinamica" e in continua trasformazione, all'interno di un rapporto in continua evoluzione.

La diagnosi, dunque, come il contratto, si fa in due e consiste in un processo interpersonale che è anche costruzione di un oggetto comune in cui si stabilisce un'alleanza e si definisce la direzione dell'intervento.

Da un punto di vista terapeutico, etico è dunque un contratto di counseling in cui, a partire da una diagnosi condivisa, sia specificato e condiviso quale sarà l'obiettivo e l'esito dell'intervento e come il risultato sarà un guadagno, un vantaggio per il benessere del cliente: contratto in continua evoluzione anch'esso, che può e

⁶ Cornell W.F., *"Definizione del contesto terapeutico: la prima seduta"*, in Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze umane, n.40-2003

deve essere modificato in itinere, qualora counselor e cliente ne percepiscano la necessità.

Ciò risponde innanzitutto all'assunto filosofico del doppio okness, ma soprattutto impegna entrambi, counselor e cliente, ad una condotta eticamente ispirata al principio della responsabilità personale: sarà il cliente a decidere cosa vuole cambiare e compito del counselor aiutarlo in questo processo con la sua competenza.

Il principio etico della responsabilità personale impegna inoltre entrambi a valutare, sulla base del contratto, i progressi effettuati ed evita quelle situazioni di "Counseling infinito", in cui cliente e counselor trascinano la loro relazione terapeutica in un processo interminabile, spesso creando e sostenendo relazioni di dipendenza. Nelle mie attività di supervisione ho talvolta incontrato counselors che assumevano all'interno della relazione terapeutica proprio quel ruolo copionale che il cliente aveva voluto assegnare loro.

Diagnosi condivisa e contratto costituiscono in quest'ottica una buona protezione per il counselor, eticamente impegnato a confrontare le sue ipotesi con quelle del cliente, nell'attenzione a non colludere con il suo quadro di riferimento copionale.

Anche il counselor possiede infatti un proprio quadro di riferimento ed esso sarà differente da quello del cliente. Fuori dalla condivisione della diagnosi e dal contratto il rischio è di assumere che le ipotesi del paziente siano come le sue, oppure di "imporre" in modo genitoriale i "suoi" obiettivi di cambiamento, come se fossero quelli desiderati dal cliente.

La funzione etica del contratto è proprio di impedire questo: nel confrontare le rispettive mappe vengono confrontate le rispettive ipotesi e "negoziati" gli obiettivi di cambiamento.

L'eticità del piano di trattamento e degli interventi

Come pianificare in senso etico un intervento di counseling?

Già si è detto dell'importanza del contratto come indicatore dell'obiettivo di cambiamento. Sarà il contratto stesso dunque a definire la direzione del piano di trattamento.

La deontologia professionale invita innanzitutto il counselor a rispettare la sostanziale differenza tra Counseling e Psicoterapia: il primo privilegia la dimensione interpersonale e l'attenzione al qui

ed ora, mentre la Psicoterapia lavora sui vissuti regressivi ed arcaici del là ed allora.

Ma al di là della distinzione dei campi, due sono le principali attenzioni etiche del counselor nella pianificazione di un piano di trattamento: la prima, come si è detto precedentemente, è l'etica della fiducia (Bond)⁷, che si traduce nella continua attenzione alla costruzione dell'*alleanza terapeutica*, la seconda è l'etica "dell'amore per la verità" (Cornell e Bonds-White)⁸, che si traduce in un'attenzione costante al processo terapeutico, dove il counselor regola attentamente gli interventi per ridare potere all'Adulto del cliente (*decontaminazione e insight*).

L'alleanza di lavoro è presupposto e insieme contenuto del piano di counseling. Si sviluppa a livello sociale nel contratto, il livello psicologico è quello dell'alleanza transferale.

Il counselor ha da mantenere il clima di holding insito nell'alleanza transferale, promovendo e mantenendo un clima di fiducia reciproca che consenta al lavoro di procedere. Non si tratta di mero sostegno empatico da parte del counselor. Troppo spesso anzi ho dovuto "correggere" negli allievi interventi terapeutici basati esclusivamente sulla comprensione empatica, ma privi di quell'impegno autentico ed onesto che consente di comprendere, fare ipotesi e verificarle insieme al cliente.

L'etica della fiducia presuppone la costruzione di relazioni di autentica reciprocità, tali da permettere ad entrambi i soggetti di esporsi nella vicinanza terapeutica. Solo all'interno di un rapporto di alleanza ispirato all'etica della fiducia, il counselor può "usare" il potere della sua competenza e il cliente "osare" di mostrare le proprie aree di vulnerabilità affidandosi.

È in questo contesto di reciproca fiducia che si sviluppa il piano di trattamento, basato sulla chiarezza dell'intervento, delle finalità e della prognosi.

L'etica dell' "amore della verità" significa per il counselor, come per il cliente, impegnarsi a una totale onestà intellettuale e professionale.

⁷ Bond T., "Intimità, rischio e reciprocità in psicoterapia; complesse sfide etiche", cit.

⁸ Cornell W. e Bonds F -White., "Vicinanza terapeutica in Analisi transazionale: la verità dell'amore o l'amore per la verità", in Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze umane n.38-2003

La potenza dell'intervento non consiste, come si è detto, nel fare sentire il cliente amato e compreso, ma nell'individuare, comprendere ed affrontare insieme le contaminazioni dell'Adulto, nell'ottica della decontaminazione e successiva stabilizzazione dello stesso.

Il piano di counseling ha come finalità, sia attraverso l'intervento educativo, che riabilitativo o altro, l'uscita dalle modalità ripetitive del copione. In tal senso il compito del counselor è quello di facilitare il cliente a riflettere sulle sue modalità relazionali e sul suo dialogo interno, in modo che egli stesso possa cambiare il suo modo di pensare e di agire.

Nella pianificazione del trattamento, l'atteggiamento del counselor risulta etico e congruente quando, attraverso la lettura della persona, delle transazioni, dei giochi, del sistema ricatto, del copione, formula un 'ipotesi di lavoro' e una 'prognosi realistica', che costituiranno il suo riferimento costante nell'individuazione degli interventi.

Come supervisore, la mia attenzione è sempre rivolta alla verifica di una lettura attenta e precisa del caso da parte del counselor: occorre che egli abbia individuato con chiarezza i problemi di base del cliente e si sia fatta un'idea di quale sia la "guarigione" possibile. Sarà infatti proprio la formulazione mentale della prognosi a costituire il contenimento etico degli interventi. Troppo spesso supervisiono allievi, anche attenti al rispecchiamento empatico e alla reciprocità, ma che sembrano "girare a vuoto": non seguono una direzione.

L'Analisi Transazionale applicata al Counseling offre un'indicazione precisa di intervento: la decontaminazione.

Berne, in "Principi di terapia di gruppo"⁹ illustra in modo chiaro le operazioni terapeutiche che costituiscono la tecnica dell'Analisi Transazionale. Applicate al Counseling, interrogazione, specificazione, confronto, spiegazione, mirano alla consapevolezza che il materiale ritenuto Adulto è in realtà appartenente al Genitore e al Bambino e contribuiscono al riallineamento dei confini degli Stati dell'Io; illustrazione e conferma ne rafforzano i confini.

Attenersi in modo attento e consapevole alle tecniche berniane risulta essere un approccio etico all'intervento terapeutico, in quan-

⁹ Berne E. (1966), *Principi di terapia di gruppo*, Astrolabio, Roma, 1986

to definisce con chiarezza come l'obiettivo del Counseling sia l'insight del cliente e la sua ridecisione cognitiva.

Potremmo affermare perciò che l'etica della guarigione passa attraverso l'approccio etico della decontaminazione: è etico l'atteggiamento di quel counselor che aiuta il cliente a cambiare i suoi modelli di pensiero, le sue difese, i suoi comportamenti, insomma il suo quadro di riferimento, quando questi costituiscono un limite al suo benessere o risultino inefficaci e lesivi per se stesso e per gli altri.

Eticità fra processo e guadagno

Quando il cliente decide di intraprendere un percorso di counseling vuole risolvere il suo problema, ottenere un guadagno per sé e per il suo benessere. Potremmo dire che vuole guarire.

Berne¹⁰ ha più volte sottolineato il concetto di guarigione, affermando che il compito del terapeuta era quello di guarire il paziente e non solo quello di "aiutarlo a fare progressi". In *"Ciao!"...E poi?*¹¹ descrive inoltre la guarigione come un'uscita dal copione. Berne ovviamente si riferiva al setting di Psicoterapia.

Ma quando parliamo di Counseling, cosa intendiamo esattamente per guarigione? Cosa possiamo ragionevolmente far nostro del discorso berniano? E ancora, cosa significa "cambiare" in un processo di counseling?

Hanno insegnato al counselor che il lavoro sul copione spetta all'ambito clinico¹², quindi sembrerebbe che la guarigione come uscita dal copione non sia un obiettivo specifico del campo consulenziale.

Non ne sono del tutto convinta. Se è vero e deontologicamente corretto che non appartiene al processo di counseling il lavoro regressivo, penso che compito del counselor sia sempre e comunque quello di "dirigere la barra" verso la fuoriuscita dal copione del cliente.

Ciò significa che è etico un approccio consulenziale che non ignori i vissuti arcaici, ma li riporti nel qui ed ora.

¹⁰ Berne E. (1961), *Analisi Transazionale e psicoterapia*, Astrolabio, Roma, 1971

¹¹ Berne E. (1972), *"Ciao!"...E poi?*, Bompiani, Milano, 1984.

¹² De Micheli M. (2007), *"Come tracciare il confine educativo organizzativo e sociale attraverso i modelli dell'Analisi Transazionale"*, in *Quaderni di Counseling*, J.E.R, Genova, n. 5/6, 2006-2007

Ogni intervento di counseling, sia in ambito psicologico, che nei setting organizzativi, educativi o sociali, può e deve consentire alla persona un "controllo" del copione.

Lo stesso Berne¹³ afferma: "l'Analisi Transazionale non cerca di rendere migliore il paziente, quanto piuttosto di portarlo nella posizione in cui possa esercitare l'opzione Adulta di star meglio... tutto ciò che egli (il terapeuta) può fare è rendere possibile al paziente la scelta".

In questa luce, il processo di counseling aiuta il cliente a trovare opzioni e risorse più efficaci per uscire dal copione.

Qualsiasi intervento di counseling orienta la persona alla soluzione dei problemi invece che alla passività e come tale gli offre gli strumenti per un'uscita dal copione. Aver raggiunto un insight rispetto ai propri pattern ripetitivi copionali, ai giochi comunicativi messi in atto e aver deciso di cambiare le proprie modalità comportamentali (contratto di counseling) produce indiscutibilmente uno sviluppo delle potenzialità individuali.

La persona che in un percorso di counseling ha imparato a non svalutare e a non ridefinire, ha imparato ad agire in base alle sue risorse e competenze, invece che a mettere in atto le sue incapacità. Questo cambiamento, iniziato da un insight e da una ridecisione cognitiva, può continuare nel tempo e trasformarsi in un cambiamento di struttura profonda.

L'atteggiamento etico tra processo e guadagno nel counseling pone l'accento sul cambiamento come fenomeno di processo: ancora una volta un Io (il counselor) che facilita la soluzione di un problema specifico e un Tu (il cliente) che apprende nuove modalità di problem solving.

Come hanno scritto Stewart e Joines¹⁴ "la guarigione raramente è un evento che si verifica una volta per tutte. Molto più spesso la guarigione comporta l'imparare progressivamente ad esercitare nuove scelte".

Pur restando nei confini del counseling, dunque sembrerebbe possibile affermare che lavorare sulla gestione della crisi, sul miglio-

¹³ Berne E., *Principi*, cit.

¹⁴ Stewart I., Joines W. (1987), *l'Analisi Transazionale, Guida alla psicologia dei rapporti umani*, Garzanti, Milano, 1987

ramento delle capacità relazionali, sullo sviluppo delle risorse personali costituisca un contributo eticamente valido e potente per aiutare il cliente a “guarire”, nel senso di aver conquistato una maggior libertà di scelta.

Un guadagno che in ogni campo – educativo, organizzativo o altro – il cliente vuole ottenere è quello di avere relazioni più libere e conquistare un livello più elevato di autonomia, il che si può riassumere nella volontà di apprendere modalità maggiormente efficaci per soddisfare i propri bisogni, che siano di natura relazionale o professionale.

Nel corso del processo di counseling, egli manifesterà, proprio all’interno di quella relazione specifica, i suoi meccanismi copionali utilizzati per mantenere il proprio quadro di riferimento.

Mi è capitato più volte, in un percorso di counseling o di Psicoterapia, di valutare come alcuni disturbi emotivi o cognitivi del cliente nascano da situazioni simbiotiche non risolte.

Nel qui ed ora della relazione, sono soprattutto le transazioni di ridefinizione, le grandiosità, i comportamenti passivi e le svalutazioni il sintomo di un tentativo da parte del cliente di stabilire una simbiosi con il terapeuta o il counselor.

È mia convinzione che, non solo in ambito clinico, ma anche all’interno di un percorso di counseling, l’atteggiamento eticamente corretto per il counselor sia quello di confrontare il cliente ogni volta che mette in atto tentativi di stabilire una simbiosi.

La finalità del counseling è infatti quella di fornire una nuova esperienza al cliente, attraverso la quale possa comprendere cognitivamente la qualità dei suoi inviti simbiotici e trovare nuove opzioni per soddisfare i suoi bisogni.

L’eticità tra processo e guadagno impegna innanzitutto il counselor ad evitare egli stesso di stabilire relazioni simbiotiche con il cliente.

Se si accorge, attraverso la lettura dei fenomeni transferali e controtransferali, di aver instaurato una simbiosi, deve uscirne al più presto. Se non è in grado di farlo dovrebbe rinunciare all’intervento ed inviare il cliente ad un collega.

In ogni caso mantenere un atteggiamento etico all’interno del processo di counseling significa essere ben certi di non utilizzare quel cliente per la soddisfazione, anche se inconsapevole, dei propri bisogni.

Ancora una volta a stabilire l'eticità dell'intervento di counseling è il guadagno del cliente.

Marina Farina

BIBLIOGRAFIA

- BERNE E. (1961), *Analisi Transazionale e psicoterapia*, Astrolabio, Roma, 1971
- BERNE E. (1966), *Principi di terapia di gruppo*, Astrolabio, Roma, 1986
- BERNE E. (1972), *"Ciao!"...E poi?*, Bompiani, Milano, 1984
- BOND T., *"Intimità, rischio e reciprocità in psicoterapia; complesse sfide etiche"*, in Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze Umane n.47-48-2007
- CORNELL W.F., *"Definizione del contesto terapeutico: la prima seduta"*, in Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze umane, n.40-2003
- CORNELL W.F. E BONDS F. – WHITE, in "Transactional Analysis Journal", XXXI, 1, 2001 – trad. it. *"Vicinanza terapeutica in Analisi Transazionale: la verità dell'amore o l'amore per la verità"*, in Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze umane, n. 38-2003
- DE MICHELI M. (2007), *"Come tracciare il confine educativo organizzativo e sociale attraverso i modelli dell'Analisi Transazionale"*, in Quaderni di Counseling, J.E.R, Genova, n. 5/6, 2006-2007
- FARINA ROSSI M., *Editoriale*, in Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze umane, n 38-2003
- SPINSANTI S., *"La professione psicoterapeutica e il codice deontologico degli psicologi"*, in Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze Umane, n.25-1998
- STEWART I., JOINES W. (1987), *L'Analisi Transazionale, Guida alla psicologia dei rapporti umani*, Garzanti, Milano, 1987