

Vittorio Soana *

Il Counseling e la facilitazione della relazione: il progetto editoriale dei Quaderni

Abstract

Counseling and relationship facilitation: the publishing project of Quaderni di Counseling (Counseling Journal).

The uneasiness of contemporary society is connected with the increasing need for satisfactory relations.

After in-the-field observation, the writer draws attention to the need and urgency of help to the person in her relationship, in the various areas and forms throughout life. Counseling, as cross-disciplinary activity of relationship facilitation, can be the answer to this need.

A broad outline of the publishing project is given. Quaderni is meant to be the place for reflection, study and research on Counseling in its theoretical, methodological, technical and deontological aspects.

1. Perché i Quaderni di Counseling

L'idea di dare avvio alla pubblicazione dei Quaderni di Counseling è maturata all'interno di un duplice ordine di esperienza.

La prima è quella professionale di lavoro, formazione e supervisione nei vari ambiti del sociale, dal recupero di tossicodipendenti, al lavoro con minori difficili, coppie, genitori, famiglie e con operatori attivi negli ambiti dell'handicap e della salute mentale.

Questa esperienza, ormai ventennale, ha evidenziato la necessità di educare gli operatori a porsi in relazione con i differenti utenti ed il loro mondo ed a costruire relazioni facilitanti rispetto al compito ad essi assegnato; essa ha mostrato cioè l'esigenza di dotare chi opera di una competenza che definiamo di Counseling.

Una prima risposta a questa esigenza è stata la proposta di uno specifico percorso formativo, il nostro Corso di Counseling attivo dal 1985.

Oggi, anche al fine di tradurre i contributi di riflessione e di applicazione qui maturati, proponiamo alle persone impegnate in questi ambiti, questa rivista, come un possibile strumento di lavoro per meglio svolgere il proprio compito.

* Psicologo, Psicoterapeuta, direttore del Corso di Counseling di Jesuit Encounter Training

La seconda esperienza che ha portato alla nascita dei Quaderni di Counseling è quella, più generale, della lettura della realtà attuale: in essa si riscontra, infatti, con evidenza una parcellizzazione del tessuto sociale che scoraggia le possibilità di relazione tra le persone e crea all'uomo limitazione e disagio, fino a condizionarne negativamente le possibilità di identificazione.

Le stesse risposte che al disagio vengono offerte sono caratterizzate da uno specialismo che snatura la persona umana, frammentando le aree nelle quali la sua vita si esprime, anziché unificarle: per questo motivo, a fronte di una crescente offerta di rapporti specialistici rivolti a problemi specifici, cresce nell'uomo la difficoltà di identificarsi con se stesso e di dare una risposta effettiva ai propri bisogni.

Si delineano dunque oggi per l'uomo due bisogni fondamentali: il primo, fondante la persona stessa, è il bisogno di relazione; il secondo, che consegue dal primo, è il bisogno di vedere facilitate le proprie attività relazionali, soprattutto quando queste rappresentano una risposta professionale rivolta al proprio disagio.

Il Counseling si propone di rispondere a questi bisogni come attività di facilitazione nella dimensione relazionale e di mediazione nel passaggio di competenze.

Questa rivista si propone di sostenere operativamente chiunque, nella propria professione, così come nella propria esperienza di educatore o di semplice persona, intenda potenziare la propria competenza di Counseling.

2. Definizione e valenza del Counseling: considerazioni generali

Il nostro progetto editoriale fonda su alcuni assunti di base del Counseling, il cui sviluppo ed approfondimento e la cui traduzione operativa costituiscono l'ipotesi di lavoro sulla quale si snoderanno i vari numeri.

Ci sembra importante enunciare qui, in forma sintetica, le principali tra queste coordinate, al fine di rendere più comprensibile al lettore il nostro intento.

Affermiamo anzitutto che *proprium* del Counseling è la facilitazione della relazione e che la competenza specifica del Counselor è una competenza relazionale.

Riteniamo che l'esercizio sociale di questa competenza rivesta oggi un'importanza cruciale, in virtù della forza e dell'urgenza con le quali i bisogni sopra accennati si presentano.

In particolare, pensiamo che il Counseling possa costituire uno strumento importante là dove ci si proponga di sostenere l'uomo nel proprio crescere, nel tenere insieme la propria vita, nel trovare o nel ritrovare l'orientamento necessario a mantenersi positivamente in attaccamento. (1)

Crediamo si possa in questo senso parlare di una valenza esistenziale del Counseling là dove questo va a potenziare la modalità con cui l'uomo è in relazione con sé, con le cose, con la natura, con gli animali, con gli altri.

Potremmo dire infatti che la persona umana, nella sua esigenza di vivere, di cre-

scere, di svilupparsi, utilizza due grandi modalità, quella della curiosità e quella dello sperimentarsi in relazione.

L'uomo è nella attenzione verso se stesso, nella curiosità dei suoi pensieri, dei suoi gesti, della sua corporeità, del suo modo di agire e porge questa stessa comprensione di sé con il suo sguardo sulla natura in cui si immerge e in cui scopre le sue conoscenze.

Allo stesso modo egli stabilisce dei contatti, o le distanze dell'uso o della difesa, con tutti gli animali della terra, del cielo, del mare; nello stesso orizzonte e in modo più completo, egli vive lo sviluppo e la completezza nella relazione tra simili.

Questa ricerca, questa scoperta, questa curiosità mai del tutto corrisposta gli è perfettamente naturale ed è fonte non solo della sua sopravvivenza ma del suo esistere e del suo saper vivere.

La crisi si pone quando, nelle interfacce relazionali con se stesso, con la natura e con gli altri, emergono intoppi, rifiuti, semplici difficoltà di comprensione o reali menomazioni.

Allora il mondo aperto e infinito di possibilità assume tutte le variegate forme di difesa e di chiusura che la persona umana è capace di esprimere e di costruire. Alla primitiva ricerca di unità e di integrazione di esperienze sempre più multiformi e di ulteriori possibilità, seguono elementi di chiusura, con una sempre più intensa costruzione di mondi di difficile comprensione e di impossibile penetrazione.

Il fisiologico processo di sviluppo è ostacolato e si palesa un bisogno di aiuto. Questa esigenza trova nella facilitazione della relazione la sua possibilità di risposta: la acquisizione, all'interno di un rapporto facilitante, di una più chiara comprensione di sé e la conseguente strutturazione di una sempre più precisa modalità di relazione con se stesso e con le diverse entità con cui è in contatto, permettono al soggetto, infatti, una più facile identificazione, una migliore integrazione delle aree della propria vita, ovvero, in una parola, la sua crescita. Aiutare una persona a stare in questo processo in modo adeguato e a ritrovare gli elementi propositivi e positivi dello stesso, per il raggiungimento di un maggiore benessere è lo specifico esistenziale del Counseling ed è l'essenza della sua valenza pratica.

Là dove le chiusure relazionali sciolgono i loro legami e si aprono, la persona ritrova infatti se stessa ed il suo bisogno emerge nella sua autenticità e moltiplica le proprie possibilità di incontrare la risposta attesa.

E' allora che il Counseling mostra questa valenza pratica laddove consente, nella vita quotidiana, l'incontro tra i bisogni dell'uomo e le risposte ad essi, che sono date grazie al passaggio di competenze specifiche.

Se sul piano esistenziale il Counseling è il luogo in cui, attraverso una relazione positiva e nutriente, la persona emerge a se stessa ed ottiene o recupera il benessere e l'orientamento momentaneamente assenti, sul piano pratico esso è la dimensione in cui, attraverso l'elemento strutturante della relazione, l'incontro tra il bisogno dell'uomo e la risposta ad esso è reso possibile. (2)

Grazie alla propria competenza relazionale, colui che agisce come Counselor può affiancare la persona nella fase di chiarimento a se stessa e di esplicitazione del bisogno e supportarla nella individuazione della adeguata risposta ad essa.

3. Counseling: prospettive di studio e di ricerca

Come già accennato, questa visione della relazione, e del Counseling come facilitazione di essa, assume per noi la valenza di un programma da esplicitare, sviluppare ed approfondire nel nostro futuro lavoro editoriale.

Molti sono infatti i percorsi di riflessione che si aprono a partire da essa e sui quali si snoderà il nostro progetto di ricerca. Ne proponiamo qui di seguito alcuni, in estrema sintesi.

Counseling, professionalità e formazione

Se la relazione è l'elemento di struttura su cui poggia ogni passaggio di competenze, la competenza relazionale è trasversale ad ogni attività professionale che preveda questo passaggio.

Se l'instaurarsi della relazione è condizione affinché il passaggio di competenze avvenga, l'attività di Counseling precede logicamente e cronologicamente l'attività professionale specifica, ponendosi come condizione per la sua efficacia.

La pratica del Counseling non può essere quindi confusa con altre competenze o data per scontata: la facilitazione della relazione costituisce a nostro avviso una dimensione professionale specifica sia quando esercitata in modo esclusivo (il Counselor) che in associazione ad altre professionalità

La abilità nel Counseling entra quindi tra le competenze-base, e pertanto nella formazione, di tutte le professioni che si presentino come un passaggio di competenze all'interno di una relazione: essa va esplorata nei suoi aspetti teorici, esplicitata nella sua componente metodologica, chiarita nei suoi aspetti tecnici, approfondita nei suoi risvolti deontologici.

Unità ed articolazioni del Counseling

Pur mantenendo una definizione unitaria, il Counseling si articola al proprio interno in relazione alle aree della vita in cui l'uomo agisce e/o delle professionalità altre con le quali interagisce.

In particolare, poiché la relazione tocca tutte le aree della vita della persona, il Counseling potrà specializzarsi in riferimento ad esse, articolandosi in ambiti.

Avremo dunque ad esempio:

- un Counseling Educativo, che costruisce relazioni atte a promuovere l'apprendimento, aprendo la persona agli stimoli del proprio sistema formativo;
- un Counseling del Lavoro, nel quale la relazione è orientata a consentire nella persona la maturazione nella propria generatività nel produrre;
- un Counseling Sociale, in cui la relazione è luogo di ritrovamento della propria dimensione sociale e di superamento del proprio momentaneo disagio;
- un Counseling dell'Affettività, orientato a creare, all'interno di una relazione, le condizioni di sicurezza, intimità ed apertura necessarie alla persona per orientarsi e/o preliminari ad un successivo lavoro psicoterapeutico sul profondo;
- un Counseling della Sfera dei Significati, nel quale la relazione crea apertura al conferimento di senso, al rapporto con la norma e la giustizia, al trascendente.

Inoltre, poiché tutte le diverse attività professionali centrate sull'uomo ed i suoi bisogni, poggiano, per potere esprimere la propria azione, sulla costruzione di una relazione, esso potrà specializzarsi in rapporto a queste ed interagire sinergicamente con le competenze professionali specifiche possedute dagli operatori: avremo dunque un Counseling della formazione, del servizio sociale e di ogni disciplina che poggi su un tessuto relazionale.

Tutte queste articolazioni interne possono essere oggetto di una attenzione specifica e rivelarsi fonte inesauribile di spunti di lavoro e di riflessione.

Universalità della relazione e multiculturalità nel Counseling

Se il bisogno di relazione è universale, la competenza relazionale ha una valenza universale, ancorché declinata tenendo conto dei diversi contesti (culturali, sociali...). La società multiculturale confronta il Counseling sulla propria capacità di risposta ai bisogni da essa posti e chiama alla sperimentazione ed alla ricerca.

Counseling e armonizzazione degli approcci specialistici

Abbiamo rilevato come il bisogno di Counseling origini oggi anche dalle conseguenze sociali di una tendenza di molte professionalità a rispondere settorialmente ai bisogni dell'uomo, senza considerarne l'unità ed allontanandosi da una dimensione di naturalità: il Counseling, nel suo intento e nella sua metodologia, pone al contrario al centro della propria attenzione la persona, il suo bisogno e la sua realtà. Da questi muove poi per identificare bisogni specifici, che potranno essere soddisfatti con il ricorso a professionalità specialistiche.

Riteniamo che, proprio perché luogo comune a tutte le discipline, il mondo del Counseling, e la ricerca ad esso collegata, possano svolgere un'importante fun-

zione di stimolo ad una sempre maggiore interazione ed armonizzazione degli approcci specialistici, in vista di una migliore risposta ai bisogni dell'uomo.

I Quaderni di Counseling: la scelta metodologica dell'impianto

Abbiamo scelto di strutturare ogni numero dei Quaderni di Counseling in quattro sezioni, dedicate rispettivamente ad una riflessione teorica, ad una esplicitazione metodologica, ad una proposta di tipo tecnico-esperienziale ed una chiarificazione degli aspetti deontologici del tema prescelto.

Alla base di questa scelta vi è, ancora una volta, la nostra esperienza di formazione e di supervisione. Essa ha infatti evidenziato il forte bisogno degli operatori, di disporre di tecniche sempre più efficaci, per potere centrare gli obiettivi dei loro interventi.

E' nostra opinione che questa valida esigenza possa essere soddisfatta in modo pieno, solo qualora si fornisca, accanto all'elemento tecnico, un impianto metodologico ed una riflessione teorica che garantiscano all'operatore piena padronanza e autonomia nell'uso dello strumento. Una riflessione di tipo deontologico sugli aspetti tecnici presi in considerazione garantisce poi completezza all'apprendimento, favorendo la consapevolezza dei significati collegati alle proprie azioni professionali.

Quello che al lettore si presenterà quindi come un impianto didattico di tipo deduttivo (dalla teoria alla tecnica) deriva in realtà dal processo induttivo di risistemazione dell'esperienza nelle sue forme teoreticamente e metodologicamente più adeguate, realizzato dagli autori e dalla redazione: lasciamo alla esigenza specifica di chi legge la scelta della chiave di lettura più rispondente alle proprie necessità.

Note

(1) Il termine attaccamento viene qui inteso nella accezione proposta da Maria Teresa Romanini, nel momento in cui ne definisce il bisogno come "la necessità esistenziale di un rapporto paritario affettivo e cognitivo con l'altro della propria specie." (ROMANINI M.T., "Le basi teoriche dell'Analisi Transazionale" (1990) in *Costruirsi persona*, Milano, La Vita Felice, 1999, p.138)

(2) In questo senso, l'attività del Counselor si distingue, a nostro avviso, in modo netto da quella del teorico della comunicazione o dello psicoterapeuta.

Il tema è oggi oggetto di un'ampia riflessione che non possiamo né vogliamo qui esaurire: ci limitiamo ad enunciare la nostra posizione, i cui termini ci proponiamo di argomentare nel corso del nostro lavoro editoriale.

Riteniamo che il Counseling possa mutuare dalla teoria della comunicazione e dalla psicoterapia molti strumenti di lettura ma che abbia un *focus* radicalmente differente. Esso infatti assume la relazione come tratto fondante la natura umana e ne ha a cuore la cura, ma né esaurisce la relazione nella comunicazione, né identifica tout court la competenza relazionale con la capacità di costruzione di un intervento finalizzato al cambiamento personale.

Rispetto alla teoria della comunicazione quindi, il Counseling considera la relazione un *proprium* non riducibile alla comunicazione stessa: il bisogno di relazione è considerato, infatti, distinto ed originario rispetto al bisogno di comunicazione poiché ontologicamente fondante l'uomo come tale e la comunicazione è vista come un elemento, strumentale della relazione, relativo all'ambito dei linguaggi.

Rispetto alla psicoterapia, il Counselor vive la costruzione della relazione come un *proprium* non identificabile con la costruzione di un intervento psicoterapeutico, il cui *locus* è invece, come accennato, sullo sviluppo di un intervento per il cambiamento personale.

Nella misura in cui un intervento psicoterapeutico efficace presuppone una presa di contatto con la persona, nella sua realtà e con il suo problema, e la costruzione di una buona relazione, la azione psicoterapeutica presuppone una azione di Counseling. Ciò apre uno spazio ampio di interazione tra i due mondi, ad esempio nell'ambito della formazione degli psicoterapeuti, nei quali le competenze possono sommarsi, o in contesti di lavoro in équipe, ove esse possono essere distribuite su più figure professionali: nella nostra visione essi vanno tuttavia tenuti distinti e considerati oggetto di attenzioni specifiche.

Anche là infatti dove quello di Counseling si configura come un intervento esso riguarda il superamento ad opera della persona, all'interno della relazione di aiuto, di una propria momentanea impasse relazionale e non entra nella sfera del cambiamento strutturale della persona.

“Nell'esperienza dell'essere amata e dell'amare, la persona trova in sé le risorse per vivere una relazione di scambio, condivisione, partecipazione, nel momento in cui queste le vengono riconosciute da colui che la sostiene, nell'aiuto.”