

# *Il counseling nel suo processo*

ABSTRACT

## *Counseling in its process*

*The aim of this article is to provide systematization of the counseling process. Identification of the four stages of the relationship process is the first step. The stages are articulated into a succession of twelve elements.*

*The process element, the interrelation of the stages, has been worked out in its experimental dynamic.*

L'obiettivo che l'autore si è dato nello scrivere questo articolo è stato quello di costruire una sorta di 'sistematizzazione' della materia dell'operatività del counseling.

Nella prima sistematizzazione vengono individuate le quattro fasi o passaggi nel processo dell'intervento di counseling, ovvero:

- *la domanda*
- *l'accordo*
- *la programmazione*
- *l'attività.*

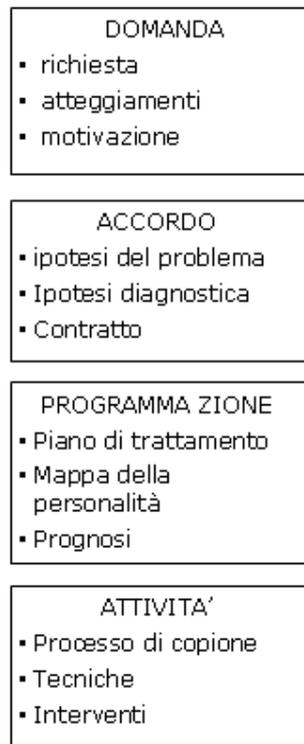
Per *domanda* si intende la prima fase dell'incontro.

Nell'*accordo* si situa la prima definizione del lavoro che si sta avviando.

Durante la *programmazione* si pianifica il lavoro in cui verranno inseriti gli interventi.

L'*attività* è l'insieme degli specifici interventi che vengono attuati.

Questa prima suddivisione, che è la più semplice, legata alla concretezza dell'operatività, ha al suo interno una serie di altre possibili sotto indicazioni:



*Schema 1. Le fasi*

Nel momento in cui si approfondisce la prima fase della richiesta, si aprono tre piani di lavoro:

- *il piano dell'osservazione*
- *il piano dell'intervento*
- *il piano del risultato.*

Il primo è legato al counselor, il secondo ha come centro l'interazione counselor-cliente e, nel terzo, è l'esigenza del cliente che deve essere tenuta in attenta considerazione:



*Schema 2. I piani*

In ogni fase del processo di counseling i tre piani sono sempre presenti : le tappe e gli stadi che in ciascuno si percorrono devono essere contemporaneamente tenuti in considerazione e sistematicamente sottoposti a verifica.

Un quarto piano va aggiunto a questi tre: quello *degli obiettivi*.

Questo attraversa contemporaneamente gli altri; in sua assenza l'intero processo di counseling sarebbe senza fondamenta, poiché questo dà i confini del lavoro, fase per fase.



Schema 3. Il piano degli obiettivi

## IL PIANO DELL'OSSERVAZIONE

Nelle pagine seguenti si trova una riflessione su ciascuna delle quattro fasi in cui è articolato il *piano dell'osservazione*.

Il *piano dell'intervento* e il *piano del risultato* saranno oggetto di articoli seguenti.

Prima di entrare nel merito occorre puntualizzare l'obiettivo di ogni fase.

Nella fase della domanda l'obiettivo è la costruzione dell'alleanza che offre anche il primo risultato alla persona per la protezione che ne riceve.

Nella fase dell'accordo l'obiettivo è la costruzione del contratto<sup>1</sup>.

Nella terza fase l'obiettivo è la definizione del *Piano di Trattamento* in ordine alla richiesta che è stata fatta.

Nella quarta fase l'obiettivo è la realizzazione della richiesta.

<sup>1</sup> Loomis M., "Contracting for change", in T:A:J XII,1982,p.51-55

## A. LA DOMANDA

Che cosa avviene nella prima fase?

Mentre il counselor è in attenzione alla richiesta, e, quindi, si muove sul piano dell'osservazione, contemporaneamente, svolgendo la chiarificazione della stessa, nella comprensione o nella chiarificazione del problema, attua dei primi interventi; per esempio agisce l'accoglienza, sta nell'attenzione e nell'ascolto della persona.

Essendo contemporaneamente in questi due piani - quello dell'osservazione e quello dell'intervento - egli facilita il cliente ad avere un primo risultato, che è o una maggiore chiarificazione della richiesta o una maggiore chiarificazione del problema.

In questa prima relazione con il cliente, legata alla sua richiesta e alla sua presentazione del problema, il counselor si trova di fronte una manifestazione della persona che raccoglierà in modo più preciso successivamente, ma sarà in grado, da subito, di cogliere l'*atteggiamento*<sup>2</sup> che la persona ha rispetto al problema e alla richiesta.

L' *atteggiamento* della persona fornisce indizi rispetto alla motivazione ad affrontare il problema e la *modalità* di relazione con cui la persona si situa davanti al counselor influenzerà lo svolgimento del lavoro di counseling.

Nella prima fase la persona porta nella sua richiesta il problema e, proprio perché si sta costruendo l'alleanza, il counselor deve verificare la sua motivazione e i suoi atteggiamenti.

La terna della prima fase è dunque: *richiesta, atteggiamenti, motivazione*.



4. Schema della domanda

È utile a questo punto fare una considerazione di fondo: è evidente che in ogni momento sono presenti contemporaneamente tutti gli elementi: la motivazione,

<sup>2</sup> Cencini A., Manenti A., Psicologia e formazione, EDB, 1985 (12° 1997) p. 68-83

la richiesta, gli atteggiamenti, la prima ipotesi diagnostica, il problema, la prima forma di contratto, come pure una gradualità del contratto, una gradualità di chiarificazione del problema e dell'ipotesi diagnostica e una gradualità dei primi interventi.

Tutto questo è qui orientato alla costruzione dell'alleanza .

Nella seconda fase gli stessi elementi saranno orientati alla definizione del contratto.

L'intervento propriamente detto avverrà successivamente, anche se si è già cominciato a farlo, così come l'ipotesi diagnostica sarà successiva, anche se il counselor ha già cominciato a ipotizzare una prima indicazione diagnostica, a partire dalla richiesta della persona e dal problema presentato.

È importante anche aggiungere a tutto questo un altro punto di attenzione: tutto questo processo è orientato a obiettivi specifici, propri di ciascuna fase o tappa del processo di counseling.

Come è già stato sottolineato, nella prima fase l'obiettivo è costruire l'alleanza; per questo si dovrà valutare se:

- è possibile iniziare un lavoro con questa persona
- c'è una motivazione sufficiente
- fino a che punto si potrà continuare e dove si andrà
- è possibile entrare in alleanza

Questo è il primo orizzonte.

In questa prima fase in cui si svolge l'intervento, la persona avrà il suo risultato e il counselor procederà per il raggiungimento di alcuni obiettivi.

## B. L'ACCORDO

La persona porta un problema e, fin dai primi colloqui, mentre sta costruendo l'alleanza, il counselor formula una prima analisi e un'ipotesi diagnostica.

Nella seconda fase si deve far sì che questi due aspetti siano ulteriormente chiarificati.

Queste chiarificazioni permettono di fare il contratto appropriato

La terna della seconda fase è dunque: *ipotesi del problema, ipotesi diagnostica, contratto.*



5. Schema dell'accordo

*Se, per esempio, una persona sta vivendo l'assedio di tutti coloro che le vogliono fare del male, il problema che porta al counselor è la sua mania di persecuzione.*

*Quale è l'ipotesi diagnostica? Da dove nasce questo problema? Da dove ha origine?*

*La richiesta espressa è: "Voglio uscire da questo dolore".*

*Accogliendo questa richiesta il counselor deve verificare la motivazione.*

*L'atteggiamento rilevato è che il cliente racconta la realtà in modo 'virtuale', come se 'navigasse nell'aria'.*

*Quale è il contratto possibile rispetto alla richiesta?*

*Per il counselor c'è il rischio di cadere nella connivenza con il suo 'essere Vittima', o, all'opposto, nella connivenza con i suoi 'Persecutori'.*

È essenziale chiarire quale è il problema, fuori dalla confusione, e, da qui, fare un'ipotesi diagnostica per vedere da dove nasce il disagio.

*Ecco un altro esempio:*

*Un uomo quarantenne al primo colloquio dice:*

*"Sto troppo male, vivo un disagio troppo grande, non posso più vivere così, ma non mi deve chiedere di separarmi dal mio attuale compagno".*

*La richiesta è di essere aiutato ad uscire da un disagio profondo. La motivazione è stata verificata. L'atteggiamento è quello di una persona che sembra molto attiva, ma, nella realtà, è molto sottomessa.*

*Che tipo di contratto si può fare? E' visibile come il suo attuale compagno, molto più giovane di lui, lo metta in confusione, ma, se il counselor gli chiede di allontanarlo, entra nel ruolo del 'Persecutore'; se non gli chiede di lasciarlo, entra nella connivenza. Avendo concordato che questo rapporto non sia preso in considerazione, il rischio è che il counselor sia connivente, se il cliente non affronta il disagio. In questo caso la chiarificazione rispetto al contratto sarà dunque: "Tu mi hai chiesto di uscire dal malessere; va bene, lavoriamo sull'uscita dal malessere; la decisione di stare o non stare con il tuo compagno sarà la tua; io rispondo alla tua richiesta e lavoreremo su quello che emergerà".*

*"Ti aiuterò a riconoscere gli elementi che ti procurano disagio":* questo è il primo contratto proposto nell'esempio descritto, e questo è, nella maggioranza dei casi, il primo contratto possibile.

Da questo primo contratto, necessariamente generale, nasceranno tutte le specificazioni successive dello stesso.

Nella seconda fase si deve chiarificare il problema, che, di solito, non è mai chiaro all'inizio; infatti, può essere definita la problematica, ma molto raramente è chiaro da subito il problema e, soprattutto, non sono chiare da subito le cause da cui ha origine.

*Dopo alcuni incontri il counselor è riuscito a cogliere che volere la relazione omosessuale non rispondeva al bisogno di identità sessuale della persona. Nel tempo è emerso che il problema di fondo era una 'sfida', non tanto verso l'autorità maschile, ma verso la madre. La sua decisione era: "Tu vuoi introdurti troppo nella mia vita e io ti metto fuori, ti escludo dalla mia vita, scappo dalle relazioni femminili e vado nel mondo degli uomini".*

*Nei fatti la persona verifica che nel mondo omosessuale non ha soddisfazioni e che sta molto meglio nella relazione con una donna. Dopo altri colloqui e progressive chiarificazioni è emerso che in questa persona era presente una realtà di relazione non chiarita con la propria madre.*

*La chiarificazione del problema e l'ipotesi diagnostica conseguente cioè la relazione non chiarita con la madre, fanno emergere una sfida su più fronti.*

*Nel susseguirsi di chiarificazioni del problema e delle ipotesi diagnostiche sottostanti, attraverso una attenta supervisione, è emersa questa chiarificazione.*

*La difficoltà iniziale del counselor a leggere tutto questo era stata determinata anche dal fatto che questa persona è stata sposata per dodici anni e ha due figli.*

*L'ipotesi diagnostica più semplice sembrava essere: la persona ha necessità di accettare la scoperta della sua nuova identità sessuale. Nella realtà la persona stava compiendo questa scelta sessuale in una dimensione di sfida.*

*Nella prima battuta del primo colloquio: "Non mi chieda di lasciare il mio compagno..." c'era la paura di lasciare un affetto che rispondeva a sicurezza, ma, contemporaneamente c'era una sfida.*

*Per bloccare la finale tragica di copione e verificare la motivazione a lavorare insieme, la richiesta iniziale del counselor è stata: "Tu e il tuo compagno fate il test per l'HIV, per la tua sicurezza fisica".*

*Da questo primo accordo si è partiti per definire meglio il problema; l'ipotesi del trattamento non è stata quindi di "lavorare sull'identità sessuale", come poteva sembrare in un primo momento, ma di orientare il lavoro alla "separazione simbiotica", ipotizzando l'invio alla psicoterapia.*

*La scelta di stare bene richiede infatti di imparare a "separarsi" ; da qui la riformulazione del contratto: "E' vero che gli altri sono intrusivi nella tua vita, ma tu puoi imparare a 'separarti'; lavoriamo su questo".*

La costruzione del contratto può richiedere un lungo percorso, ma se si definisce bene il problema, si può definire bene il contratto che esprime l'obiettivo che si vuole raggiungere insieme.

### C. LA PROGRAMMAZIONE

Si passa ora alla terza fase, quella della *programmazione*.



#### 6. Schema della programmazione

*Nell'esempio sopra riportato le tre richieste: "Vai a fare le analisi per l'HIV", "Mantieni il tuo lavoro", "Presta attenzione a come usi il denaro; decidi tu come usare al meglio i tuoi guadagni, perché non puoi spendere di più di quello che guadagni" sono interventi volti al raggiungimento di obiettivi definiti, in una sottospecificazione del contratto iniziale di salvaguardia della propria salute fisica e del proprio benessere di base.*

*Si tratta di presupposti necessari per proseguire il lavoro di counseling di uscita dalla situazione di disagio. Fare tutto questo significa affermare: "In questo ambito di vita nessun altro può entrare; sei tu che puoi darti sicurezza". In questo modo si lavora già sul problema, si cominciano a creare 'separazioni'.*

*Che cosa emerge da subito?*

*Finché si resta su questo piano la persona agisce, dimostrando di essere fondamentalmente sana. Quando però emerge la dimensione emotiva, l'equilibrio salta, la persona beve troppo alcool, rischia*

*incidenti, rischia di prendere malattie veneree per frequentazioni promiscue e su tutto questo è necessario il 'contenimento'.*

*A questo punto comincia a chiarirsi ulteriormente il problema, l'ipotesi diagnostica si affina e le informazioni cominciano ad arrivare in modo più 'pulito'.*

Per entrare nella fase della programmazione è necessario che tutti gli elementi precedentemente emersi nei colloqui con il cliente siano attentamente codificati perché non vadano persi.

Ci sono una serie di informazioni che vanno puntualmente memorizzate e che, a questo punto del percorso, si possono precisare e meglio definire.

Nel fare questo si costruisce *la mappa<sup>3</sup> della personalità*.

In realtà la mappa della personalità, in alcuni suoi elementi, può essere composta fin dal primo colloquio e fin dalla prima fase. Sicuramente, nell'individuare l'ipotesi del problema e l'ipotesi diagnostica, il counselor ha investigato molti più fattori rispetto a quelli enunciati, riguardo la problematicità della persona e della sua storia che si possono precisare nelle otto aree della vita.<sup>4</sup> Il metodo ottimale per il counselor è quello di compilare sistematicamente la mappa man mano che gli elementi emergono.

Non si sta qui dicendo che la terza fase è il momento sequenziale della compilazione della *mappa della personalità* e della stesura del *piano di trattamento*, infatti, già precedentemente, sono state fatte delle domande e sono stati definiti elementi di trattamento; ma si sta dicendo che sorge l'esigenza di fare un punto di chiarezza nel percorso, attraverso il completamento della mappatura della personalità del cliente, in funzione di una maggiore memoria delle azioni di intervento che si stanno effettuando, per avere più chiarezza sul piano di trattamento iniziato e ora pienamente in corso.

*Nell'esempio precedente, dati gli elementi di squilibrio che emergevano dal punto di vista emotivo, al cliente è stato suggerito di fare una visita neurologica e il neurologo gli ha consigliato di assumere dei farmaci di contenimento. C'è quindi anche una prescrizione farmacologica che la persona segue e fin dall'inizio l'ipotesi diagnostica è stata mantenuta. Dopo qualche mese il cliente ha riportato che il neurologo gli aveva ridotto il dosaggio dei farmaci in relazione al suo stato di benessere; inoltre, solo in due occasioni era ritornato a bere in modo smodato e questo per sfuggire la scelta tra andare con una donna o con un uomo.*

---

<sup>3</sup> Romanini M.T., Principi nelle Pelli dei Rospì , in AT Rivista Italiana di metodologie psicoterapeutiche e Analisi Transazionale, anno III° , 1983, N. 4, p. 7 / 24

<sup>4</sup> Emilio Said Diaz de la Vega e Gloria G. Noriega Gayol, "Psycho-Transactional Diagnosis Treatment", T.A. Journ., XI, 4, 1981, pp. 330-332, Il Trattamento utilizzando la Diagnosi Transazionale, (trad. it. di Nella Borri), in AT Rivista Italiana di metodologie psicoterapeutiche e Analisi Transazionale, anno III° , 1983, N. 4, p. 91 / 93

*La persona ha ritrovato il rispetto di sé: va in palestra, si prende cura dei figli, segue puntualmente il lavoro.*

*Un risultato del piano di trattamento si può leggere nel cambiamento positivo di questa persona nel suo rapporto con i beni di consumo. Dal suo racconto emerge che anni addietro, nella sua dimensione di sfida, aveva comprato un potente e costoso fuoristrada che in una serata di alcool e di eccessi aveva completamente distrutto; successivamente aveva comprato un'auto usata per problemi economici, ma sempre di grossa cilindrata. Il cambiamento operativo visibile, che prova che il piano di trattamento sta procedendo, consiste nel fatto che ha sostituito la vecchia auto con un'auto nuova commisurata alle sue possibilità economiche, funzionale alle sue esigenze e non al desiderio di 'esibizione'.*

*Questo è stato fatto in serenità e tranquillità e ciò significa che c'è una parte di sé che il cliente sta lasciando cadere.*

Come si vede nella descrizione precedente, il *piano di trattamento* è già iniziato e continua a svolgersi, ma arriva il momento in cui tutto questo ha da essere con attenzione verificato e più chiaramente determinato.

La terza fase è già partita dal primo incontro, in tutti i suoi aspetti, ora è necessario fermarsi e preciserla, definirla, stenderla.

La stesura del piano di trattamento è opportuna, perché nel counseling si lavora per obiettivi e, dopo aver identificato il lavoro da compiere, attraverso l'ipotesi del problema e l'ipotesi diagnostica, è necessario precisare l'obiettivo del *piano di trattamento* con le strategie da usare .

Tale precisazione non significa definire una programmazione rigida, bensì avere chiarezza: il counseling richiede, espressamente, che sia tracciato il *piano di trattamento* che si prevede di svolgere per raggiungere un obiettivo concordato, per non lasciare che si compia secondo la casualità e l'improvvisazione delle richieste.

Precisare il *piano di trattamento* significa meglio individuare i contenuti che il counselor deve attivare perché la persona possa raggiungere il suo benessere e meglio rispondere al suo problema.

Nella terza fase attraverso il completamento della *mappa della personalità* con l'utilizzo degli elementi raccolti fin dall'inizio, la chiarezza del problema e della diagnosi e il contratto permettono di meglio precisare il piano di trattamento.

Questa fase, che si costruisce nel tempo, avviene in un momento preciso ed ha una struttura puntuale che si deve pianificare e compiere.

A questo si continuerà a fare riferimento, in una dimensione dinamica, fino alla fine del processo di counseling.

In questa dimensione il *piano dell'osservazione*, il *piano dell'intervento*, il *piano del risultato* e il *piano degli obiettivi* sono come focalizzati *ad unum*, in un determinato momento.

Con la precisazione del piano di trattamento, con la definizione degli elementi della mappa della personalità e la definizione dei passaggi da compiere è stato compiuto il *piano dell'osservazione*

Da un primo tempo, in cui l'intervento era legato alle sollecitazioni della richiesta, si passa al tempo dell'intervento mirato e chiarito.

Se si osserva il *piano del risultato*, si coglie che il cliente ha compiuto un percorso di riduzione degli elementi ansiogeni o di paura o di difficoltà, ha acquisito una prima percezione di benessere e *solo ora* ha una percezione della possibilità del cambiamento.

E' come se tutte le azioni, le osservazioni e gli interventi attuati finora fossero stati compiuti per arrivare al punto di svolta, al punto di snodo in cui è possibile cominciare a realizzare il cambiamento.

Di conseguenza il quarto piano, il *piano degli obiettivi*, diventa più puntuale perché è orientato all'uscita dal copione.

#### D. L'ATTIVITA'

Precisato il punto focale della definizione del piano di trattamento, inizia la quarta fase, quella dell'*attività*.

PIANO DELL' OSSERVAZIONE	PIANO DELL' INTERVENTO	PIANO DEL RISULTATO
<b>DOMANDA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• richiesta</li> <li>• atteggiamenti</li> <li>• motivazione</li> </ul>	<b>ACCOGLIENZA</b> <b>ATTENZIONE</b> <b>ASCOLTO</b>	Diminuzione dell'ansia <b>GUADAGNI</b>
<b>ACCORDO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ipotesi del problema</li> <li>• ipotesi diagnostica</li> <li>• contratto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• descrizione visiva</li> <li>• raccolta dati</li> <li>• indagine sulle 8 aree della vita</li> </ul> 1° lavoro di decontaminazione <b>(CONTRATTO)</b>	Prima percezione di benessere
<b>PROGRAMMAZIONE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• piano di trattamento</li> <li>• mappa della personalità</li> <li>• prognosi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Passività</li> <li>• Ruoli</li> <li>• Giochi</li> <li>• Racket</li> </ul> 2° lavoro di decontaminazione verifica dell'efficacia del piano di <b>TRATTAMENTO</b>	Prima percezione di possibilità
<b>ATTIVITA'</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• processo di copione</li> <li>• tecniche</li> <li>• interventi</li> </ul>	<b>USCITA</b> dal processo di copione verifica della <b>REALIZZAZIONE</b>	Apprendere a separarsi dai legami Comportamento autostima legami

### 7. Schema dell'attività

L'attività è già iniziata in tutte le fasi precedenti, anzi, ogni fase ha avuto una sua specifica attività.

Nella quarta fase, con la messa in evidenza del piano di trattamento, si fa emergere il *proprium* del processo di copione.

*Nell'esempio sopra utilizzato si era detto che poteva esserci il rischio di entrare nella connivenza col 'Persecutore' o con il 'Salvatore' se non si fosse definito con maggior chiarezza che il problema non era lasciare o allontanare il giovane compagno con cui la persona voleva stare, ma il vero lavoro era agire sul malessere. Fare questo è stato mantenersi fuori dal processo di copione.*

Fin dall'inizio dunque e per tutte le prime tre fasi, si lavora sul processo di copione, e, solo se si opera così, le linee di trattamento possono essere orientate in modo valido, ma l'intervento specifico appartiene alla quarta fase.

Il *proprium* della quarta fase è il lavoro sulle manifestazioni degli elementi di gioco psicologico e sul sistema di copione<sup>5</sup> che ora il cliente può osservare in modo più evidente.

Da questo punto di vista la quarta fase ha come *proprium* una scelta ordinata di tecniche opportune perché l'intervento orientato all'uscita dal blocco del copione sia attuato.

E' chiaro, e qui si vuole sottolinearlo, che anche nelle fasi precedenti si sono utilizzate delle tecniche, sia nella chiarificazione della richiesta piuttosto che nella definizione del contratto, e anche in precedenza il counselor ha fatto degli interventi, ma qui i termini *tecnica* e *intervento* sono utilizzati nello specifico di quello che è il *proprium* del lavoro rispetto al copione.

*Nell'esempio utilizzato, è stato interessante cogliere, in una verifica di follow up, come oggi la persona si stia occupando attivamente dei figli e si renda conto che il comportamento della moglie che ha lasciato non è così conflittuale e drammatico come l'ha vissuto nel momento di maggiore tensione, ma ne coliva anche tutti i limiti rispetto ai suoi bisogni di separazione da una simbiosi. Inoltre, quando oggi rivede alcune affermazioni di presenza della madre, le coglie come atteggiamenti di non comprensione di se stesso e di adattamento, riconoscendo i propri bisogni, senza cadere nella svalutazione di sé; il cliente è chiaro in questa progressione.*

*Rispetto a se stesso dice anche: "Sono emotivamente fragile, mi sento emotivamente fragile". La vera difficoltà che sta emergendo adesso, per cui tutto l'intervento va posto in questa direzione attraverso lo strumento dei riconoscimenti, è relativa alla sua debolezza emotiva che ha bisogno di grande contenimento e di grande protezione, attraverso un procedere graduale. Il counselor si domanda: "E' buono per lui andare in palestra per sentirsi bene e sentirsi più attraente per le ragazze?" Sì, certamente! E' meglio che riesca a fare quello che può fare nella situazione in cui è, visto che la situazione emotiva è di estrema fragilità.*

*Qui si procede verso l'uscita dal copione con interventi appropriati, ad esempio, in questo caso, attraverso quei riconoscimenti che gli permettono di affrontare la paura della separazione. Non può del tutto sganciarsi da una data realtà e dalle difficoltà che in essa vive, ma può farlo nella*

---

<sup>5</sup> O'Reilly-Knapp M. ., Erskine R. G., The Script System: An Unconscious Organization of Experience, *International Journal of Integrative Psychotherapy*, Vol 1, No 2 (2010)

*gradualità e nel mantenimento di una stabilità possibile oggi. E' un processo di intervento più graduale, più lungo ma che resta nella linea di uscita dal suo copione.*

Quindi il portare avanti l'attività è una azione più ampia che il counselor svolge con una caratteristica precisa: mentre si è orientati all'uscita dal copione e si sta lavorando dentro il processo di copione con interventi appropriati e tecniche adeguate, si deve tenere lo sguardo rivolto alla prima domanda e all'accordo stipulato.

È come se le prime tre fasi, che si sono chiarite e definite, permettessero, come nel procedere di una nave, di avere sempre presente una linea, una rotta che si sta tracciando e seguendo, di cui è opportuna una precisa osservazione.

Questo è il piano degli obiettivi.

Questa linea, questa rotta, può muoversi e modificarsi ma non può mai andare contro l'orizzonte degli obiettivi per cui si era partiti.

Questo è il senso della quarta fase: le prime tre sembrano superate, ma, nella realtà, esse sono quella linea iniziale del piano degli obiettivi che permette di mantenere l'orizzonte appropriato.

## I PIANI DEL PROCESSO DI COUNSELING

A questo punto è utile riprendere la visione iniziale sui tre piani del processo di counseling: il piano dell'osservazione, il piano dell'intervento, il piano del risultato.

Per esemplificare in che modo avviene l'interazione dei tre piani, si osservi la seconda fase, quella dell'accordo.

Nel concludere la seconda fase con il contratto, è come se si fosse portato a termine una prima osservazione che è la precisazione del rapporto bilaterale rispetto alla richiesta fatta all'inizio dal cliente.

Si può dire che il piano dell'osservazione delle prime due fasi permette di capire che cosa andranno a fare cliente e counselor e quello che sarà possibile fare insieme, attraverso il contratto.

In altre parole, la richiesta è sempre più ampia di quello che si può fare e le problematicità e le riflessioni diagnostiche sono sempre più profonde di quello che è il bisogno a cui si risponde nell'azione di counseling.

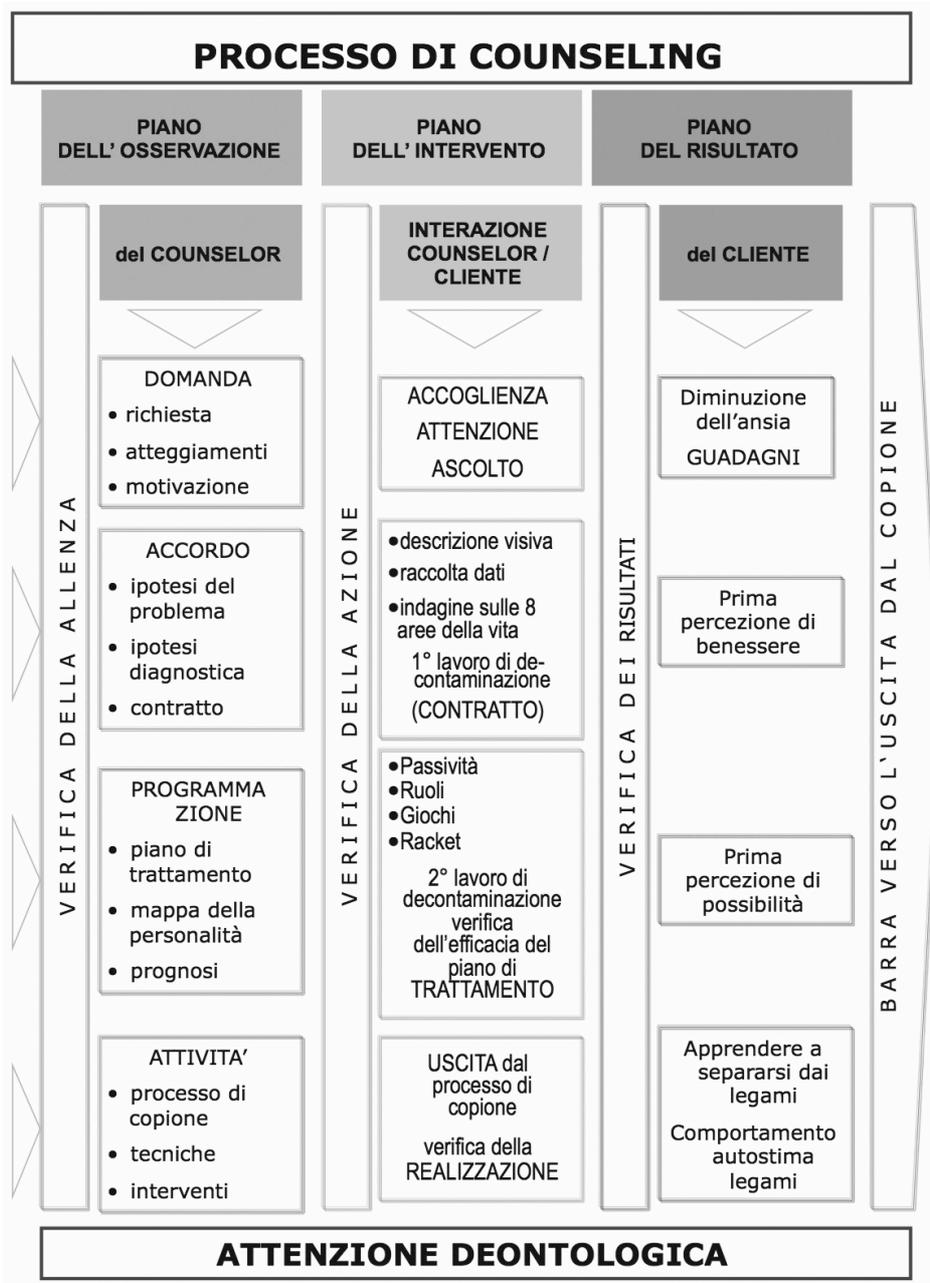
Quindi fare il contratto è compiere sul piano dell'osservazione quella "riduzione" del possibile, del fattibile, che determina, nella relazione con l'altro, la realizzazione del percorso concreto.

Per quanto riguarda il piano dell' *intervento*, si può dire che con il compimento del contratto si è fatta un'azione di intervento specifica, propria di ogni relazione di tipo psicologico; sul piano del *risultato* si è permesso alla persona di ricevere sollievo attraverso la percezione della reale possibilità di compiere un percorso per affrontare e risolvere le proprie difficoltà.

Sul piano degli *obiettivi*, l'aver definito e posto gli obiettivi del contratto permette la chiara delimitazione dei confini in cui counselor e cliente si muoveranno.

Nelle prime due fasi, l'ampiezza della richiesta, della problematicità e dell'aspetto diagnostico richiedono, sul *piano dell'osservazione*, di mantenere uno sguardo molto più ampio, alla ricerca di tutti gli elementi necessari alla chiarificazione del problema e della richiesta della persona per la definizione diagnostica.

Con la costruzione del contratto, il *piano degli obiettivi* si orienta a una dimensione di maggiore chiarezza e determinazione, da cui deriverà l'efficacia dell'intervento.



8. Schema del processo

## LA CONCLUSIONE DI UN PROCESSO DI COUNSELING

Riconsideriamo il punto di partenza e il punto di arrivo di un processo di counseling: il punto iniziale è la richiesta che la persona ci porta e il punto finale è l'uscita dal copione.

Per arrivare alla *conclusione* di questo percorso e di tutti i passaggi compiuti, un ultimo snodo si deve compiere, quello della *separazione*.

Dal momento iniziale della richiesta, definita nella prima fase della *domanda*, si avvia lo svolgersi di un incontro che va sempre più approfondendosi con la persona.

Nella richiesta si esprime e manifesta un bisogno in una situazione di disagio e la ricerca di una propria sanità.

Nella manifestazione del bisogno c'è il riconoscimento della necessità di un altro da sé che permetta di trovare, nell'incontro, specchio e aiuto.

La fase finale del processo ha come elementi propri, per la persona, la percezione di essere uscita dalla dimensione di difficoltà in cui si trovava all'inizio e la consapevolezza che questo lavoro è concluso.

C'è, inoltre, la consapevolezza che si potrebbero aprire altri aspetti e che questi non appartengono alla richiesta e al percorso fatto: nella propria vita possono esserci altri percorsi da fare.

In questo momento il cliente riconosce l'importanza che ha avuto l'altro per sé e, contemporaneamente, quanto sia stata importante ogni acquisizione che ha fatto da solo.

Questi due riconoscimenti, quello della necessità della presenza dell'altro e quello della necessità e importanza delle proprie capacità nello svolgimento del processo, permettono la separazione affettuosa e riconoscente in una conclusione che va a compiersi.

L'atto della separazione ha bisogno di avere un suo tempo proprio, per qualcuno più lungo, per qualcun altro più breve, a seconda del percorso compiuto.

In ogni caso la separazione deve compiersi con grande cura e senza alcuna fretta.

## Bibliografia

Cencini A., Manenti A., *Psicologia e formazione*, EDB, 1985 (12° 1997) p. 68-83

Loomis M., "Contracting for change", in *T:A:J* XII,1982,p.51-55

Romanini M.T.,Principi nelle Pelli dei Rospi , in *AT Rivista Italiana di metodologie psicoterapeutiche e Analisi Transazionale*, anno III° , 1983, N. 4, p. 7 / 24

Emilio Said Diaz de la Vega e Gloria G. Noriega Gayol, "Psycho-Transactional Diagnosis Treatment", *T.A. Journ.*, XI, 4, 1981, pp. 330-332,

O'Reilly-Knapp M. ,. Erskine R. G.,,The Script System: An Unconscious Organization of Experience, *International Journal of Integrative Psychotherapy*, Vol 1, No 2 (2010)