

# *Indice*

<i>Teoria</i>	GUIDO BONOMI <i>Counseling e tecniche: come utilizzarle nell'incontro con la soggettività dell'altro?</i>	3
<i>Metodologia</i>	VITTORIO SOANA <i>Il focus sull'altro nella relazione di counseling</i>	13
<i>Teoria</i>	MILLY DE MICHELI <i>L'elemento motivazionale nell'incontro con l'altro</i>	29
<i>Pratica</i>	SIMONETTA SPARAGO <i>Viaggio sul binario nove e tre quarti... Comunicazione e processo della relazione nel setting di Counseling</i>	41

Guido Bonomi

***Counseling e tecniche:  
come utilizzarle nell'incontro con la soggettività dell'altro?***

*L'autore si propone di definire, attraverso una riflessione di natura filosofica, chi è l'altro con cui il counselor entra in relazione e come può venire, all'interno di tale relazione, compreso. Obiettivo è evitare che l'utilizzo di tecniche da parte del counselor riduca l'altro da "soggetto da comprendere" a "oggetto da spiegare e da manipolare". La riflessione filosofica viene proposta per suscitare, in chi opera come counselor o come psicoterapeuta, quella consapevolezza critica che può preservare dalla tentazione dell'onnipotenza terapeutica e dall'illusione che le tecniche siano le chiavi che permettono di accedere al mondo dell'altro.*

# *Counseling e tecniche: come utilizzarle nell'incontro con la soggettività dell'altro?*

ABSTRACT

## ***Counseling Techniques: how they should be used to acknowledge the uniqueness of the person***

*The client is a "subject to be understood" not an "object to be explained or manipulated".*

*Starting from a philosophical reflection, the writer tries to describe who the person the counselor is in contact with is and how he can be understood.*

*The philosophical reflexion is suggested to arouse the critical awareness which can protect the counselor or the psychoterapist from therapeutic omnipotence and from the illusion that techniques are the key to approach the client's world.*

---

*«Il n'est pas d'objet plus profond, plus mystérieux, plus fécond, plus ténébreux, plus éblouissant qu'une fenêtre éclairée d'une chandelle. Ce qu'on peut voir au soleil est toujours moins intéressant que ce qui se passe derrière une vitre. Dans ce trou noir ou lumineux vit la vie, rêve la vie, souffre la vie.»*

*C. Baudelaire, «Le Spleen de Paris»*

*«Le forme estranee devono essere tanto più vive quanto più sono estranee.»*

*F. Holderlin, "Fondamento dell'«Empedocle»"*

## PREMESSA

Nei "Seminari di Zollikon" (1987) sono riportate le discussioni tenute da Heidegger, dal 1959 al 1969, con medici e psichiatri, intorno al problema del rapporto fra filosofia fenomenologica, esistenzialismo, psichiatria e psicoterapia. Il filosofo tedesco parte dal presupposto che le malattie psichiche debbono essere intese come disturbi dell'esistere, cioè come disturbo della capacità del soggetto di aprirsi al mondo e agli altri e sostiene che una psicoterapia guidata da una

tecnica perde di vista l'uomo, nella sua irriducibile essenzialità e, al massimo, può produrre un uomo simile ad un oggetto levigato.(1) L'utilizzo di tecniche, da parte di chi si occupa di psicoterapia, ma anche di counseling, provocherebbe, secondo il punto di vista heideggeriano, un'inevitabile manipolazione dell'altro: in definitiva, se il cliente diventa oggetto delle tecniche del terapeuta o del counselor, finisce per non essere più considerato come soggettività progettuale, ma come oggetto da spiegare, da orientare o da curare. Coerentemente con tale impostazione teorica, l'analisi esistenziale e anche molte delle cosiddette psicoterapie ad orientamento umanistico hanno sempre mostrato diffidenza nei confronti di una prassi terapeutica fondata su tecniche ben definite ed insegnabili: nel migliore dei casi, la tecnica è stata considerata, in modo riduttivo, una questione di pratica artigianale e non è stata adeguatamente valorizzata nel timore che, interponendosi tra terapeuta e cliente, potesse sfociare nella manipolazione di quest'ultimo e dunque compromettere la possibilità di un incontro autentico fra due soggetti, disposti entrambi a mettersi in discussione all'interno di una relazione connotata dalla bilateralità.

Questa diffidenza nei confronti di tutto ciò che, in quanto tecnica, può essere appreso e consapevolmente utilizzato nella prassi terapeutica ha consentito alla psicologia fenomenologico-esistenziale una reale comprensione dell'altro e delle sue modalità di essere-nel-mondo, evitando il rischio di oggettivazioni reificanti, ma non ha permesso l'articolazione di "un progetto terapeutico che contenga una possibilità di cambiamento, al di là degli effetti fecondi di qualsiasi rapporto fondato sulla vicinanza empatica e su un autentico rispetto dell'esperienza dell'altro." (2)

Il problema sembra dunque essere quello di entrare in relazione con chi ci porta la sua sofferenza, comprendendola nella sua peculiare specificità ed evitando generalizzazioni oggettivanti, senza però cadere nell'illusione che la vicinanza empatica sia sufficiente a fondare un intervento terapeutico, in grado di produrre un reale cambiamento nelle modalità esistenziali di chi ha richiesto il nostro aiuto. Un intervento con tali finalità non può prescindere infatti da un ben definito repertorio di tecniche di cui il terapeuta ed il counselor devono avere una completa padronanza. Ogni atteggiamento di rifiuto e di chiusura nei confronti di ciò che è tecnica appare dunque sterile ed improduttivo, ma occorre però evitare che l'uti-

lizzo delle stesse determini una situazione in cui c'è un terapeuta/counselor, soggetto competente, in grado di spiegare e di orientare e un paziente-oggetto, ridotto in una situazione di dipendenza passiva. Questa è di fatto la situazione che, nella stragrande maggioranza dei casi, si realizza nella relazione medico-paziente, ove le raffinate competenze tecniche del medico riducono il paziente in una condizione di totale passività.

Per evitare tale rischio, è necessario che chi opera all'interno di una relazione di aiuto abbia la consapevolezza critica che gli consenta di aver ben chiaro chi è l'altro, che gli si pone di fronte, e come può essere da lui conosciuto. Appare dunque opportuna una riflessione di natura antropologica ed epistemologica che permetta a chi utilizza competenze tecniche di non dimenticare che "l'essere umano non può essere considerato alla stregua di un fenomeno della natura, secondo metodiche oggettivanti, perché ciò provocherebbe la sua riduzione a cosa del mondo, ma deve essere compreso ed interpretato nella sua irriducibile specificità di ente che si caratterizza per la sua possibilità di progettarsi nel mondo." (3)

## L'ALTRO COME ESISTENZA PROGETTUALE

La riflessione elaborata, nel corso del XX secolo, dalla filosofia dell'esistenza, ambito di pensiero che comprende, oltre all'esistenzialismo, il pensiero ermeneutico e che è strutturalmente intrecciato alla fenomenologia husserliana, può aiutare chi si occupa di counseling e di psicoterapia a pensare in modo più chiaro ciò che caratterizza, nella sua irriducibile peculiarità, quell'ente che viene chiamato uomo.

Secondo Heidegger, l'elemento specifico che definisce l'uomo è di non essere una cosa del mondo, bensì colui per il quale si apre un mondo, cioè l'ente che, con le sue modalità esistenziali, costituisce il proprio essere-nel-mondo. (4)

A differenza di tutti gli altri enti (cose, vegetali, animali), che hanno un essere che esprime l'impossibilità di essere diversi da ciò che sono, l'uomo, in quanto soggetto costitutivamente carente, si caratterizza per il fatto di avere dei bisogni che lo spingono a trascendere la situazione in cui si trova in direzione del possibile. L'uomo è dunque quell'ente che si trova inevitabilmente di fronte a un ven-

taglio di possibilità e che si definisce esistenzialmente per le scelte che compie; a differenza di tutti gli altri enti, che lo circondano nel mondo, l'uomo *ex-siste*, cioè può uscire dalla situazione in cui si è trovato ad essere, per progettarsi nel futuro. L'uomo, nella prospettiva delineata da Heidegger, si trova ad essere gettato nel mondo, senza sceglierlo e non ha un'essenza che lo determini a priori. Come ci ricorda Sartre, "l'uomo non è niente altro che quello che progetta di essere; egli non esiste che nella misura in cui si realizza; non è dunque niente altro che l'insieme dei suoi atti, niente altro che la sua vita." (5)

L'uomo viene pensato come progetto che vive se stesso e il poter-essere si rivela ciò che caratterizza l'ente uomo, in quanto ogni individuo non può venir definito per alcune presunte proprietà che determinano la sua natura, ma solo per quelle modalità di essere-nel-mondo che derivano dalle scelte che egli compie.

Appare dunque illusorio pensare di poter conoscere, in via definitiva e in virtù di sofisticate competenze tecniche e teoriche, ciò che la persona che incontriamo nella relazione terapeutica è, in quanto ogni individuo ha la potenzialità di andare, in qualunque momento e malgrado qualunque condizionamento, al di là della situazione in cui si trova. È viceversa più saggio restare in contatto con le modalità esistenziali con cui ogni persona si determina all'interno della relazione, per cercare di comprenderle nella loro contraddittorietà, rinunciando all'illusione onnipotente di fare diagnosi oggettive e definitive.

Ma il rapportarsi dell'individuo a delle possibilità non si attua in un astratto colloquio all'interno della coscienza, ma nella concreta esistenza in un mondo di cose e di altre persone. L'uomo non può essere pensato come un ente isolato, autosufficiente e dunque sciolto da legami con il mondo e con gli altri ma, proprio perché soggetto costitutivamente carente, come ente costretto ad andare intenzionalmente verso il mondo, e dunque verso gli altri, per soddisfare i propri bisogni.

"L'essere umano è un ente indissolubilmente legato a un'alterità... un ente situato dentro (almeno in larga misura) tale alterità: un'alterità con la quale, per un verso, intrattiene complessi rapporti interattivi; e un'alterità che, per un altro verso, lo attraversa, lo sollecita, lo condiziona – contribuendo in tal modo a farlo essere o divenire ciò che è." (6)

L'uomo è dunque dinamicamente situato nel mondo e può costruire la propria esistenza solo nel confronto e nello scontro con gli altri. Coerentemente con questa prospettiva antropologica, il compito di uno psicoterapeuta o di un counselor, che non si accontenti di ridurre il vissuto del cliente all'interno di rassicuranti ma gelidi schemi diagnostici, è comprendere quali strozzature impediscono a chi si trova in una situazione di sofferenza di aprirsi al mondo e di vivere la relazione con gli altri, secondo modalità che consentono un'esistenza più ricca e più piena.

Una persona che chiede una consulenza psicologica o un sostegno psicoterapeutico si trova infatti in una situazione di confusione e di disagio, perché ha perduto la capacità di aprirsi al mondo, di progettarsi nel futuro e di vivere il rapporto con l'altro nel segno della reciprocità e della autenticità. (7) Ogni situazione di sofferenza psichica deriva dal fatto che le categorie esistenziali, attraverso cui l'individuo struttura il proprio sé e il mondo, sono diventate più rigide e limitanti e hanno imprigionato il soggetto in un'esistenza povera e vuota.

Chi si incontra con individui che vivono tali situazioni deve evitare la tentazione di spiegare la sofferenza dell'altro, secondo i propri modelli concettuali, perché, così facendo, finirebbe per ridurre un soggetto che può essere compreso ad oggetto che deve essere spiegato. Come osserva Galimberti, non appena "la psiche diventa oggetto di natura immediatamente cessa di esser psiche. Se di psiche autenticamente si vuol parlare, ciò può avvenire solo se la si contrappone a tutto ciò che è oggettuale." (8) Per questo motivo tutto ciò che è soggettivo sfugge inevitabilmente all'analisi scientifica, la cui metodologia è, per definizione, oggettivante.

A tale proposito appare opportuno un breve riferimento alla distinzione operata da Dilthey fra scienze della natura e scienze dello spirito e fra spiegare e comprendere (9). Secondo il filosofo tedesco, le scienze dello spirito si differenziano dalle scienze della natura, in quanto queste ultime hanno come oggetto dei fatti che si presentano alla coscienza dall'esterno, mentre nelle scienze dello spirito l'oggetto non è colto come oggetto naturale, attraverso l'esperienza esterna, ma attraverso l'esperienza interna, cioè mediante quegli stessi vissuti con cui l'uomo coglie se stesso. Le scienze dello spirito si differenziano dunque strutturalmente dalle scienze della natura, poiché l'oggetto che esse indagano è intrinseco al soggetto che conosce, che deve

quindi mirare ad una comprensione simpatetica, resa possibile dalla sostanziale identità tra chi conosce e ciò che viene conosciuto.

La comprensione dei vissuti che l'altro ci porta è possibile se sappiamo restare in contatto con i nostri vissuti e se, partendo da tali vissuti, in virtù di quella che Dilthey chiama la connessione e la comunanza presenti in ogni vita psichica, cerchiamo di comprendere quello che l'altro ci mostra. Ci si può avvicinare al mondo interno di una persona, solo se si abbandona l'illusione di conoscere secondo i modelli causalistici e obiettivanti delle scienze della natura, ma ciò vuol dire rifiutare una psicologia che, presentandosi come scientifica, spiega la costituzione del mondo psichico, secondo leggi, forze ed elementi e cioè come una specie di meccanismo psicologico, per aderire ad una psicologia che pensa l'altro come soggettività intenzionale. Solo così questi non verrà pensato come oggetto da spiegare, ricorrendo a quelle scomposizioni riduttive proprie di tutte le scienze che guardano i fenomeni dall'esterno, ma diventa un evento della vita stessa del counselor e, solo in virtù di ciò, può essere compreso. Non esiste dunque competenza tecnica che ci permetta di conoscere l'altro, se non accettiamo di lasciarci coinvolgere nella relazione e se non siamo disposti ad ascoltare i vissuti emotivi che da essa nascono: la conoscenza dell'altro è un percorso che coincide con la conoscenza di sé.

## L'ALTRO COME ALTERITÀ IRRIDUCIBILE

Concepire l'uomo come soggettività progettuale e rifiutarsi dunque di spiegarlo secondo metodiche obiettivanti comporta, come abbiamo già cominciato a vedere, alcune conseguenze di natura epistemologica e, in particolare, la necessità di ancorare qualunque tentativo di comprensione dell'altro a quell'orizzonte teorico delimitato dal pensiero fenomenologico ed ermeneutico. È proprio la fenomenologia che ci ricorda infatti che "non si dà conoscenza senza connivenza e non si dà comprensione senza compromissione affettiva." (10) Chi vuol conoscere un altro da sé non può infatti porsi nella prospettiva del conoscente neutrale e impassibile, che, proprio in virtù di tale neutralità e perché in possesso di tecniche raffinate, crede di poter conoscere in modo obiettivo e scientifico ciò che l'altro è.

La comprensione del mondo interno dell'altro è, viceversa, possibile solo a partire dai vissuti emotivi che hanno origine dal nostro essere-con-l'altro. Ogni idea che mi faccio dell'altro non nasce come concetto puro, ma si radica nella ricchezza e nella complessità che ogni relazione intersoggettiva comporta. È dalla nostra capacità di restare in contatto con tutte le emozioni che nascono da un incontro che può scaturire la comprensione di colui che incontriamo. Quando siamo con una persona, ci costruiamo un'immagine di lei, a partire non da un'analisi tecnico-razionale dei singoli elementi che la compongono, ma da un'anticipazione globale di significato che si radica nel nostro vissuto.

Se accettiamo il punto di vista ermeneutico, ogni persona che vogliamo comprendere, alla stregua di ogni testo che vogliamo interpretare, è "investito di una precomprensione che, inizialmente incerta e in parte arbitraria, cerca poi conferma della propria giustezza proprio nella possibilità di percorrere più volte il circolo ermeneutico: cioè nel verificare che i dettagli siano pertinenti all'insieme, e l'insieme ai dettagli." (11) Per tutte le forme di conoscenza interpersonale è dunque inevitabile ricorrere a un'anticipazione globale di significato e, successivamente, ad una verifica dell'insieme e dei dettagli: i sentimenti e le emozioni in cui tale anticipazione si radica non sono elementi di cui occorre sbarazzarsi per inseguire un ideale di conoscenza pura, ma sono la necessaria premessa di ogni comprensione dell'altro.

Per restare nell'ambito della psicoterapia e del counseling, come ci ricorda Berne, qualunque diagnosi si fonda sull'intuizione clinica e cioè sulla conoscenza "acquisita attraverso il contatto sensoriale con il soggetto, senza che chi intuisce riesca a spiegare esattamente a se stesso o agli altri come è pervenuto alle sue conclusioni." (12) La conoscenza diagnostica non viene qui concepita come rispecchiamento concettuale di fatti oggettivi e incontrovertibili, garantita da un metodo rigoroso e infallibile, ma si radica in intuizioni, che nascono all'interno di quell'orizzonte finito che delimita l'incontro fra due persone e si configura, dunque, se utilizziamo il linguaggio dell'ermeneutica, come interpretazione parziale. (13)

Crediamo che chi si occupa di psicoterapia e di counseling debba accettare l'idea che, quando ci accostiamo ad un'altra persona, non esistono verità assolute, ma solo esperienze soggettive del mondo,

che possono essere confrontate intersoggettivamente e verificate nella prassi. Il non poter conoscere l'altro, secondo le metodiche oggettivanti delle scienze della natura, comporta, come ci ricorda Levinas, che la relazione con l'altro debba essere pensata, sempre e comunque, come relazione con un'alterità assoluta, con un mistero.

Quando il cliente si dà alla nostra coscienza nella concretezza del **qui e ora**, noi dobbiamo restare a contatto con quello che ci appare e che proviamo, ma dobbiamo essere anche ben consapevoli che quello che esperiscono i nostri sensi e quello che proviamo nel nostro mondo interno non è la realtà della persona che abbiamo di fronte, in quanto tale realtà si manifesta sempre parzialmente e inadeguatamente nella nostra coscienza: il principio di fedeltà a ciò che l'altro ci mostra non deve cioè farci dimenticare che l'altro è sempre qualcosa di più di quello che noi di lui possiamo cogliere. (14) È proprio la consapevolezza della inevitabile trascendenza dell'altro, che ci costringe ad abbandonare l'illusione onnipotente di poter utilizzare le nostre conoscenze tecniche per spiegare tutto quello che ci porta il cliente e per intervenire su di lui, orientandolo verso un cambiamento da noi stabilito. La padronanza di specifiche tecniche può, viceversa, rendere più ricco e produttivo l'ascolto del cliente e consentire di costruire quella mappa di personalità, che permette di sottoporre a verifica quanto abbiamo intuitivamente di lui colto, se manteniamo la consapevolezza critica che la persona che abbiamo di fronte a noi, in carne e ossa, è sempre molto più di qualunque modello concettuale ci possiamo costruire di lei.

Occorre rassegnarsi all'idea che "la relazione non neutralizza ipso facto l'alterità ma la conserva... l'altro in quanto altro non è un oggetto che diventa nostro o che finisce per identificarsi con noi; esso, al contrario, si ritrae nel suo mistero." (15)

Una relazione finalizzata alla crescita dell'altro non deve dunque essere concepita né come fusione empatica, né come assimilazione dell'altro ai nostri modelli concettuali, poiché in entrambi i casi finiremmo per negare la sua irriducibile alterità e dunque la sua libertà. Una relazione d'aiuto, connotata da eticità, non è quella che si crea fra due enti che sono uniti da una sintesi dell'intelletto, in cui c'è un soggetto che pensa e spiega l'altro, ma è quella in cui c'è un io che, pur sentendosi responsabile dell'altro, lo coglie nella sua irriduci-

bile unicità e accetta di riconoscerlo come altro nella distanza. Le competenze tecniche sono utili, se teniamo conto di ciò, se vengono quindi utilizzate in una prospettiva di apertura all'altro e non di chiusura dell'altro nei nostri schemi concettuali.

Guido Bonomi

#### NOTE

- (1) Cfr. HEIDEGGER M., Zollikoner seminare, (1987), trad. it., Seminari di Zollikon, Guida, Napoli 1991.
- (2) ROSSI-MONTI M., Il contributo della fenomenologia, in Epistemologia e psicoterapia, a cura di M. Ceruti - G. Lo Verso, Raffaello Cortina Editore, Milano 1996, p. 145.
- (3) BONOMI G., Concezione dell'uomo e prospettiva epistemologica dell'Analisi Transazionale: una riflessione a partire dal punto di vista della filosofia dell'esistenza, in Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze Umane, N. 29, Edizioni La Vita Felice, Milano 2000, p. 29.
- (4) Cfr. HEIDEGGER M., Sein und zeit, (1927), trad. it., Essere e tempo, Longanesi, Milano 1970.
- (5) SARTRE J.P., L'existentialisme est un humanisme, (1946), trad. it., L'esistenzialismo è un umanismo, Mursia, Milano 1963, p. 55.
- (6) MORAVIA S., L'esistenza ferita, Feltrinelli, Milano 1990, p. 137.
- (7) Cfr. CARGNELLO D., Alterità e alienità, Feltrinelli, Milano 1966.
- (8) GALIMBERTI U., Paesaggi dell'anima, Mondadori, Milano 1998, p. 50.
- (9) Cfr. DILTHEY W., Einleitung in die Geisteswissenschaften, (1883), trad. it., Introduzione alle scienze dello spirito, La Nuova Italia, Firenze 1974.
- (10) GALIMBERTI U., Idee: il catalogo è questo, Feltrinelli, Milano 1999, p. 38.
- (11) JERVIS G., Presenza e identità, Garzanti, Milano 1992, p. 114.
- (12) BERNE E., Intuition and Ego states, (1977), trad. it., Intuizione e stati dell'io, Astrolabio, Roma 1992, p. 18.
- (13) Cfr. GADAMER H.G., Wahrheit und Methode, (1960), trad. it., Verità e metodo, Bompiani, Milano 1983.
- (14) Cfr. DE MONTICELLI R., La conoscenza personale, Guerini Studio, Milano 1998.
- (15) LEVINAS E., Le temps et l'autre, (1979), trad. it., Il tempo e l'altro, il Melangolo, Genova 1987, p. 55.

Vittorio Soana

***Il focus sull'altro nella relazione di Counseling***

*Mettendo la nostra attenzione sulla persona in relazione di counseling vengono individuati alcuni livelli che facilitano il processo di cambiamento.*

*Il lavoro mette in luce, attraverso la lettura di un caso, le varie attenzioni: il contatto, il processo, il contenuto, la direzione possibile, la motivazione, l'intervento.*

# *Il focus sull'altro nella relazione di counseling*

ABSTRACT

## ***Focus on the Client in Counseling Relationships***

*Focussing attention on the client in a Counseling relationship, the article shows some steps which help the process of change by highlighting the different stages through the reading of a case study.*

---

## **INTRODUZIONE DELL'ALTRO: BIANCA**

*Bianca è sposata da 25 anni con un operaio, ha 4 figli/e, una femmina è laureata, il secondo fa la maturità e il terzo è adolescente, la più piccola ha concluso le elementari.*

*Quando si è presentata, inviata dal suo medico, era già stata da uno psichiatra che le aveva proposto un percorso di 6 incontri gratuiti per valutare la sua situazione. Cinque anni prima aveva fatto un percorso di sostegno nella relazione genitori-figli per difficoltà con i primi due. Ora si era manifestato uno stato depressivo che lei riteneva fosse iniziato due anni prima con la morte del padre. Lo psichiatra, dopo gli incontri preliminari, le aveva proposto un lavoro psicanalitico di tre incontri settimanali a euro 70 cadauno per i prossimi anni, con tutte le clausole di un contratto psicanalitico.*

*Bianca, intellettuale, femminista, attiva nel campo sociale come presidente di un'associazione di volontariato, riteneva inaccettabile il contratto sia per l'impegno finanziario, sia per la richiesta a tempo indeterminato, sia per la chiarezza che si riconosceva dopo il precedente lavoro psico-educativo. Quando si presentò all'inizio, a causa del suo stato depresso, la sua richiesta era confusa, manifestava un bisogno di aiuto per la difficoltà di relazione con il marito.*

Vi è un legame strettissimo tra Counseling e cambiamento.

Il Counselor si pone infatti sempre come traguardo, nei limiti definiti dalle proprie contrattualità, il cambiamento delle persone con cui lavora. Potrà trattarsi di un chiarimento a se stessi, dell'individuazione e della pratica di nuove opzioni, della maturazione di nuove motivazioni: in ogni caso, anche se su livelli di profondità diversi, all'interno del lavoro di Counseling la persona cambierà e modificherà la propria relazione con se stessa, con il proprio mondo ed il proprio problema.

La prima attenzione del Counselor sarà dunque chiarirsi quali siano, lavorando su delle relazioni all'interno di una relazione, i passi fondamentali da compiere per favorire il cambiamento.

Assumendo un orientamento di massima, affermiamo che il cammino verso il cambiamento può essere tracciato partendo da tre ordini di azioni, successive ma tra loro strettamente interrelate:

- creare contatto e relazione
- facilitare la maturazione di responsabilità e creatività
- perseguire l'amore.

Il primo valore è infatti toccare il cuore, trovare confidenza, sentire il malessere insieme e, da lì, facilitare l'acquisizione di uno sguardo nuovo, favorire e far acquisire una disponibilità ad esplorare con verità il proprio mondo interiore.

Ottenuto ciò, occorrerà stimolare nell'altro responsabilità e creatività affinché possa trovare soluzioni, opzioni nuove ed essere capace di accogliere e modificare la propria realtà con i suoi limiti interni ed esterni.

A questo scopo sarà necessario sapere favorire in lui una rinnovata scoperta dell'amore ovvero della capacità di amare e di trarre piacere dalla propria realtà.

Questi tre passi configurano un percorso verso l'autonomia intesa soprattutto come passaggio da uno stile di vita controdipendente e competitivo ad uno indipendente e cooperativo, dove ci si esprime in modo creativo (1). Questo tipo di cambiamento richiede, per potersi realizzare, l'acquisizione di

- consapevolezza dei propri bisogni e dei propri valori di riferimento

- capacità di agire costruttivamente e direttamente, nel proprio contesto relazionale, nel pieno utilizzo delle proprie risorse attuali e potenziali.

Questo lavoro si propone di offrire alcuni spunti di attenzione seguendo “Bianca” nel processo della relazione con il counselor.

## LE MOLTE FOCALIZZAZIONI DELL’ATTENZIONE DEL COUNSELOR

Se specifico del Counseling è la facilitazione della relazione (2), è su quest’ultima che, per favorire il cambiamento, la nostra attenzione dovrà essere anzitutto focalizzata.

Esistono però tante prospettive dalle quali la relazione può essere considerata: da ciò nasce la complessità della questione.

Sappiamo ad esempio che, se poniamo al centro della nostra attenzione il Counselor ed il *suo* stare in relazione, incontriamo quelle che, in altra sede, sono state definite *le sei categorie fondanti la sua metodologia* (3): silenzio, attenzione, purificazione, dono, apertura, contrattualità. La nostra riflessione potrà allora orientarsi su ognuna di queste, traducendole nelle linee metodologiche e tecniche di lavoro che il Counselor dovrà adottare. Non è su questo tipo di percorso che desidero tuttavia concentrarmi in questa sede.

Oggi voglio chiedermi che cosa succede se, invece di focalizzarci sul Counselor-in-relazione, spostiamo la nostra attenzione sulla persona con cui egli lavora.

Quali sono gli aspetti dell’altro e del suo stare in relazione sui quali la nostra attenzione deve concentrarsi affinché possiamo lavorare efficacemente con lui?

Porsi questa domanda equivale a chiedersi quali sono gli aspetti fondamentali sui quali il Counselor deve mantenersi in attenzione per favorire nell’altro il cambiamento.

Nel ricostruire, infatti, il nostro lavoro, a volte confondiamo i molti elementi di cui teniamo conto ed i vari e diversi piani sui quali ci muoviamo, nell’accostarci al nostro interlocutore: per potere dirigere il nostro agire, confrontarlo, correggerlo, comunicarlo dobbiamo essere invece pienamente consapevoli di essi. Ciò significa esplicitare

i tanti livelli sui quali si articola una relazione di Counseling quando questa viene esaminata focalizzandosi sull'altro.

## I LIVELLI DI ATTENZIONE

La lettura della relazione e dei vari livelli in cui si snoda, avviene sul terreno della comunicazione che si realizza nell'incontro. Leggere la comunicazione significherà in senso lato leggere i tanti comportamenti con i quali la persona ci invia i suoi messaggi.

Apprendere a trarre dalla comunicazione, le indicazioni utili a leggere la relazione è un percorso molto lungo, che può giovare dei suggerimenti e delle tecniche che tante scuole di pensiero hanno maturato in proposito.

Il mio obiettivo è delineare qui delle linee-guida di carattere generale, utili ad indirizzarci nel lavoro e sulle quali ognuno possa poi in seguito innestare proprie considerazioni metodologiche e tecniche più approfondite.

### *L'esistenza della relazione*

Il primo livello della nostra attenzione sarà quello sull'esistenza della relazione di Counseling.

La creazione di una relazione in generale, e di una di Counseling in particolare, non è cosa che possiamo mai dare per scontata.

Occorre essere attenti a creare le condizioni predisponenti un contatto intenso ed autentico con l'altro, e in questo senso, come sopra accennato, (4) dovremo essere molto focalizzati su noi stessi ed il nostro livello di ascolto, accoglienza, puntualità, responsabilità.

È necessario però che impariamo ad essere altrettanto focalizzati sull'altro e sul *suo* essere effettivamente all'interno della relazione di Counseling: ciò al fine di evitare di favorire malintesi o di dare al lavoro quel tono di unilateralità, che potrebbe indurre nell'altro un senso di solitudine e favorire il suo precoce abbandono del rapporto.

Chiediamoci dunque se e come l'altro ci attesta il suo essere in relazione con noi; se ci dà segnali di vivere un attaccamento e se mostra consapevolezza e congruenza di comportamento rispetto ai livelli, soprattutto all'inizio anche minimi, di contrattualità instaurati.

All'inizio della relazione di counseling con Bianca il contatto è nato su una condiscendenza non detta: lo psichiatra ti chiede troppo, hai già fatto un lavoro personale e sei sufficientemente chiara su te stessa, e su una svalutazione del problema portato: "il nostro vivere insieme (marito) è coatto".

Nella realtà Bianca vive sforzandosi e sta cercando di fare andare bene la relazione familiare, si sente in colpa e ha forti stati d'ansia. Questo contatto è dentro un gioco: fidati di me! Vedrai che tutto si risolverà!

Questo gioco facilita il suo fare la vittima. Infatti viene regolarmente a piangere nei primi incontri dove gioca a "Non è terribile!"; "È tutta colpa mia, non c'è possibilità di risolvere la situazione. Non è vero?" oppure "Non so che cosa dirti: sono così disperata!"

### *Il processo della relazione*

La relazione di Counseling si snoda seguendo un processo che va letto nel suo andamento. Questo è legato ad una quantità di variabili e può essere interpretato secondo le griglie teoriche di riferimento. Mi preme qui mettere in luce due punti di attenzione, a mio avviso di particolare significatività sul piano poi della gestione dell'intervento.

Anzitutto la lettura del processo della relazione avviene in parallelo a quello della persona: la persona agisce infatti nella relazione di Counseling il processo della propria vita. Ella rivolgerà al suo Counselor una proposta relazionale nella quale questi vedrà rispecchiato tanto il sistema complesso dei bisogni della persona, quanto il suo atteggiamento e le sue decisioni fondamentali verso di essi. Nel percepire questa proposta, il Counselor entrerà a sua volta in contatto con i propri atteggiamenti fondamentali: la sua disponibilità ad accettare la proposta senza metterla interiormente in discussione sarà probabilmente tanto più alta quanto più essa corrisponderà ai suoi bisogni più profondi.

*Bianca ha iniziato il processo della relazione dalla posizione di Vittima e tendeva a rinforzare la convinzione di dover essere responsabile, consapevole che questo suo fare è in contrasto e non corrispondente alle sue idee.*

*Tutta la prima parte degli incontri è stata costellata dal piacere di stare in relazione con lei e dalla fatica di fermare la posizione di Vittima, la seconda parte è stata vissuta tra la chiarezza nella lettura della sua storia, e le giustificazioni. Non c'era la Vittima, ma manteneva il "Non riesco".*

*Il contrasto più profondo era fissato tra il bisogno di riconoscimento che chiedeva al counselor e il bisogno di fare da sola, tra il bisogno di essere considerata responsabile e il bisogno di liberarsi dell'ansia. Era molto facile rimanere legati in uno dei poli poiché è madre e ci sono difficoltà oggettive e inoltre il tradimento del marito richiede il recupero della propria sicurezza e nello stesso tempo la capacità di ritrovare in sé dignità.*

Una lettura puntuale dell'andamento della relazione, rispetto ai suoi equilibri interni, potrà dare trasparenza a queste dinamiche e rendere questa situazione feconda sul piano del cambiamento, scongiurando il rischio che il rapporto di Counseling venga sterilito da collusioni e fraintendimenti.

Se il processo della relazione è poi collegato al contenuto problematico della persona, la lettura del processo potrà arricchire la nostra raccolta di informazioni sul contenuto stesso. Ciò significa che, a mano a mano che sperimentiamo la relazione e la teniamo in attenzione nel suo evolvere, la persona ci apparirà sempre più nitidamente, come sopra accennato, nel suo modo di rapportarsi al mondo.

Chiediamoci dunque qual è la proposta relazionale che l'altro ci rivolge; consideriamo come l'altro reagisce nel caso di una nostra controproposta.

Chiediamoci, a mano a mano che la relazione evolve, quali sono i ruoli che giochiamo in essa e quanto di libero vi sia nel ricoprirli da parte nostra e dell'altro.

Superando la tentazione del giudizio, mettiamo la proposta relazionale dell'altro in rapporto a ciò che egli ci mostra di sé e serviamoci della configurazione umana che ne emerge come di un'ipotesi di lavoro in vista del cambiamento. Soprattutto utilizziamo la lettura del processo di relazione come un possibile terreno di monitoraggio del cambiamento stesso e dell'avvicinarsi della persona alla cercata autonomia.

### *Il contenuto della persona*

La persona che entra con noi in un rapporto di Counseling ci porta i propri contenuti.

Occorre essere molto attenti nel focalizzarci su di essi: ritengo sia essenziale, infatti, distinguere con cura, nella narrazione dell'altro, i termini del problema che egli porta (la *situazione problematica*), dagli elementi del suo nucleo problematico esistenziale e/o psicologico (il *contenuto della persona* in senso stretto, con il suo sviluppo nel *processo di vita* della persona stessa).

Questa distinzione risulta essenziale nel Counseling, la cui contrattualità, lo ricordo, è spesso, almeno inizialmente, fortemente focalizzata sul superamento di una crisi legata ad una singola situazione problematica e nel quale quindi non si può dare per scontata la disponibilità della persona a svolgere un lavoro su di sé. (5)

L'azione del Counselor prevede dunque un duplice ordine di raccolta e valutazione di informazioni:

- l'esame della situazione che la persona porta ed una valutazione della narrazione, volta a farne emergere i termini nel modo più chiaro possibile
- l'osservazione e la valutazione delle modalità narrative, tesa a mettere in luce il sistema di riferimento della persona, le sue modalità cognitive ed affettive, le cornici di senso, gli atteggiamenti e le decisioni di fondo, all'interno delle quali ella si muove e costruisce il processo della propria esistenza

È chiaro che i due livelli di attenzione si svilupperanno contestualmente e sinergicamente, ma è necessario che il Counselor mantenga chiara in sé la distinzione.

Il lavoro sul nucleo problematico psicologico o esistenziale, va infatti, predisposto, reso possibile, attraverso la raccolta di informazioni, già dall'avvio della relazione: ciò serve a dare una direzione sana all'intervento di Counseling, ma non è detto che il lavoro venga realizzato, soprattutto in prima contrattualità.

*Quando Bianca esce dal pianto facile e dall'ansia, e inizia a raccontare, la storia si snoda davanti come un romanzo visibile nei luoghi e tangibile nei particolari. La si può vedere bambina*

*che corre a scuola attraverso il campo dietro la casa paterna o quando organizza una cena in pizzeria con tutti i suoi figli e figlie. Si dialoga su tutti i contenuti sociali con competenza ed equilibrio e sembra essere insieme alla madre mentre ancor oggi la sgrida o con il figlio adolescente nelle cui sfide vede tutte le sue ribellioni.*

*Quando parla del marito la comunicazione diventa più difficile e la paura di rimanere da sola fuoriesce dal profondo di sé come un torrente; non ti aspetteresti da una persona così razionale e concreta una così forte debolezza emotiva. Quando parla di lui dice: “ Cosa voglio? Non so cosa voglio? Che lui ci sia o non ci sia, che io sia lì o no, lui fa i fatti suoi. Faccio di tutto per disinnescare i sensi di colpa, ma per tutta la vita sono stata come in tandem con lui. Lui in tandem vuole stare davanti, guidare, determinare il cambio delle marce, le strade da seguire e quanti km correre e io dietro senza vedere niente, devo continuare a pedalare e non dire niente, anche se non ce la faccio più”.*

*“Io credevo di non essere stata influenzata dai miei genitori, non pensavo che ti determinassero così! Non è terribile?”.*

*“A mia madre non andava mai bene niente e da mio padre non una parola di attenzione e approvazione. E ora mi manca tanto!”  
Piange.*

### *La direzione possibile*

Mentre, lavorando consapevolmente all'interno della relazione di Counseling in divenire, costruiamo un quadro orientativo della persona e delle sue problematicità, la nostra attenzione è tesa ad individuare una direzione possibile da dare all'intervento con essa.

Potremmo anche dire che una parte della nostra attività deve essere volta a formulare una 'diagnosi': con questo termine intendiamo qui un'ipotesi relativa alle principali criticità e risorse della persona e della sua specifica situazione, che ci consenta di concepire vie da seguire per il superamento del problema sul quale si è stabilito di lavorare.

La diagnosi dunque, lungi dall'essere un'etichetta con la quale cataloghiamo la persona per poi inserirla in un percorso di soluzione

preconfezionato, in relazione alla sua specifica tipologia di problema, è uno schema orientativo che, opportunamente condiviso con la persona, può aiutarci a scegliere insieme ad essa la direzione possibile per il superamento dei problemi portati.

Il linguaggio con il quale formuleremo e comunicheremo, nelle forme definite dalla contrattualità, la nostra diagnosi sarà probabilmente quello della nostra scuola di appartenenza: ciò non è rilevante ai fini del nostro discorso.

L'importante è, a mio avviso, che l'attenzione che dedichiamo alla definizione di un quadro diagnostico sia sempre attiva, pronta alla revisione di esso in qualsiasi momento e mai fine a se stessa ma orientata costantemente alla direzione da dare concordemente all'intervento.

Sarà la persona, con la sua acquiescenza senza progresso, con il suo malessere e, purtroppo, a volte, con il suo abbandono, a segnalarci se il nostro atteggiamento sarà scivolato dall'orientamento attivo all'individuazione di una via per il superamento del problema, alla ricerca sterile della diagnosi perfetta.

*Bianca è una persona precisa, ordinata, curata, puntuale, non manca un appuntamento, colta, un'intelligenza vivida, legge moltissimo, tutto sulla relazione femminile e la loro implicazione culturale e sociale.*

*Quello che la destabilizza nella relazione, è la paura "di cadere", infatti dice: "Ieri mia figlia mi ha detto: Sei così ansiosa che metti ansia a tutti e tutti poi stanno male".*

*La direzione possibile individuata con Bianca è stata inizialmente il permesso di "non cadi", sei capace di stare in piedi e di vivere una vita distaccata dal padre, dal marito, dal figlio e dalle ansie della madre, come dalle tue".*

*In seguito lei ha portato questa sua constatazione: "Sono uscita dalla rabbia, non posso accettare che mi abbia tradito, se avessi deciso di non stare con lui l'avrei certamente fatto prima. Ora può tornare a casa, io sono offesa per quello che ha fatto, ma ho deciso che non voglio più farmi condizionare dagli altri. Non lo accetto in casa per i figli o le figlie, il mio valore non è messo in discussione dalle sue azioni e non posso essere responsabile di tutte le azione degli altri, faccio quello che posso".*

### *La valenza motivazionale*

*Quando Bianca è stata smascherata nel suo ruolo di Vittima ha subito un brutto colpo, al termine dell'incontro se ne è andata silenziosa. Avevo fiducia che sarebbe tornata, perché il contatto precedente era valido. Dall'inizio si era mostrata decisa e la sua volontà ad affrontare il problema era forte. Avendo fatto un intervento deciso sul suo ruolo sentivo paura che abbandonassi il lavoro, le avevo manifestato chiaramente la mia attenzione al suo valore e alla sua volontà. Ero cosciente che per lei era necessario affrontare questo atteggiamento di Vittima e la sua paura dell'abbandono per risolvere i suoi problemi. Ora non cerca più di far andare bene le cose per sensi di colpa e ha iniziato a darsi valore e a riconoscerlo in sé.*

Per questo nelle azioni e comunicazioni della persona, leggerò anche il suo livello di disponibilità ad affrontare il problema che porta.

Come non possiamo dare per scontata l'effettiva esistenza di una relazione di Counseling, così non possiamo attribuire all'altro una decisa motivazione ad affrontare il proprio problema: questa va sempre accertata all'inizio e durante lo svolgimento del lavoro. Ciò andrà fatto non solo verbalmente, ma attraverso una lettura attenta in tutti i tratti della comunicazione dell'altro.

È necessario quindi che impariamo a lavorare partendo dal livello motivazionale che la persona presenta, senza forzature: con il tempo, accedendo progressivamente a successivi livelli di contrattualità, potremo favorire l'accesso dell'altro a livelli di motivazione sempre più elevati, fino ad accompagnarlo, là dove necessario, fino ad un lavoro psicoterapeutico di cambiamento profondo. (6)

### *L'intervento (le teorie e le tecniche)*

*Uno dei primi interventi è stata la lettura del MINICOPIONE dove è emerso il cercare di farsi andare bene le cose, ma il suo ruolo di Vittima era ancora presente: "Non so che cosa dirti, mi agito, soffro e resto in un buco". A livello emotivo "sono disperata", a livello riflessivo "noi siamo già separati", "Non ho più nulla da comunicare". Il secondo intervento è stato quello di rendere presente i due livelli e distanziarli nel tempo per far sì che lo stare male non fosse aumentato dal bisogno di un risultato subito. La sensazione che viveva era quel-*

la, mentre raccontava la storia, di aprire la porta dell'armadio e "Tutto mi crolla addosso", in questo periodo ha somatizzato molto crampi allo stomaco, spossatezza e insonnia. Nelle letture di Galimberti sull'amore e tradimento dice di avere avuto un'illuminazione "Io ero altro da mio marito e lui altro da me", "mi sono sentita libera". Il terzo intervento è stato quello di far emergere il sentimento di Non valere e in esso la minaccia che nascondeva facendo molte cose sul lavoro, negli interessi, e nella riflessione personale. La paura di essere abbandonata, "Vedi (il tradimento) e vorresti smettere di vedere", era ancora molto presente. "Mia sorella dice che mio marito non è mai cambiato, solo che tu lo vedi adesso che è così".

Dopo l'intervento sul ruolo di Vittima ed una sua lettura sulla rimozione del dolore di Choen afferma: "Ora è come se avessi cambiato il film del mio bilancio, ma faccio fatica a stare in contatto con la mia storia." "Io passo la mia vita a nascondere che sono nulla, non è vero! Io ho delle prove dai fatti, dalle mie attività che valgo, ma poi mi blocco".

Il problema delle donne dice, citando, Orbach, "Non si guardano, ma guardano gli altri che le guardano" e poi conclude "Ho capito che il punto cruciale per me è il non stare in contatto con la minaccia di "non valere".

Successivamente si è fatto emergere che sente il bisogno che qualcuno la salvi, di suo padre dice che non l'approvava apertamente ma si sentiva protetta e riconosce che il mondo che costruisci fuori dalla realtà non dà protezione, è pieno di grandiosità e di illusioni che sviluppano insicurezza verso se stessi e gli altri. Ultimamente ha iniziato un periodo di maggiore cura di sé, sia fisica andando alle terme sia di svago con una vacanza con le amiche. "Nefandum rinnovato dolore" dice iniziando un incontro. "Ho capito che sto invano dentro una comunicazione che non c'è: che io ci sia o non ci sia, che io sia lì o non, non cambia! Tutta la vita ho innescato dei meccanismi, all'inizio e poi dopo faccio di tutto per togliere i sensi di colpa e mi riempio di racconti e di giustificazioni, quello che mi fa soffrire di più è il giudizio degli altri".

Vediamo in sintesi il percorso fin qui compiuto ed i livelli di attenzione ad esso correlati: *instaurata la relazione*, agendo all'interno di essa e *monitorandone il processo*, ci siamo chiariti, attraverso una lettura rigorosa e continua della comunicazione, sul *contenuto della*

*persona* (richiesta, problema, struttura della personalità...) e sul *processo della sua vita* (processo in sé e dispositivi che la persona mette in atto per mantenerlo in vita...). Ciò ci ha dato la possibilità di fare ipotesi diagnostiche che, verificate, ci hanno dato la *direzione* sulla quale, valutata la *valenza motivazionale* della persona, abbiamo potuto costruire una adeguata contrattualità.

Per questo a questo punto si usano le competenze professionali per costruire un piano di intervento, che significa rispondere alle domande "Come mi muoverò, in vista del risultato concordato? Quale direzione nella situazione posso configurare?"; "Su che cosa lavorerò in primo luogo? E in seguito?".

Un esempio: in vista del chiarimento dei termini di un problema al fine di facilitare una scelta, di fronte ad un processo di pensiero confuso, nel quale realtà ed emozione si sovrappongono, potremo scegliere di partire dall'individuazione delle principali emozioni in campo e dall'esame, con la persona, delle ripercussioni di queste sul suo processo di pensiero. Da questo lavoro potranno emergere delle idee fisse, delle paure immotivate ed altri fattori che condizionano la libertà di scelta della persona in difficoltà, sulle quali potremo scegliere di lavorare per facilitarla nella riflessione.

Queste nostre scelte di condotta, equivalgono alla definizione di massima di un piano di intervento: assunta questa come cornice, andremo a programmare l'intervento stesso, traendo dal nostro repertorio tecnico e teorico, i nostri strumenti di lavoro. Qui entrano in gioco le nostre appartenenze di scuola e la nostra cultura professionale.

Nel caso sopra citato, un Analista Transazionale, quale io sono, potrà scegliere ad esempio un approccio cognitivo ed avviare un processo di decontaminazione, utilizzando le tecniche della interrogazione, della specificazione e del confronto.

Se la contrattualità e le sue competenze lo permetteranno, egli potrà però anche scegliere un approccio misto e inserire nel percorso della persona una esperienza bioenergetica di contatto con le proprie emozioni, che poi aiuterà a verbalizzare, in colloquio, attraverso, ad esempio, l'uso della riformulazione.

Posso immaginare moltissimi altri approcci.

L'importante è che, nell'agire e nel riferire, ad esempio in supervisione, il nostro lavoro, noi restiamo coscienti del fatto che i vari livelli,

dell'individuazione della direzione, della scelta dell'intervento, della programmazione di esso attraverso la selezione di tecniche, sono separati e richiedono una attenzione distinta e specifica.

*Oggi Bianca dice di sé. "Sono convinta di essere in un bluff e faccio di tutto per fuggire" ma ho iniziato a non avere più bisogno di far sentire gli altri meno bravi o in errore o rifiutarli per poi sentirmi Vittima, ora voglio iniziare a dirmi: "Fidati! Tu vali!" E ho già saputo dimostrarlo".*

## CIRCOLARITÀ DEI LIVELLI DI ATTENZIONE E NATURA DIALOGICA DELL'INCONTRO

A conclusione di questo nostro percorso, vediamo dunque schematizzati nella tabella qui sotto, i vari livelli sui quali la nostra attenzione si concentrerà, all'interno della relazione di Counseling, quando si focalizzerà sull'altro e sulla facilitazione del suo cambiamento:

### TABELLA 1

**ESISTENZA della RELAZIONE di COUNSELING**  
**PROCESSO della RELAZIONE**  
**CONTENUTO della persona:**  
**la situazione ricavata dal nucleo problematico esistenziale/  
psicologico qui ed ora, e nel processo della sua vita.**  
**DIREZIONE POSSIBILE**  
**VALENZA MOTIVAZIONALE**  
**INTERVENTO**  
**TECNICHE E TEORIE**

Lo schema riflette l'ordine nel quale abbiamo via via esaminato i vari livelli di attenzione: non facciamoci tuttavia ingannare dalla sua apparente linearità!

La nostra attenzione deve essere mantenuta attiva infatti su *tutti* i livelli, durante *l'intero* processo del Counseling. Vi è infatti una sorta di circolarità che lega gli uni agli altri: le scoperte che nel tempo facciamo su un piano, ci costringono a rivedere quanto già acquisito sull'altro ed a modificare, in relazione a questo continuo divenire, le direzioni e le modalità dei nostri interventi.

Nulla è statico, infatti, nella Persona Umana e nella Relazione, come nulla è di pertinenza esclusiva di uno solo degli attori in campo (vedi tabella 2).

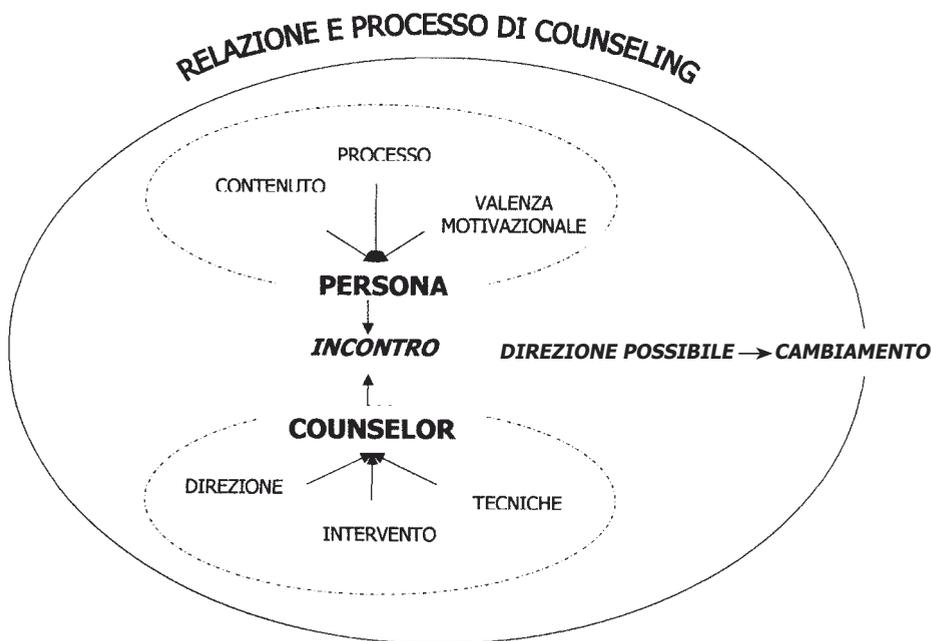
Se è vero, infatti, che il contenuto problematico, il processo di vita, la valenza motivazionale sono propri della persona che si rivolge al Counselor, è anche vero che all'interno della relazione che nasce tra i due, questi si trasformeranno e rivivranno sotto una nuova luce, che li farà apparire in un modo comunque nuovo ed irripetibile.

Analogamente, è certo che la capacità di facilitare l'individuazione di una linea di uscita dal problema, di progettare un buon intervento e di gestirlo con proprietà e ricchezza di strumenti fa parte del bagaglio professionale del Counselor: questi tuttavia diviene agente reale solo nel momento in cui, all'interno della relazione, incontra la problematicità viva dell'altro.

L'attenzione con cui scegliamo di accostarci all'altro è dunque il segno del nostro tendere a lui in un rapporto dialogico, nel quale la consapevolezza dei rispettivi ruoli non cancella la profondità e l'importanza dell'incontro.

È soprattutto a ciò che dobbiamo pensare, a mio avviso, nel momento in cui, apprendendo ad essere Counselors, impariamo, come in que-

TABELLA 2



sta occasione, ad esercitare analiticamente la nostra attenzione: la frantumazione dei livelli di ascolto, l'analisi dell'altro secondo schemi che facilitano l'azione, sono sempre e solo mezzi finalizzati alla promozione della Vita in lui, così come la costruzione della nostra competenza, la crescita nella potenza della nostra azione non sono che strumenti ai quali solo l'incontro e la condivisione feconda all'interno della relazione danno senso e motivo di esistere.

Vittorio Soana

#### NOTE

(1) Vi è qui una analogia con la definizione berniana della autonomia come consapevolezza (capacità di vedere e sentire a modo nostro e non come ci è stato insegnato, sapere che cosa si prova, dove si vive ed in quale momento si vive) spontaneità (scelta, libertà di selezionare ed esprimere uno dei sentimenti disponibili, liberazione dalla coazione dei giochi e dal dominio dei sentimenti che vi sono conculcati), intimità (franca, immediata espressione di sé). La spontaneità ad esempio è qui declinata nella libertà e capacità di domandare mentre è nello stile di vita creativo e cooperativo che si raggiunge l'intimità. La nostra attenzione tuttavia, mentre Berne sottolinea alcuni elementi di idealità a cui tendere, è rivolta a tradurre queste indicazioni in tratti operativi, strettamente osservabili e verificabili nella persona.

(2) Per una definizione di Counseling come 'facilitazione della relazione' vedi SOANA V., "Il Counseling e la facilitazione della relazione: il progetto editoriale dei Quaderni", *Quaderni di Counseling*, n.1, gennaio-giugno 2003

(3) Vedi BONOMI G., "L'essere con gli altri: modalità esistenziale banale o possibilità di apertura autentica all'essere?", *Quaderni di Counseling*, n.1, gennaio-giugno 2003 ; vedi inoltre DE MICHELI M., "La metodologia del Counseling" e FARINA M., "La metodologia del Counseling", *Quaderni di Counseling*, n.2, luglio-dicembre 2003

(4) Vedi a questo proposito il paragrafo LE MOLTE FOCALIZZAZIONI DELL'ATTENZIONE DEL COUNSELOR

(5) Vedi SOANA V., "Il Counseling sociale", *AT Rivista italiana di analisi transazionale e metodologie psicoterapeutiche*, n.8, 2003

(6) Sul tema della possibile valenza motivazionale dei vari steps del processo di Counseling vedi SOANA V., "Il Counselling sociale", *AT Rivista italiana di analisi transazionale e metodologie psicoterapeutiche*, n. 8, 2003.

#### BIBLIOGRAFIA

BONOMI G., "L'essere con gli altri: modalità esistenziale banale o possibilità di apertura autentica all'essere?", *Quaderni di Counseling*, n.1, gennaio-giugno 2003, pp.15-25

DE MICHELI M., "La metodologia del Counseling", *Quaderni di Counseling*, n.2, luglio-dicembre 2003

FARINA M. "Tecniche di facilitazione della relazione", *Quaderni di Counseling*, n.2, luglio-dicembre 2003

SOANA V., "Il Counseling sociale", *AT Rivista italiana di analisi transazionale e metodologie psicoterapeutiche*, n. 8, 2003

Milly De Micheli

### ***La valenza motivazionale nell'incontro con l'altro***

*Compito del counselor che si trova coinvolto in una relazione di aiuto con la persona che sta incontrando una difficoltà in cui percepisce la perdita del suo potenziale creativo e di problem solving è quello di riscoprire con la persona stessa quali sono le sue forze interne che lo mettono in movimento verso una determinata meta di vita e su queste costruire un possibile percorso di sviluppo.*

*Occorre cogliere quale è la direzione che la persona ha scelto per la propria vita dalla lettura degli atteggiamenti, dal linguaggio, dagli elementi di significato dalla storia che l'altro racconta e che rivive dinnanzi al counselor al quale la narra.*

*La lettura del problema e la sua soluzione possibile e non magica sono infatti strettamente legate nella diagnosi e nella prognosi all'elemento motivazionale.*

*La motivazione profonda si coglie dalla lettura del processo della comunicazione, da come la persona si pone col counselor e di fronte al problema, di come parla del problema, dalla lettura degli atteggiamenti che tratteggiano l'altro che si ha davanti nella relazione; a questo tipo di lettura appartengono elementi intuitivi e elementi di puntuale lettura del processo, attraverso "un terzo occhio" che possa osservare ciò che succede tra il counselor e il cliente, gli elementi della loro relazione qui e ora rispetto a ciò di cui stanno parlando al fine di costruire un possibile percorso di cambiamento.*

# *L'elemento motivazionale nell'incontro con l'altro*

## ABSTRACT

### ***The significance of motivation in therapeutic interaction***

*The patient who is suffering from loss of creative potential and problem solving difficulties expects the counselor to help him rediscover the driving forces – determination and energy – on which to build the process of development towards a personal life project.*

*Though precise reading of attitudes, language, key facts of the story as it is told and lived again in the therapy, the counselor can understand both life project and deep motivation.*

*The reading of the problem and its possible – not a magic one – solution, are actually strictly connected in both diagnosis and prognosis.*

*The counselor's "third eye" intuitive awareness enables him to watch what is going on between himself and the patient and builds a way to a possible change.*

---

## INTRODUZIONE AL CONCETTO DI MOTIVAZIONE

Desidero chiarire, all'inizio di questo contributo, il concetto di motivazione nella persona in evoluzione e quello della motivazione ad intraprendere un percorso di cambiamento: anche se i due elementi sono strettamente collegati e il secondo è conseguente al primo, essi non sono la stessa cosa.

Ma che cosa è la motivazione? Ecco alcuni contributi teorici.

La motivazione è la forza che spinge l'uomo ad agire per soddisfare i propri bisogni.

Una persona infatti manifesta molteplici necessità che possono essere differenziate in base all'importanza che ognuna di esse riveste per le sue funzioni vitali. Per questo i bisogni sono stati classificati prendendo in considerazione la loro rilevanza per la sopravvivenza dell'individuo.

Se si prende in esame la persona in evoluzione, secondo la scala di Abraham Maslow, (1) a partire dal livello più basso, si trovano: i bisogni fisiologici, quali il mangiare, il dormire, il respirare, che sono strettamente legati alle funzioni corporee; i bisogni di sicurezza, di protezione, per soddisfare i quali il bambino ha bisogno dei genitori; i bisogni di appartenenza e di amore che corrispondono all'esigenza di sentirsi parte di un gruppo e di dare e ricevere amore; i bisogni di stima, di riconoscimento delle proprie qualità che indicano l'esigenza di essere visti come persone capaci, di sentirsi meritevoli e competenti; il bisogno di autorealizzazione che viene soddisfatto quando una persona riesce a sviluppare appieno le proprie capacità; il bisogno di trascendenza che implica l'andare oltre la propria individualità per sentirsi parte di qualcosa di più grande di sé, di ordine cosmico o divino.

La motivazione prende dunque origine da un bisogno e spinge ad agire un comportamento o un'azione ma non è sufficiente l'emergere di un bisogno perché nasca la motivazione.

Come abbiamo visto, dunque, i bisogni sono legati ai livelli della persona – fisiologico, relazionale, spirituale – e possono essere presi in esame rispetto a diverse teorie psicologiche .

La teoria dei bisogni elaborata da Maslow costituisce un ponte tra la teoria delle relazioni oggettuali e la teoria dell'attaccamento in quanto si riferisce sia allo sviluppo ontogenetico, sia al soddisfacimento dei bisogni.

Eric Berne, (2) nell'elaborazione dell' Analisi Transazionale, parla di fame di stimoli, fame di struttura e fame di riconoscimenti che spingono l'individuo "all'azione sociale"; anche se l' autore non si riferisce direttamente ad una teoria della motivazione, possiamo individuare una stretta connessione tra la fame di struttura e riconoscimenti e il bisogno di relazione; il contributo chiarificante, a questo proposito, è quello di Maria Teresa Romanini (3) con le sue ricerche sulla teoria dell'attaccamento e l'intervento analitico transazionale, mentre Richard Erskine (4) ha elaborato un approccio terapeutico che si basa sulla prevalenza sugli altri del bisogno relazionale, integrandolo con gli aspetti emotivi, cognitivi, somatici e comportamentali .

Berne afferma inoltre che queste fame operano nella persona in modo inconsapevole e costituiscono le motivazioni che determi-

nano le sue risposte fisiologiche, affettive, cognitive e comportamentali.

La fame di relazione si configura così come bisogno di contatto umano, infatti la relazione viene da lui connotata come "la richiesta di speciali sensazioni che possono venire solo da un altro essere umano" e costituiscono la spinta all'intimità, cioè il contatto da persona a persona.

Le sensazioni tattili che il neonato esperisce nell'essere toccato assumono la valenza di riconoscersi e si estendono a tutti gli altri tipi di contatto e di riconoscimento della persona. A seconda del tipo di risposta o dell'assenza di risposta a questi bisogni da parte di un altro essere umano, il bambino costruirà la sua personalità e deciderà il suo progetto di vita.

Tra gli altri analisti transazionali, Claude Steiner (5) si focalizza soprattutto sul bisogno di carezze, sia come spinta motivazionale nella decisione del piano di vita, sia nel trattamento terapeutico utilizzando i permessi, mentre Fanita English (6) parla di modelli esistenziali e dei tre bisogni fondamentali di sopravvivenza, espressione e quiete.

Per gli psicologi della Gestalt la sopravvivenza e la qualità della vita sono assicurati dalla continua interazione tra gli stimoli interni e gli stimoli esterni e la capacità di un pieno contatto tra di essi come integrazione. Per questi, la fame di struttura porta a organizzare le esperienze e a costruire configurazioni percettive visive, uditive, tattili, cinestesiche. Nella sperimentazione si dimostra una innata predisposizione a strutturare modelli percettivi e configurazioni e la spinta a formare configurazioni percettive; la presenza inevitabile di elementi in rapporto figura-sfondo consente infine l'organizzazione di modelli, di significati e di prevedibilità nella vita dell'individuo a cui seguono la formazione dei concetti, la loro categorizzazione, il linguaggio.

Per la Gestalt l'individuo è motivato dal bisogno di contatto tra il suo organismo e l'esterno e dal bisogno di organizzare le esperienze, cioè appunto di formare delle Gestalt.

Nella terapia centrata sul cliente il concetto base di Carl Rogers è che la persona ha bisogno di accettazione incondizionata per potersi esprimere pienamente e crescere. Viene qui enfatizzata l'importanza della relazione da persona a persona senza una particolare attenzione ad una struttura della personalità. Mentre

la teoria comportamentista riduce la motivazione all'alternarsi di stimolo-risposta.

Quando i bisogni vengono soddisfatti possiamo parlare di omeostasi, mentre quando l'omeostasi viene minacciata, subentra la motivazione al soddisfacimento dei bisogni non soddisfatti. (7)

C'è un forte legame tra l'emozione e la motivazione e c'è uno stretto collegamento tra bisogni e emozioni: queste ultime mettono in luce come si reagisce ad uno stimolo, sia a livello psicologico, sia fisico, mentre la motivazione ci dà informazioni sul perché la persona sia spinta ad agire in un determinato modo: il ponte tra bisogno e motivazione è quindi costituito dall'elemento emozionale.

Qualsiasi disequilibrio di carattere emotivo provoca motivazione, che si collega strettamente all'attribuzione di significato che l'individuo dà a questo evento.

L'essere umano si sviluppa come individuo bio-psico-sociale: il dato biologico corrisponde all'organismo; il dato psichico corrisponde all'individuo; il dato esistenziale corrisponde alla persona, cioè all'individuo all'interno del suo processo di vita, di cui l'essere umano, secondo l'indirizzo fenomenologico-esistenziale è responsabile, nella sua libertà di scelta e di autoderminazione.

## LA MOTIVAZIONE NELL'INTERVENTO DI COUNSELING

*“Non puoi insegnare qualcosa a un uomo; puoi solo aiutarlo a scoprirla dentro di sé”* (Galileo). Questa frase di Galileo Galilei che Muriel James cita nel primo capitolo del suo libro, *“Nati per vincere”* (8), è adeguata anche per quanto riguarda la motivazione: *“Non si può motivare nessuno; lo si può solo aiutare a scoprire la sua motivazione dentro di sé.”*

Sto affermando che, secondo me, il verbo motivare non è un verbo transitivo, anzi, che esiste solo nella sua forma riflessiva: motivarsi.

Nella sua irripetibile originalità ogni essere umano nasce con la capacità di vivere la vita attraverso il suo modo di vedere, ascoltare, pensare, toccare, con la capacità di darle significato, poiché questi sono suoi elementi costitutivi.

Il suo potenziale di capacità e di creatività si esprimerà stimolato dal limite proprio e del contesto esterno con cui ognuno si confronta nel vivere.

Compito del counselor che si trova coinvolto in una relazione di aiuto con la persona che sta incontrando una difficoltà, nella quale essa si percepisce nella perdita del potenziale creativo e di *problem solving* è quello di riscoprire con la persona stessa quali sono le sue forze interne che la mettono in movimento verso una determinata meta di vita e su queste costruire un possibile percorso di sviluppo.

Nella definizioni manualistiche della motivazione (9) troviamo proprio queste due valenze: una interiore e una verso l'esterno. La motivazione infatti ha sicuramente a che fare con i bisogni, ma, come è stato già detto, non basta sentire un bisogno perché ci sia motivazione; è solo quando la persona coglie in sé la spinta a fare qualcosa a proposito di quel bisogno che possiamo individuare i tratti della motivazione.

È frequente però incontrare persone evidentemente carenti anche rispetto ad elementi importanti del vivere che non fanno nulla per modificare la loro situazione. Ci possiamo anche stupire, ma se cerchiamo una risposta a ciò, dobbiamo rivolgerci alla ricerca dei valori e dei significati che quella persona ha fatto suoi e/o ad incapacitazioni più profonde che hanno occluso ogni ricerca e ogni speranza.

Nella relazione è possibile cogliere quale sia la direzione che la persona ha scelto per la propria vita dalla lettura degli atteggiamenti, dal linguaggio, dagli elementi di significato che si evincono dalla storia che l'altro racconta e che rivive dinnanzi al counselor al quale la narra.

È dunque necessario identificare quali sono gli elementi in cui la persona che si ha di fronte ha costruito il suo processo di identificazione, quelli che le sono propri, diversi nella loro composizione da quelli di qualunque altro.

Se il counselor coglie questo, vede la persona nella sua verità più profonda. Aiutandola a riconnettersi con le sue forze positive di progetto di vita, potrà, insieme a lei, costruire un percorso di uscita dal problema. La lettura del problema e la sua soluzione possibile e non magica sono infatti strettamente legate nella dia-

gnosi e nella prognosi all'elemento motivazionale. Non esiste un problema assoluto o una soluzione *passe-par-tout*; la situazione problematica è tale per quella singola persona in quel momento del suo percorso di vita. Riconnettendosi con la sua spinta a vivere – *l'élan vital* –, la persona sarà in grado di affrontarsi e di decidere la strada da percorrere.

La coerenza col significato che la persona ha scelto per la propria vita sarà il sostegno alla fatica del percorso terapeutico e soprattutto al cambiamento comportamentale, di pensiero e di sentimento.

Tutto questo avviene all'interno della relazione, perché all'interno di una relazione l'uomo ha scoperto questo suo essere profondo e anche il suo blocco.

### *Elementi tecnici*

Nel colloquio di aiuto si parte dall'osservazione e dalla diagnosi nel cliente della svalutazione di sé, dell'altro o della situazione che è all'origine del blocco, per ricercare l'attribuzione di significato e cogliere l'elemento motivazionale.

Nel primo incontro con la persona, dall'osservazione delle sue azioni, del suo modo di porsi, dai suoi atteggiamenti, dalla comunicazione che instaura è possibile per il counselor leggere la disponibilità ad affrontare il problema contattando l'orizzonte di senso che essa ha costruito.

È questa la valenza motivazionale che ha condotto la persona nella direzione che ha intrapreso e che oggi si rivela problematica e sulla stessa valenza occorre fondare l'intervento per l'uscita dal blocco per cui chiede aiuto.

Spesso la lettura dei bisogni si presenta stratificata: prendiamo un esempio: *un'insegnante si trova interpellata da un'allieva per un problema relazionale con la classe; il comportamento della ragazza rivela una meticolosità nel raccogliere le votazioni di tutti i compagni e di calcolarne al centesimo la media matematica, che fornisce agli insegnanti stessi; ha molta difficoltà ad accettare un minimo cambiamento nella metodologia degli insegnanti che sono diversi da quelli dell'anno precedente; la professoressa di matematica le fornisce e la invita a studiare su testi universitari, benché si trovi al III anno delle superiori per valorizzare la sua*

*“motivazione” (così la definisce) allo studio di questa materia e la ragazza lo fa con ottimi risultati; nella realtà il bisogno di Viviana non è quello dell’apprendimento e l’interesse per la materia, ma un bisogno più profondo di fare qualcosa di evidente per appartenere, per essere accettata in primis nella sua famiglia, questo è il senso che essa dà al suo studio e solo riconoscendosi degna di “appartenere”, anche con altri comportamenti, potrà abbandonare ciò che la rende antipatica a tutti i compagni e vittima di comportamenti ossessivi e privi di senso.*

Non basta la richiesta esplicita o la lettura di ciò che piace alla persona per cogliere la motivazione, ma occorre leggere e comprendere che cosa sottende realmente il problema presentato per poter aiutare veramente, altrimenti il rischio è quello di rinforzare la modalità distruttiva o di confrontarla anzitempo.

La motivazione profonda emerge dalla lettura del processo della comunicazione, da come la persona si pone col counselor e di fronte al problema, di come parla del problema, dalla lettura degli atteggiamenti che tratteggiano l’altro che si ha davanti nella relazione; a questo tipo di lettura appartengono elementi intuitivi e elementi di puntuale lettura del processo in un ascolto partecipe e fenomenologicamente interessato.

Per leggere questo, occorre avere “un terzo occhio” che possa osservare ciò che succede tra il counselor e il cliente, gli elementi della loro relazione qui e ora rispetto a ciò di cui stanno parlando.

I meccanismi di difesa, gli elementi illusori, i falsi bisogni, le false soddisfazioni, le ridefinizioni della realtà sono tutti elementi di copertura della vera motivazione.

Anche la lettura della problematica in termini di polarità può essere utile per cogliere la vera motivazione: attraverso il suo opposto si può trovare una chiave della spinta motivazionale possibile.

La motivazione non ha niente a che vedere con i facili entusiasmi, spesso di connotazione maniacale; l’osservazione e la percezione dell’*élan vital*, la percezione di potenza di un entusiasmo adeguato, congruo e non intensificato, che porta alla produttività, ad una operatività costruita su una buona stima di sé sono il segno della base sicura che la persona ha da ritrovare dentro di sé per affrontarsi e andare avanti nel suo progetto di vita.

## *L'attribuzione di significato*

Sulla variabile dei bisogni legata alla dimensione affettiva ed emotiva si basa l'elemento motivazionale collegato all'attribuzione di significato. Questo è l'elemento più importante e influenzante le decisioni e il processo del cambiamento.

Al counselor è possibile coglierlo se lui stesso è in contatto sul piano dei significati e non su quello dei contenuti.

Come per la lettura del processo, anche in questo caso è "il terzo occhio" che permette di cogliere gli elementi di attribuzione di significato.

Rispetto a questo, il rischio delle distorsioni, delle identificazioni e delle proiezioni è sempre in agguato per l'operatore di aiuto.

Al counselor è necessaria una profonda conoscenza di se stesso e del suo processo di attribuzione di significato per essere in grado di coglierla nell'altro e di essergli di aiuto.

L'attribuzione di significato non viene espressa dalle parole; la si coglie dagli atteggiamenti, dai pensieri, dalle convinzioni sottostanti che è possibile far emergere e investigare per portare alla consapevolezza.

La valenza motivazionale è elemento fondante della relazione di aiuto nell'incontro con l'altro; se non si coglie la motivazione profonda si rischia di lavorare inutilmente, di andare nella direzione sbagliata.

Questa ricerca è favorita dall'empatia, ma non va confusa con questa. Infatti, l'empatia è fondamento della relazione di aiuto e strumento di intervento terapeutico per facilitare l'esplorazione di sé, mentre la ricerca dell'elemento motivazionale di attribuzione del significato è entrare nel mondo dell'altro, scoprendone e condividendone, nella relazione, gli aspetti di direzione e di scelta progettuale.

Occorre cogliere l'altro nell'espressione del suo significato del vivere, proprio nel momento in cui sembra averlo perduto, per facilitargli il ritrovamento del suo senso. In questo processo il counselor presta attenzione all'altro nel suo vero sé e la motivazione si connota come costitutiva dell'identità dell'altro.

Maria Teresa Romanini parla di autoconsapevolezza come "il riconoscersi e definirsi soggetto attivo dei propri sentimenti, pen-

sieri e comportamenti; è il modo specifico del dinamismo psichico della persona umana che in tal modo si autodefinisce" (10). L'autoconsapevolezza del proprio nucleo esistenziale, vissuto innato della propria unicità e originalità permea di sé la psiche e la differenza da ogni altra psiche, consentendo il rapporto io-tu e la capacità di adattamento senza dissoluzione e mutamento del senso di sé.

Nel momento in cui la persona coglie che l'aiuto del counselor si situa in questa direzione avrà trovato la disponibilità ad affrontare il proprio problema.

### *Motivazione e piano di trattamento*

Affinché avvenga un cambiamento positivo in un soggetto, facendo sì che egli passi da una situazione disfunzionale, che lo rende infelice, ad una situazione funzionale e gratificante, è necessario che questi sia consapevole di sé. A questo proposito si parla di capacità di autocentrarsi. Essere consapevole significa conoscersi realisticamente e questa conoscenza ha a che fare, ad esempio, con le paure che l'individuo prova in seguito ad una inadeguata immagine di sé. Spesso però anche l'autopercezione svalutante deriva più che da elementi realistici, da come la persona ha costruito il proprio sé ideale. Se ha infatti un'immagine ideale del proprio sé molto rigida, sarà facile che si senta inadeguato. Il sé ideale si costruisce in base al modo in cui i genitori lo hanno rappresentato e a ciò che di questo modo la persona ha introiettato. Così può accadere che le reali potenzialità restino inesprese e la persona, inconsapevole di sé, si misuri e si definisca sulla base dei parametri genitoriali; ciò significa percepire il proprio sé, come adeguato-inadeguato, sulla base del sé ideale. Il sé reale, che corrisponde invece alla potenzialità, resta nascosto e la persona finisce col non sapere chi è veramente, perché il suo vero sé non è stato sperimentato. Questa situazione determina disagio, sofferenza e disturbi psicologici, che causano malessere e confusione. Il primo passo che si fa in terapia è quello di aiutare la persona a scoprire il suo sé reale, entrando in contatto con le sue reali potenzialità e con i suoi reali limiti e le sue paure, per imparare a gestirle e a superarli, uscendo dalla difesa del non vedere per smascherare il reale.

Una volta scoperto e contattato l'elemento motivazionale della persona, è possibile contrattare con lei il piano di trattamento, facendo leva sui suoi punti di forza per consentirle di riequilibrare il suo essere al mondo in un benessere possibile e non illusorio.

Anche un cambiamento piccolo in un percorso di counseling focale non può prescindere dall'individuazione dell'elemento motivazionale della persona per essere realmente contrattuale e rispettoso della relazione con una considerazione positiva di sé e dell'altro in una dimensione di doppio OK.

Milly De Micheli

#### NOTE

(1) cfr. Maslow A.H., *Motivation and personality*, 1954, trad. it. *Motivazione e personalità*, Roma, Armando, 1973

(2) cfr. Berne E., *Principles of group treatment*, New York 1966; *Games people play*, New York 1964; *Sex in human loving*, New York 1970

(3) cfr. Maria Teresa Romanini, *Costruirsi Persona*, Milano 1999

(4) cfr. Richard G. Erskine, *Theories and Methods of an Integrative Transactional Analysis*, A volume of selected articles, TA Press, S. Francisco 1997

(5) Steiner C., *Scripts people live*, New York, Grove Press, 1974

(6) cfr. English F., *Power, mental, energy and inertia*, 1977 in T.A.J. 17,91-98; English F., *Whiter scripts?* 1988 in T.A.J. 18, 294-303

(7) Si possono leggere i bisogni secondo tre variabili:

- comportamenti riflessi (senza elaborazione cerebrale);
- comportamenti specie-specifici;
- comportamenti motivati attraverso l'elaborazione corticale.

Mentre i comportamenti riflessi e quelli specie-specifici sono di taglio biologico, nei comportamenti motivati intervengono i ricordi, l'identificazione, cioè elementi biografici

(8) James M., Jongeward D., *Born to win*, 1971, trad. it. *Nati per vincere*, Milano, Ed. Paoline, 1987

(9) Cfr. Cencini C, Manenti A, *Psicologia e formazione*, Bologna, Ed. Dehoniane, 1986

(10) Romanini M.T., *Autoconsapevolezza*, in A.T. *Rivista italiana di Analisi Transazionale e di Metodologie Psicoterapeutiche*, Anno XIX, 1999, N.36, p.9-26

#### BIBLIOGRAFIA

Berne E., *Games people play*, New York 1964; *Principles of group treatment*, New York 1966; *Sex in human loving*, New York 1970

- Cencini C., Manenti A., *Psicologia e formazione*, Bologna, Ed. Dehoniane, 1986
- English F., Power, mental, energy and inertia, 1977 in T.A.J. 17,91-98; Whiter scripts? 1988 in T.A.J. 18, 294-303
- Erskine R. G, *Theories and Methods of an Integrative Transactional Analysis*, A volume of selected articles, TA Press, S. Francisco 1997
- James M., Jongeward D. , *Born to win*, 1971, trad. it. *Nati per vincere*, Milano, Ed. Paoline, 1987
- Maslow A.H., *Motivation and personality*, 1954, trad. it. *Motivazione e personalità*, Roma, Armando, 1973
- Romanini M.T., *Autoconsapevolezza*, in A.T. *Rivista italiana di Analisi Transazionale e di Metodologie Psicoterapeutiche*, Anno XIX, 1999, N. 36, p. 9-26 *Costruirsi Persona*, Milano 1999
- Steiner C., *Scripts people live*, NewYork , Grove Press, 1974

Simonetta Sparago

***Viaggio sul binario nove e tre quarti...  
Comunicazione e processo della relazione nel setting  
di Counseling***

*L'articolo propone alcune riflessioni ed esperienze intorno alla lettura, nella comunicazione, dei processi di relazione interni al setting di Counseling. Viene in particolare sottolineata l'importanza, per il Counselor, di acquisire competenza nella lettura delle proposte relazionali proprie, del proprio cliente e della istituzione nella quale essi si incontrano. La dimensione extraverbale della comunicazione viene individuata come luogo nel quale le proposte relazionali dei singoli e delle organizzazioni appaiono e possono essere comprese: l'ascolto attivo dell'emozione è indicato come via di accesso privilegiata ad essa.*

# *Viaggio sul binario nove e tre quarti... Comunicazione e processo della relazione nel setting di Counseling*

ABSTRACT

## *Journey along Track 9 3/4*

*The article suggests thoughts and experiences about the reading of communication in Counseling relationship processes.*

*It is essential for the counselor to acquire competence as a reader of his own communication behaviours as well as of those of the client and the institution involved.*

*The key role of non-verbal communication is indicated as a means to understand communication behaviours in Counseling relationships.*

*Active attention to emotions is the privileged way of approach to this understanding.*

---

*“Se si riflette sull’evoluzione della comunicazione, è evidente che una fase molto importante in questa evoluzione viene raggiunta quando l’organismo cessa a poco a poco di rispondere ‘automaticamente’ ai segni dello stato di umore dell’altro, e diviene capace di riconoscere che il segno è un segnale, di riconoscere, cioè, che i segnali dell’altro individuo, e anche i suoi, sono soltanto segnali, che possono essere creduti, non creduti, contraffatti, negati, amplificati, corretti, e così via.”*

*Gregory Bateson, Verso un’ecologia della mente (1)*

*“Come raggiungere il binario?” chiese la donna gentilmente, e Harry annuì.  
“Non ti preoccupare” disse lei “. “Devi solo camminare in direzione della barriera tra i binari nove e dieci. Non ti fermare e non avere paura di andare a sbattere contro: questo è molto importante. Se sei nervoso, meglio andare a passo di corsa. E adesso vai [...]”*

*J.K. Rowling, Harry Potter e la pietra filosofale (2)*

## PREMESSA

Il gatto Fiocco si avvicina, dinoccolato e vibrante, mentre lavoro al mio tavolo. La carezza della sua coda mi distrae solo un poco: continuo a leggere. Quando il portamatite cade, trascinando con sé la

confinante pila di fogli, sorpresa mi giro di scatto e lo vedo. Sorrido divertita: è gigantesco e decisamente adulto ma il tono monello con cui, parzialmente curvo su di sé, mi indica con lo sguardo la direzione della cucina è quello di un cucciolo. Mi concentro, penso a Bateson e mi dico che, questa volta, non mi muoverò. Poi mi alzo e, seguito il suo zig zag lungo il corridoio, riempio come sempre la sua ciotola di crocchette.

Giovanni ha 28 anni, è senza dimora ed è definito antisociale. Entra nell'ufficio della educatrice dell'Accoglienza Notturna che ratificherà il suo ingresso. La conosce: già una volta è stato espulso dalla struttura perché uscito dal programma. Ora vi ritorna contro il parere di lei, inviato d'ufficio dal Comune, che con l'Accoglienza ha una convenzione. Lui si siede con un sorriso teso che gli solleva la parte sinistra del viso, butta indietro la testa, accavalla le gambe e spinge dietro sé lo schienale della sedia: oscilla senza parlare. Lei porta le mani al mento, corruga la fronte e punta i gomiti sulla scrivania.

Li osservo e penso ai tori chiusi nell'arena.

## COMUNICAZIONE E RELAZIONE

Vi è un tipo di comunicazione i cui contenuti, come scrive Marianella Sclavi riprendendo Bateson, "non sono degli oggetti e neppure delle qualità di uno degli interlocutori, ma delle relazioni dinamiche, delle danze" (3).

Questa comunicazione viaggia su codici dotati di una "autonomia relativa" (4) rispetto alla comunicazione verbale ed ha dinamiche proprie e specifiche.

Molta della abilità di un Counselor si gioca sulla capacità di immergersi su questi codici, di leggerli e di usarli al fine di comprendere e governare consapevolmente il processo della relazione che vive con il proprio cliente.

La difficoltà sta in quel margine di autonomia che questo tipo di comunicazione ha e che rende difficile codificarla: ad esempio, pur non essendo in sé verbale, essa non coincide tout court con la comunicazione non-verbale, che tuttavia è uno dei suoi codici privilegiati.

Maria Teresa Romanini si riferisce ad essa come comunicazione 'extraverbale' (5) e ciò credo possa avvicinarci meglio alla sua natura più profonda: non si tratta infatti solo di cogliere, per esclusione, ciò che non è verbale (postura, gestualità, mimica, toni e volumi della voce...), ma di osservare ogni aspetto della comunicazione esternamente alla sua valenza verbale.

La differenza è sottile ma, nella pratica, si rivela decisiva.

Con questo lavoro mi propongo di sviluppare alcune considerazioni metodologiche di carattere generale in proposito.

Data la vastità dell'argomento, basandomi sulla mia esperienza, mi focalizzerò sul problema della lettura di questo tipo di comunicazione, descrivendo una possibile via di accesso ad essa.

## COGLIERE LA PROPOSTA RELAZIONALE

Divertiamoci un po' a giocare con l'idea che le relazioni dinamiche che un certo tipo di comunicazione veicola siano assimilabili, come sopra accennavamo, a delle danze.

Chiunque abbia fatto l'esperienza di una sala da ballo sa che si tratta di materia dotata di notevole complessità. Non tutti i locali, infatti, si equivalgono: tra i classici, che molti di noi chiamano balere, ve ne sono alcuni più specializzati ed altri più generici, nei quali si pratica un certo eclettismo. Nel mondo giovanile, che tendenzialmente propende per la discoteca, le variabili, in ragione della mia età, mi sono molto meno chiare: non senza un certo sfinimento, figli di amici mi hanno comunque chiarito che, ad esempio, un amante del rave non si confonde con i patiti della disco music.

Chi si ponga in osservazione del popolo ballerino, nota una grande sicurezza nell'orientarsi tra un locale e l'altro ed una altrettanto forte facilità nell'identificarsi, anche tra sconosciuti, rispetto alle proprie preferenze.

Un aspirante ballerino che, per farsi un'idea, si sieda d'estate, ad esempio, verso mezzanotte, ad uno di quei chioschetti ambulanti che spuntano lungo le strade, assiste ad uno spettacolo molto simile a quello di un formicaio. Colonne di persone si fermano, si contattano quel tanto da incrociare le antenne e poi prendono con decisione direzioni analoghe o divergenti.

Il neofita coglie vagamente l'esistenza di un codice anche se non è in grado né di comprenderlo né di farne uso. Non sono i singoli contenuti che non capiamo: è il modo in cui essi si collegano tra di loro, si associano a costituire un mondo, un universo di senso circoscritto da precise cornici. In una parola è come se, stando all'interno delle nostre cornici di senso, delle quali abbiamo bisogno per capire, non riuscissimo ad uscirne quel tanto da cogliere le cornici altrui.



A poco serve chiedere. Nella migliore delle ipotesi, dopo lunghe spiegazioni, si porta a casa un "Lascia perdere!".

Più utile osservare, anche se la cosa, alla lunga, può risultare frustrante. Per osservare, come ci insegna Popper (6), occorre infatti avere già un'ipotesi in testa, sennò si rischia di perdersi nella sterile compilazione di inutili elenchi di caratteristiche delle persone che stiamo osservando (abbigliamento, linguaggio, riferimenti culturali, gestualità...)

Più utile il buttarsi nella situazione ed il porsi in ascolto delle proprie e delle altrui reazioni.

L'imbarazzo, il disagio, il rilassamento, in una parola il nostro stato emotivo e quello dei nostri interlocutori, sono segnali preziosissimi dell'incrociarsi, più o meno felice, di universi di senso diversi ed impliciti.

Tutti, ad esempio, abbiamo presente quel senso di drammatica consapevolezza che possiamo ricavare dal nostro imbarazzo, nel momento in cui, invitati ad una festa, ci presentiamo al meglio della nostra eleganza formale in un contesto disinvoltamente negligé: sono momenti difficili, ma molto fecondi sul piano della conoscenza di sé...

In essi, in modo intuitivo, le regole tacite, i codici del mondo degli altri ci appaiono in tutta la loro chiarezza e diversità dai nostri: le rispettive danze si mostrano e con esse le associazioni di significati, gli assunti impliciti, che sono alle loro spalle. La proposta di relazione che ci è stata fatta attraverso l'invito ("celebriamo il nostro stare

insieme non badando alla forma”) ci appare chiara per contrasto alla nostra (“celebriamo il nostro stare insieme attraverso la cura della forma”).



A quel punto possiamo scegliere di buttare via l'esperienza, annientando, con il nostro tipo di svalutazione preferita, l'universo di senso che ci si dischiude...



... oppure possiamo scegliere di imparare qualcosa e di approfondire con un po' di coraggioso umorismo, nel rispetto della nostra, la proposta relazionale altrui.



Usando in sinergia le nostre emozioni e la nostra osservazione possiamo dunque distaccarci dalle nostre cornici di senso, dalle danze che di solito danziamo e che proponiamo agli altri, e cogliere le proposte altrui, in relazione alle nostre. L'ascolto dell'emozione, nostra e del nostro interlocutore, ci dà infatti la chiave che apre uno dei più preziosi accessi a quella dimensione extraverbale nella quale le proposte relazionali ci appaiono nel loro interagire e possono essere osservate ed analizzate. (7)

Questo tipo di processo di ascolto e di osservazione procede dunque dall'interno all'esterno ed ha una natura circolare: in ciò esso si differenzia da un processo di osservazione unilaterale, il quale, a mio avviso, per quanto accurato, comporta sempre, sul piano relazionale, il rischio dell'appiattimento di uno dei due interlocutori sugli universi di senso, sugli assunti inconsapevoli ed impliciti dell'altro.

## PROPOSTA RELAZIONALE E COUNSELING

Anche il setting di Counseling sottende un fitto intreccio di proposte relazionali, legate ad universi di senso più o meno impliciti: esaminiamo brevemente le principali fonti di esse.

Sicuramente, una proposta ci viene dal nostro cliente, che si avvicina a noi con delle attese e delle esigenze, magari maturate sulla base di un 'sentito dire' informale su noi o sulla nostra professione; così noi a, nostra volta, siamo portatori della nostra proposta di relazione. Entrambi traiamo le nostre proposte dal nostro universo di senso del quale possiamo essere anche solo parzialmente consapevoli. In più, molti di noi agiscono all'interno di un contesto istituzionale, che sempre è un potente portatore di proposte relazionali, implicite e non.

Non è semplice muoversi su questo terreno, ma provarci può rivelarsi molto fecondo ed appassionante. Esaminiamo separatamente, per quanto possibile, i vari aspetti della questione.

LA PERSONA – la richiesta che una persona di solito porta ad un Counselor, è legata ad una situazione di crisi. La natura di quest'ultima sarà perlopiù coerente con il contesto specifico nel quale il servizio di Counseling è svolto (educativo, sociale, organizzativo...). Possiamo dire che la richiesta della persona è legata alla specificità della situazione problematica nella quale si trova.

La proposta relazionale che essa ci fa non è invece necessariamente legata solo al motivo contingente che la porta da noi: essa trae origine piuttosto dalle modalità con le quali la persona di solito interviene su se stessa e sull'ambiente, per affrontare i suoi problemi ed è pertanto legata al suo contenuto specifico, al nucleo più intimo della sua identità e personalità.

Se, leggendo i termini della situazione che la persona ci descrive, cogliamo gli elementi della crisi che attraversa, sintonizzandoci sulla sua proposta relazionale entriamo in contatto con l'uso che ella intende, e ritiene di potere, fare di noi, con il ruolo che si propone di affidarci nella storia della sua vita.

Il gatto Fiocco prima incontrato, ha sicuramente fame. Se lo osservo nel suo tendere alla cucina, non ho difficoltà a cogliere i termini della sua momentanea crisi. Tuttavia se, come Bateson ci ha insegnato, io, ascoltando la mia divertita sorpresa ("Che buffo gatto!") ed osservandolo, mi sintonizzo sulla proposta relazionale che Fiocco mi fa, mi accorgo che egli tende a risolvere il suo problema assumendo i tratti di un cucciolo ed inviandomi quindi la richiesta "Fammi da madre!". Questa è la sua proposta relazionale, è il modo in cui egli mi propone di aiutarlo ad affrontare la sua crisi.

Nel gatto posso accettarla anche senza esserne pienamente consapevole: può essere anzi molto gratificante per me, cogliere la sua gratitudine ed entrare in una calda simbiosi con lui.

Pensiamo però alla stessa situazione vissuta con un cliente...

Le domande "Quale proposta relazionale mi sta facendo questa persona?" e "Quale tipo di collaborazione/complicità mi sta chiedendo per la soluzione del suo problema?", diventano allora cruciali.

IL COUNSELOR – anche il Counselor porta nel setting la sua proposta relazionale. Il suo percorso formativo tende a renderlo consapevole di essa, in termini psicologici e culturali, ed i processi supervisivi sono spesso finalizzati proprio a consentirgli di mantenere questa consapevolezza. Di solito, l'attenzione del Counselor e del suo supervisore sono volte ad evitare che la proposta relazionale del cliente vada ad incontrare la sua in senso negativo, producendo simbiosi e collusione oppure, al contrario, incomprensione e rottura.

Analogamente a quanto avviene per la persona, anche nel Counselor la proposta relazionale sarà legata alle logiche del suo mondo sociale ed interiore, ai processi attraverso i quali egli ha appreso a procurare a se stesso sopravvivenza e benessere.

Può risultare utile dunque chiedersi quale proposta relazionale incontra la persona stando in contatto con noi.

Ulteriori elementi, entrano tuttavia a complicare il setting.

IL CONTESTO ISTITUZIONALE – solitamente il rapporto di Counseling si realizza all'interno di una istituzione, sia essa un centro di ascolto, una comunità, una scuola, un carcere o un ospedale. Le istituzioni sono forti portatrici di proposte relazionali ed i loro codici sono, di solito, tanto più duri, e spesso violenti, quanto più sono impliciti.

Come la proposta di relazione della persona non sempre coincide con la sua richiesta, e quella del Counselor con il tipo di disponibilità che sembra offrire, così la proposta relazionale delle istituzioni può essere diversa e a volte opposta rispetto al loro mandato.

Una scuola che offre ad esempio un mediatore per l'ascolto dei bambini immigrati e delle loro famiglie e che, contestualmente, colloca questi bambini, per aiutarli nell'apprendimento, in un'unica classe a sé, lavora per l'integrazione ma invia inconsapevolmente una proposta relazionale di esclusione. (8)

Giovanni, incontrato all'inizio di questo scritto, è preso in carico dai Servizi Sociali del suo Comune di appartenenza. Questi conoscono il suo passato rissoso, gli abbandoni, le sue difficoltà a relazionarsi. Essi conoscono anche gli scontri avuti con il personale dell'Acco-

glienza Notturna nel quale lo inviano e sanno che egli, lì, è male accetto. Il progetto di reinserimento sociale di Giovanni prevede che egli possa fare l'esperienza di un'attaccamento significativo nel rapporto con l'Assistente Sociale e con l'educatrice che lo seguirà nell'Accoglienza. La proposta relazionale effettiva a lui fatta è di persistenza nella condizione di antisocialità.

Il Counselor che opera nell'istituzione, se non si pone in attenzione di questi fenomeni, rischia di entrare nel vicolo cieco di un compito senza fine e senza senso, di vanificare la propria azione, se non di produrre danno in termini di demotivazione e di aumento della conflittualità. (9)

### L'ASCOLTO DELLA PROPOSTA RELAZIONALE NEL SETTING DI COUNSELING

Di fronte a questa complessità, è importante mantenere un atteggiamento disteso e curioso. Se infatti i condizionamenti sono molti e forti, il livello di evoluzione raggiunto dalla nostra specie ci dota di un considerevole margine di libertà. L'Uomo è in grado di capire che "i segnali dell'altro individuo, e anche i suoi, sono soltanto segnali, che possono essere creduti, non creduti, contraffatti, negati, amplificati, corretti" (10) con tutte le conseguenze in termini di libertà che ciò comporta.

Il setting di Counseling diventa allora una sorta di palestra relazionale, nella quale possiamo impegnarci e divertirci con l'altro a rendere visibile ciò che non lo è, e lavorarci, nella direzione del raggiungimento di una autonomia sempre maggiore.

Le non poche abilità e l'atteggiamento di fondo che costituiscono la competenza dell'ascolto della proposta relazionale, alle quali abbiamo prima accennato, sono spesso state sintetizzate nell'espressione ascolto attivo.

Moltissimo è stato scritto sugli aspetti tecnici ed ideali di esso. (11) Personalmente ritengo che, aldilà di questi, il tratto essenziale dell'ascolto attivo consista proprio nella disponibilità ad assumere l'atteggiamento fondamentale sopra descritto, atteggiamento, lo ricordo, non unilaterale, di osservazione della persona, ma piuttosto, circolare, di esplorazione consapevole delle rispettive cornici di senso.

In vista di ciò, il primo passo verrà compiuto dunque ben prima dell'incontro con la persona, in coincidenza, io credo, con la nostra decisione di essere Counselors.

Essere Counselors, porsi cioè in una prospettiva di aiuto dell'altro, richiede infatti una disponibilità alla esplorazione continua di noi stessi, alla pratica di un distacco benevolo dalle nostre caratteristiche più intime che ci consenta di essere consapevoli dei nostri fattori di rischio e punti di forza nello stare in relazione.

A seconda delle nostre appartenenze e scelte personali, possiamo attingere a mille vie per coltivare questa consapevolezza, non tutte necessariamente di matrice psicologica (12): sperimento, ad esempio, quotidianamente la positività, in questo senso, dell'incontro con ogni tipo di diversità. Di fatto nulla come l'incontro attivo con l'altro-da-noi, come l'ascolto degli stupori, degli imbarazzi, delle frustrazioni che il rapporto con l'altro-diverso ci dà, può aiutarci ad uscire dalle nostre cornici di senso e consentirci di contemplare noi stessi e l'altro nella situazione, cogliendo lati nuovi od impliciti dei nostri modi di stare in relazione. Credo che, a questo proposito, l'apertura alle culture altre, alle quali i processi migratori ci avvicinano in questo tempo, sia una fonte inesauribile di esercizio e di scoperta.

Per contro, un po' per gioco, credo possa aiutare divertirsi a stendere un identikit del nostro cliente ideale, quello con il quale più ci gratifica e ci tranquillizza stare in relazione: potrà essere sorprendente constatare quanto egli sia fatto 'a immagine e somiglianza' della visione di noi stessi e del nostro ruolo che amiamo coltivare, e quanto le nostre proposte relazionali siano spesso volte ad indirizzare il suo cambiamento verso questo modello...

Il Direttore di un Centro di Counseling racconta della difficoltà di una propria operatrice volontaria ad accettare di lavorare con un cliente che rifiuta di dare al Centro il proprio recapito telefonico. La rabbia di lei, il suo disagio di fronte alla persona che si oppone ad una delle, peraltro pochissime, condizioni che l'istituzione pone a chi desideri usufruire del servizio gratuito, sono oggetto di attenzione in supervisione. La violenta emozione non è assunta solo come l'espressione di un 'problema' dell'operatrice, ma come un varco da cui accedere alla visione

che ella ha del servizio offerto e del ruolo di sé e del proprio interlocutore all'interno di esso. L'incontro con un cliente differente, 'non adeguato', è, in questo caso, occasione di crescita per il Counselor.

Il secondo passo è quello di entrare con sguardo nuovo nelle istituzioni nelle quali operiamo, alla ricerca delle proposte relazionali che esse realmente veicolano.

Eric Berne ci ha lasciato, a questo proposito delle pagine estremamente incisive. (13) Le istituzioni, anche le migliori, possono 'istituzionalizzarsi', possono cioè perdere il contatto con le proprie idealità originarie, con il senso del proprio agire, ed entrare in una affannosa e rigida riproduzione di sé. Molti sono i segnali: la seriosità, il rifiuto del nuovo e del diverso, il clima teso o rabbioso, il senso di indispensabilità e la frustrazione degli operatori. Anche in questo caso, è importante utilizzare ogni spunto che possa aiutarci ad uscire dalle cornici di senso che siamo abituati a condividere con chi lavora con noi.

L'ottica di rete, che oggi ispira e muove, seppur ancora debolmente, le modalità del lavoro sociale, educativo ed organizzativo, può essere una risorsa: l'incontro/scontro con istituzioni altre, con le loro visioni e prassi, può aiutarci a mettere a nudo i nostri significati e, di conseguenza, le proposte relazionali con le quali tentiamo di riprodurli. Tutto ciò a condizione che non lasciamo il nostro atteggiamento curioso ed esploratore, per chiuderci nella reciproca svalutazione.

Può essere comunque utile, ogni tanto, prendersi il tempo di bighellonare con 'sguardo marziano' (14), assumendo l'ottica di chi entra per la prima volta, negli ambienti nei quali operiamo: leggere le comunicazioni, osservare gli spazi, gli arredi, le collocazioni delle persone in essi, considerare le prassi legate all'accesso (15), alla permanenza ed all'uscita dal servizio e darsi il permesso di stupirsi, di sorridere e di riflettere... Può essere utile chiedere ad un amico che svolge un'attività completamente diversa dalla nostra, di compiere questa passeggiata con noi e fare tesoro delle sue reazioni. Può risultare essenziale, con il tempo, ricostruire che cosa ha provato, quali messaggi ha colto chi, da utente, è entrato per la prima volta negli stessi luoghi.

Il terzo passo è quello dell'incontro con l'altro.

Se tutto andrà come credo, nonostante le buone intenzioni, nelle prime fasi del nostro incontro, ce ne staremo acquattati dietro alla nostra professionalità ad osservarlo. Useremo, anche opportunamente, le nostre appartenenze di scuola per sezionarlo, inquadrarlo, catalogarlo. Faremo ipotesi e magari coglieremo anche tratti della sua proposta relazionale ("cerca il mio aiuto svalutando i propri riferimenti a favore dei miei, chiedendomi complicità circa la sua visione della vita..."). Razionalmente potremo anche cominciare a spiegarci le matrici storiche che l'hanno portato a sviluppare quel tipo di atteggiamento/comportamento. Con qualche domanda, potremo esplorare come lui stesso vive il suo modo di stare in relazione.

Gli elementi che raccoglieremo saranno sicuramente molto utili, soprattutto 'dopo'.

Fino a questo punto il lavoro non sarà, infatti, a mio avviso, ancora del tutto partito.

Succederà ad un tratto, se avremo fiducia e staremo in ascolto.

Succederà che qualcosa andrà storto, che proveremo irritazione, disagio, imbarazzo, senso di assurdità o stupito divertimento per qualcosa che l'altro avrà fatto o viceversa, che potremo cogliere segnali delle stesse emozioni in lui, a seguito di una nostra azione.

A quel punto, come Harry Potter alla ricerca del binario nove e tre quarti della stazione di King's Cross, dovremo puntare il nostro carrello pieno di ipotesi verso quella sensazione, vincendo la tentazione di scansarla scivolando nel dubbio su di noi ("Sto perdendo il controllo della situazione!") o nel giudizio sull'altro ("Ecco, non ce la fa, ha resistenze, si difende, è nel suo copione" o quant'altro...).

Se non ci fermeremo e non avremo paura di andare a sbattere contro, è possibile che si apra davanti il binario della dimensione prima



definita extraverbale, nella quale le persone si incontrano in senso proprio, ovvero colgono i termini della loro relazione mentre essa avviene, si confrontano senza timori sui propri presupposti, nella reciproca valorizzazione (16).

Gli universi di senso, parzialmente sovrapposti nell'incontro, ci appariranno, come all'invitato imbarazzato, nella loro diversità e positività.

Le ragioni dell'altro nel suo stare in relazione con noi non risulteranno dunque più un interessante fenomeno da studiare e correggere, ma il tessuto sul quale egli edifica quotidianamente il suo stare al mondo. La tensione con la quale la persona, ma anche l'Ente o l'Organizzazione, mostra ed agisce il suo attaccamento a questa trama di significati, che in qualche misura ella ama e difende per quanto a volte disfunzionale, avrà la stessa intensità con la quale, di fronte alla esperienza della sua diversità, noi sentiremo l'urgenza di rifugiarci nella nostra.

Dal piano della scienza che capisce, passeremo allora a quello dell'esperienza viva che incontra e comprende.

I due livelli non si escludono: le due dimensioni sono parallele ma comunicanti. Viverle entrambe non significa, per il Counselor, dunque, rinunciare al proprio ruolo di persona che aiuta, per perdersi nell'incanto della reciproca scoperta.

Stando in questo tipo di contatto con l'altro possiamo infatti, anche grazie alle differenze che coglieremo rispetto ai nostri riferimenti, continuare a muoverci sul piano dell'osservazione dei suoi processi di relazione, nella loro evoluzione. Potremo e dovremo decidere, a livello di intervento, come affrontarli per potere portare l'altro ad escogitare strategie di uscita dalla crisi: utilizzeremo allora sì le nostre ipotesi, ma nel rispetto agito dei significati e del mondo dell'altro.

Come Counselors, questo processo ci aiuterà a crescere, a non appiattirci su modelli solo pragmatici di condotta e di intenti, a dare un senso alla nostra tecnica che vada aldilà del suo ripetitivo, anche se fruttuoso, esercizio.

Come persone, accettare di confrontarci con l'altro sul piano della relazione che coltiviamo, chiediamo, rifiutiamo di avere con lui, ci

pone su un piano di modestia reale, nel quale l'altro ci è Maestro rispetto alla nostra vita. Senza l'estrema provocazione della proposta relazionale dell'altro, infatti, il nostro universo di senso non può venire alla luce.

Simonetta Sparago

## NOTE

- (1) BATESON G., *Steps to an Ecology of Mind*, Chandler Publishing Company, 1976 (trad.it. *Verso un'ecologia della mente*, Milano, Adelphi, 1976, p.219)
- (2) ROWLING J.K., *Harry Potter and the philosopher's stone*, 1997 (trad.it. *Harry Potter e la pietra filosofale*, Firenze, Salani, 1998, p.91)
- (3) SCLAVI M., *Avventure urbane*, Eleuthera, 2002, p.223
- (4) *Ibidem*
- (5) ROMANINI M.T., *Costruirsi persona*, Milano, La Vita Felice, 1999, p.153
- (6) POPPER K., *Objective Knowledge, An evolutionary approach*, Oxford, Clarendon press, 1972 (trad.it. *Conoscenza oggettiva, Un approccio evolutivo*, Roma, Armando, 1975)
- (7) Questa prospettiva si pone in modo volutamente ingenuo rispetto alle logiche, più profonde, del transfert e del controtransfert. L'impostazione adottata, nella sua versatilità rispetto alla individuazione di assunti impliciti psicologici e assunti impliciti culturali, mi sembra più adeguata ad un setting come quello del Counseling nel quale la valutazione contemporanea di entrambi questi aspetti è spesso decisiva.
- (8) Esperienza compiuta dal mediatore culturale Rehal Oudghough presso la Scuola Media Bagliano di Genova (riportata al Corso di Aggiornamento Migrazioni: aspetti sociologici, culturali e normativi, organizzato dal Ce.D.Ri.T.T. di Genova; Ventimiglia, aprile-giugno 2004)
- (9) Il significato profondo, ai fini della sopravvivenza, delle proposte relazionali che le persone (e le organizzazioni) fanno è stato oggetto dell'attenzione di varie scuole di pensiero. Possiamo spiegarcelo in termini di mantenimento o completamento di una Gestalt, di omeostasi di un sistema, di mantenimento di un copione di vita e ad altro, a seconda della nostra appartenenza teorica. Potremo decidere di intervenire in corrispondenza alla nostra visione, agendo appunto sulle modalità percettive, sulla strutturazione del sistema, sulle decisioni alla base del copione di vita. Comunque dovremo anzitutto leggere questa proposta e monitorarla: il mio lavoro si limita ad una azione di sensibilizzazione e riflessione in questo senso.
- (10) BATESON G., *op.cit.*
- (11) La bibliografia in proposito è enorme e spazia dall'ambito del lavoro sociale a quello dell'organizzazione aziendale. Tra gli elementi dell'A.A. più frequentemente citati ricordiamo, sul piano tecnico l'invito alla congruenza, l'ascolto della dimensione verbale e non-verbale, la facilitazione dell'esplorazione attraverso domande idonee, l'uso della riformulazione per la verifica dei contenuti/sentimenti/significati espressi e, su quello ideale, in generale la centralità della persona, l'idea dell'aiuto come attivazione di risorse presenti nell'altro... L'idea e la tecnica dell'ascolto attivo più vicina a quella che intendo qui presentare è quella contenuta in SCLAVI M., *Arte di ascoltare e mondi possibili*, Milano, Le Vespe, 2000. A questo testo rinvio senz'altro per un approfondimento degli aspetti tecnici dell'A.A. che non costituiscono materia di questo lavoro.

(12) In un mondo come il nostro, che tende all'interculturalità, rilevo la necessità di estendere la formazione del Counselor dall'ambito esclusivamente psicologico a quello, più ampiamente socio-culturale, che dispone oggi di metodologie e di tecniche spesso confinate all'ambito della mediazione culturale. I percorsi psicoterapeutici e supervisivi classici, a volte mostrano in questo senso i loro limiti, ed andrebbero, a mio avviso, integrati.

(13) BERNE E., *Principles of Group Treatment*, New York, Grove Press Inc., 1966 (trad.it. *Principi di terapia di gruppo*, Roma, Astrolabio-Ubaldini, 1986, pp.68-76)

(14) Uso questa espressione nel senso berniano di sguardo non istituzionalizzato, "libero da pregiudizi terreni" (BERNE E., *Principi di terapia di gruppo*, cit., p.74)

(15) I criteri di ammissione, ad esempio...

(16) Trovo qui una possibile felice corrispondenza con l'idea berniana della diagnosi sociale, prassi indispensabile, accanto ad una valutazione di tipo comportamentale, storica e fenomenologica, secondo l'Autore, per la formulazione di diagnosi complete (per i possibili termini di utilizzo di questo strumento berniano nel Counseling vedi VINELLA P., "Il setting nel counselling" in NOVELLINO M., *L'approccio clinico dell'Analisi Transazionale*, Milano, Franco Angeli, 1998, pp.316-331).

## **BIBLIOGRAFIA**

BATESON G., *Steps to an Ecology of Mind*, Chandler Publishing Company, 1976 (trad.it. *Verso un'ecologia della mente*, Milano, Adelphi, 1976)

BERNE E., *Principles of Group Treatment*, New York, Grove Press Inc., 1966 (trad.it. *Principi di terapia di gruppo*, Roma, Astrolabio-Ubaldini, 1986)

POPPER K., *Objective Knowledge, An evolutionary approach*, Oxford, Clarendon press, 1972 (trad.it. *Conoscenza oggettiva, Un approccio evolutivistico*, Roma, Armando, 1975)

ROMANINI M.T., *Costruirsi persona*, Milano, La Vita Felice, 1999, p.153

ROWLING J.K., *Harry Potter and the philosopher's stone*, 1997 (trad.it. *Harry Potter e la pietra filosofale*, Firenze, Salani, 1998)

SCLAVI M., *Arte di ascoltare e mondi possibili*, Milano, Le Vespe, 2000

SCLAVI M., *Avventure urbane*, Eleuthera, 2002, p.223

VINELLA P., "Il setting nel counselling" in NOVELLINO M., *L'approccio clinico dell'Analisi Transazionale*, Milano, Franco Angeli, 1998, pp.316-331

