

PROFILO PROFESSIONALE DEL COUNSELLOR

Tradizionalmente, l'identità di una professione è sancita da un suo specifico "profilo" e da un suo "codice" di deontologia. L'**AICo, Associazione Italiana di Counselling**, ha lavorato da sempre su entrambi questi aspetti, aggiornandoli periodicamente.

È interessante notare quanto sia il profilo che il codice di comportamento di una determinata professione vengano considerati parte essenziale per la definizione di una professione: non è solo importante che un professionista sappia cosa prevede la sua professione, è importante anche che sappia come comportarsi al fine di esercitare in modo appropriato tale professione.

Il Counselling, in realtà, è una professione che presenta degli elementi già nel suo profilo stesso per i quali si caratterizza in modo particolare e si lega intrinsecamente agli aspetti deontologici: si può affermare che se non è etico, quello che viene fatto dal Counsellor non è Counselling.

DEFINIZIONI

Il Counselling in Italia è una professione emergente, orientata al benessere e allo sviluppo delle potenzialità della persona. Tale professione si è inserita nella nostra cultura con la terminologia originaria dei paesi in cui si è sviluppata: "Counselling", nella tradizione anglosassone e "counseling" secondo la tradizione statunitense. È abbastanza sovrapponibile al termine "consulenza di aiuto" o "consulenza alla persona".

Il Counselling consiste nell'utilizzo di una serie di conoscenze, abilità e atteggiamenti finalizzati all'aiutare il cliente ad aiutare se stesso.

Il Counsellor, secondo la definizione data sempre dall'AICo, è un professionista che, avendo completato uno specifico percorso di formazione di almeno 1000 ore, in possesso del diploma abilitante e iscritto a relativa associazione professionale, è in grado di fornire consulenze di aiuto a clienti individuali, coppie, famiglie, gruppi e organizzazioni. La consulenza del Counsellor è orientata ad aiutare il cliente ad aiutare sé stesso in merito a:

- specifici problemi di ordine personale o professionale;
- difficoltà nel prendere decisioni;
- orientamento nelle scelte di vita;
- supporto nelle difficili fasi che si susseguono durante il ciclo di vita;
- gestione delle relazioni interpersonali;
- gestione della relazione con se stessi;
- sviluppo delle risorse e potenzialità;
- promozione e sviluppo della consapevolezza personale;
- gestione di emozioni, pensieri, percezioni e conflitti interni e/o esterni.

A questo scopo il Counsellor mette in campo una prassi che, seppur fondata su attitudini implicite e connaturate nella natura umana, è frutto di una formazione articolata e specifica. Tale formazione trova il suo aspetto fondante nella cura della intenzionalità e progettualità dell'essere umano, dimensioni entro cui viene individuato l'ambito in cui la persona sperimenta ed esercita la sua libertà di scelta.

FUNZIONE E SENSO DELLA PROFESSIONE

Entro questo quadro, la professione di Counsellor si propone di partecipare alla promozione di una cultura che riconosce la persona come responsabile del proprio comportamento ed in tale responsabilità riconosce la co-costruzione di sé e di sé nel mondo. La relazione sé/sé e sé/mondo diventano, dunque, talmente correlati che non esiste l'uno senza l'altro. Da questo si evince che il focus della pratica del Counselling è il rapporto dell'individuo con il suo contesto di riferimento, inteso come consapevolezza del fatto che ognuno partecipa alla costruzione del proprio contesto e della cui qualità ne è direttamente responsabile.

BASI FILOSOFICHE DELLA PROFESSIONE

La pratica di Counselling si appoggia ad un punto di vista fenomenologico, le cui fondamenta sono state poste, nel pensiero filosofico, da Franz Brentano. Ma la fenomenologia, oltre ad essere una corrente di

pensiero, è un metodo della conoscenza, un modo di incontrare l'alterità e quindi un modo di fondare il senso della relazione io-mondo. Guardare fenomeno-logicamente vuol dire fare luce sulla natura del mondo e delle cose a partire dall'esperienza vissuta, che viene così analizzata attraverso le sue strutture di senso.

Ma che cos'è esperienza? È l'accadere di una relazione, in cui identità/alterità (soggetto-oggetto) si rivelano l'uno per l'altro, l'uno attraverso l'altro, e si tratta di un rivelarsi di ciò che era già prima in luce, ma non si vedeva. L'altro è fonte di rivelazione per sé e viceversa, senza assolutizzare e passivizzarci, e fare dell'altro una proiezione di sé.

Questa "rivelazione" viene colta attraverso la risposta emotiva (*fenomeno secondario*) ossia quella risposta che in quanto risposta a..., in quanto proveniente dall'oggetto (*fenomeno primario*), segnala che nell'oggetto c'è qualcosa che "dice di me" e a cui io appartengo e viceversa. Incontriamo sempre l'altro da noi e di noi e questo genera effetto, ma a questo effetto prestiamo poca attenzione, mettendo a fuoco, anche per una tentazione culturale, principalmente la "causa" e non l'"effetto"; questo fa sì che, per un continuo processo di "oggettivazione", ci si senta "del" mondo e non "nel" mondo. I due fenomeni, invece (primario e secondario), devono agire simultaneamente e mantenere la loro reciprocità; si tratta, quindi, nel lavoro di aiuto, di riconnettere gli oggetti con gli effetti, l'attenzione all'oggetto e l'attenzione alla sensazione. Possiamo dire che così accade il contatto come movimento di vicinanza/distanza, ossia l'evidenza dell'essere "qui in altro". Fare *esperienza*, con uno sguardo fenomenico, significa, pertanto:

- accorgersi della propria partecipazione agli "oggetti" che sono intorno a noi, a partire dalla trascendenza della intenzionalità, che è generata dall'essere sempre situati;
- accorgersi del processo che sta generando o ha generato quel che stiamo facendo;
- conoscere questo processo costitutivo è un valore aggiunto poiché è il processo a rivelare la partecipazione del soggetto all'oggetto nella sua risposta emotiva, rivelando così qualcosa di sé che non si era ancora rivelato;
- la risposta emotiva è un feed-back o restituzione da cui parte la consapevolezza del processo conoscitivo;
- esperienza quindi come qualità della conoscenza e del cambiamento.

Una cultura che si muove guardando alla relazione al mondo è una cultura che guarda non agli "oggetti" ma ai processi, il che implica il guardare, il percepire il mondo non per quello che è già dato ma per come si dà ciò che c'è. Questo vuol dire che la pratica di Counselling è improntata a un pensiero del "come" invece del "che cosa", un pensiero che si muove non intorno alle cose, alle persone, alle esperienze, ai sistemi come già configurati definitivamente, in modo stabile ed identici a sé stessi, ma a come questi soggetti menzionati sono e fanno quel che fanno. E questo vuol dire che niente più rimane ovvio e stabile.

Pensare al come cambia il significato di ciò che c'è privilegiando la costruzione di senso, fa emergere l'essere ingombrati tanto dalle proprie fisse visioni, interrompe con le cristallizzazioni e fornisce la possibilità di ipotizzare nessi tra elementi contigui.

Il pensiero del come porta con sé la dialettizzazione tra elementi e la pratica dialogica come l'unica forma possibile di riconoscere, confrontare e integrare le differenze. La relazione intersoggettiva è una forma di comunicazione dialettica, dove la presenza di due soggetti riconosciuti come tali, non può portare alla dicotomia tra posizioni "giuste" e posizioni "sbagliate", tra visioni errate e visioni corrette, ma ognuno parla dal proprio mondo, che vuol dire "le mie cose" e "le tue cose" e così dalla differenza si aprono molte possibilità.

COMPETENZE SPECIFICHE DELLA PROFESSIONE

Secondo il modello fenomenologico-esistenziale dell'AICo, il Counselling si definisce per le seguenti competenze specifiche:

- 1) Gestione della relazione**
- 2) Gestione dell'esperienza**
- 3) Motivazione e mobilitazione di risorse**
- 4) Monitoraggio del processo**

1) Gestione della relazione

Il lavoro del Counsellor inizia attraverso una fase di accoglienza, nella quale cerca di comprendere la domanda precisa del cliente, il suo contesto di riferimento e la sua motivazione all'essere aiutato, al fine di impostare un piano di intervento efficace e coerente. Tutto ciò si realizza attraverso la creazione di una relazione di aiuto fondata su reciprocità e cooperazione.

Il Counsellor è in grado di impostare e mantenere una relazione d'aiuto finalizzata a:

- instaurare un primo contatto con il cliente, comprendere la domanda, i bisogni e le motivazioni alla consulenza;
- dare una prima risposta in termini di informazione sulle procedure e sulle modalità del trattamento dei problemi presentati;
- guidare il cliente in un percorso di esplorazione, riconoscimento, identificazione e delucidazione della sua esperienza;
- aiutare il cliente a riconoscere ed a riappropriarsi delle sue esperienze e dei suoi apprendimenti favorendo, così, l'assunzione di una posizione consapevole e responsabile nei confronti delle scelte future;
- relazionarsi con altri professionisti: il Counsellor è consapevole che l'intervento di consulenza e aiuto molto spesso di affianca ad interventi condotti da altri professionisti. Consapevole di ciò, è in grado di lavorare in gruppo o in team o gestire le relazioni con altre figure professionali complementari in modo sinergico e collaborativo.

2) Gestione dell'esperienza

Il Counsellor è in grado di condurre una serie d'interventi finalizzati all'esplorazione, alla chiarificazione e alla comprensione delle situazioni problematiche; è in grado di comprendere i motivi del disagio e la situazione problematica portata dal cliente. In questo ambito vanno menzionate tutte le competenze comunicative (ascolto, chiarificazione, rispecchiamento, riformulazione, maieutica, sintesi, confronto, ecc.) che vanno costituire, nello specifico, i seguenti atti tipici di questa professione:

- Un primo e fondante atto tipico del Counsellor consiste nell'aiutare la persona ad aiutare sé stessa. Fare questo vuol dire per il Counsellor non perdere mai il contatto con l'esperienza del cliente e la sua narrazione; la persona nella sua esplorazione procede così tenendo sempre le redini del suo senso della vita e il percorso si orienta sempre secondo la sua volontà: procede fin dove vuole, e vuole dove lo spingono i suoi bisogni e le sue aspirazioni. Nel Counselling è il volere del cliente, l'asse portante del processo.
- Un secondo atto tipico del Counsellor è accompagnare il cliente nell'avventura di chiedersi quali alternative comportamentali ha davanti a sé per realizzare i suoi progetti di vita, e, dati i costi e i benefici, quali vie decide di perseguire e aggiungere qualità alla sua vita. Accompagnare il cliente consiste nel chiamare la sua attenzione nei luoghi in cui abitualmente guarda poco, allo scopo di permettergli di osservare un maggior numero di elementi utili alle sue considerazioni sui costi e sui benefici, così che possa esercitare il libero arbitrio in modo responsabile riguardo alla sua vita.
- Un terzo atto tipico che caratterizza l'attività di Counsellor può essere indicato come rispetto del campo di coscienza del cliente: il Counsellor non è un attivatore di risorse inconsce, ma il suo atto attento è rivolto a quel che c'è nella coscienza del cliente. Questo rivolgersi a quel che c'è nella coscienza del cliente va inteso come rivolgersi a ciò di cui il cliente riconosce come presente nel proprio spettro di consapevolezza o esperienza. In nessun modo va inteso come il riconoscimento di qualcosa che potrebbe esistere nel campo di coscienza del cliente, che il Counsellor riconosce ma che il cliente non sa di avere.
- Un quarto atto tipico del Counsellor è la pratica dell'immaginazione considerata presupposto fondamentale dell'azione; il cliente viene accompagnato dentro opzioni presenti nel suo campo di esperienza, in modo da poter scoprire con poco sforzo aspetti della vita di cui non conosce ancora né costi né benefici, e valutarne l'importanza per l'economia della sua esistenza.
- Un quinto atto tipico del Counsellor è dunque aiutare i clienti a costruire progetti, cosa che richiede strumenti di coordinamento delle risorse e delle parti dell'esperienza del cliente; oltre che dalla logica

questi vengono forniti dall'etica e dall'estetica per cui nel supporto alla costruzione di un progetto diventa fondamentale aiutare il cliente nel riconoscimento delle differenze e delle preferenze che può sperimentare rispetto a ciò che gli sta a cuore o che desidera per sé nel mondo. E poiché il Counsellor non esercita nessun tipo di conoscenza aprioristica sulla vita del cliente, questo lavoro di progettazione è frutto di una co-costruzione tra Counsellor e cliente. È importante sottolineare, anche in questo frangente, che nessuna riformulazione, nessuna soluzione, nessuna definizione è valida se non riconosciuta esplicitamente come tale dal cliente, che la valuta in base alla sua capacità di prevederne gli effetti sulla sua vita, attraverso la sua capacità di prefigurazione.

- Un sesto atto tipico del Counsellor è aiutare il cliente a riconoscere uno spazio dialogico che consenta uno scambio tra sé e sé e consenta un processo di dialettizzazione che renda possibile un atto creativo che genera cambiamento. Il Counsellor, appoggiato su questi presupposti, non sta cercando di "risolvere" qualcosa, sta solo rendendo possibile che la persona scambi qualcosa con sé stessa, in questa intercapedine o spazio tra sé e sé; per fare questo cerca di sviluppare le potenzialità già presenti nella persona, potenzialità che sono molto più numerose di quelle che utilizza abitualmente.
- Un settimo atto tipico dell'attività del Counsellor è orientare il cliente a differenziare gli oggetti dai fenomeni. E così il Counsellor non si rivolge ai significati codificati degli oggetti di mondo, ma ai vissuti che da questi originano e che il cliente è chiamato a utilizzare per dare forma alla soluzione creativa e uscire dalla propria difficoltà di scelta. Ed è per questo che il Counsellor non guida a una conoscenza sul "cosa" ma sul "come" degli eventi. Tale "come" non può che essere accolto dal Counsellor nei *modi in cui esso si dà al cliente*.

3) Motivazione e mobilitazione di risorse

L'intervento sulla motivazione mira a creare una relazione di collaborazione tra il professionista e il suo cliente al fine di rendere efficaci i risultati dell'intervento. Ciò è particolarmente importante nelle situazioni di consulenza nelle quali si riconosce un "committente" ed un "destinatario", ad esempio un responsabile del personale che commissiona un intervento di Counselling su un'equipe di lavoro.

Inoltre, il Counsellor è in grado di utilizzare abilità di sostegno e mobilitazione delle risorse nel cliente durante tutto il processo della consulenza. Questo è un aspetto fondamentale in quanto, nello spirito del Counselling, tutto il lavoro è finalizzato ad aiutare il cliente ad aiutarsi, quindi ad essere "parte attiva" del processo.

4) Monitoraggio del processo

Il Counsellor è in grado di controllare e monitorare l'intervento di Counselling che parte dall'analisi della domanda iniziale, dalla valutazione nel corso dell'intervento e dalla verifica a distanza.

Il Counsellor è attento alla valutazione del processo e alla verifica dell'effetto nel senso di assicurarsi che il suo lavoro vada in una direzione congrua alle richieste del cliente.

Il Counsellor è in grado di riconoscere situazioni problematiche che esulano dalle sue competenze e che necessitano di un aiuto di ordine specialistico medico, psichiatrico o psicologico.

Il Counsellor esercita la sua professione in modo autonomo oppure in collaborazione con altre figure professionali di aiuto ove il cliente sia inserito in programmi di sviluppo, terapeutici o di riabilitazione psicosociale.

Il Counsellor concorre direttamente all'aggiornamento relativo al proprio profilo professionale.

Il Counsellor svolge la sua attività in autonomia o in strutture pubbliche o private in regime di dipendenza o libero professionale.