

Chi è il counsellor: un tentativo di definizione

Pio Scilligo
Socio fondatore CNCP
Presidente CNCP
Scuola Superiore in Psicologia Clinica - IFREP93

Introduzione

Il *counselling*, come attività interpersonale in cui si discute e si prendono decisioni insieme per affrontare situazioni di vita che richiedono scelte ponderate, è chiamato anche *consultazione* e *consulenza*. La parola *consultazione* è la più vicina al significato di *counselling* come attività in cui si discutono problemi di gestione della vita quotidiana in vista di scelte decisionali, mentre la parola *consulenza* è più vicina al significato di dare consigli e pareri; è anche la parola che contestualmente è la più vicina e corrispondente alla parola *counselling* come intesa dai professionisti di lingua inglese.

Nella lingua italiana potrebbe essere del tutto appropriato adottare la parola *consulenza*, che ha essenzialmente lo stesso significato ambiguo attribuito dai professionisti di lingua inglese alla parola *counselling*. Il significato dominante etimologico per gli inglesi è *dare consigli e pareri*, ma l'uso nel contesto dei professionisti dell'aiuto rispecchia più da vicino il significato di *discutere e deliberare insieme*, in vista di un obiettivo proposto dal cliente e condiviso dal consulente. Il lettore potrà scegliere di usare indifferentemente *counselling* o *consulenza*, proprio perché le due parole, ognuna nella sua lingua, corrispondono bene nel significato e nella loro ambiguità. Oggi l'uso popolare tra i professionisti dell'aiuto sta favorendo la parola *counselling* al posto di *consulenza*, perché quest'ultimo termine è recepito più frequentemente nel significato di dare pareri e consigli e *counselling* nel significato di *discutere e deliberare* insieme in un contesto nel quale domina la parità tra gli interlocutori anziché una relazione di dipendenza gerarchica.

Nonostante la nostra preferenza intuitiva per la parola *consulenza*, perché è la parola italiana che riflette proprio il significato di *counselling* della lingua inglese, compresa la sua connotazione ambigua, adotteremo *counselling*, perché ormai entrata nell'uso¹. Useremo la parola *counselling* (consulenza) per indicare l'attività creativa di due persone che interagiscono nelle situazioni di aiuto; useremo il termine *counsellor* (consulente)

¹ Sarà usata la parola *Counselling*, perché è quella ormai entrata ampiamente nell'uso quotidiano. L'uso della parola *Counselling* fa parte di una tendenza spiccata nella lingua italiana di usare parole inglesi anche se esiste la corrispondente parola italiana, ad esempio chi segue tale tendenza usa la parola *trend* anziché *tendenza*. Nella mia cultura vetero germanica chiamiamo *minestra di ricotta* il dialetto parlato dalle persone più giovani che hanno creato una parlata ibrida né italiana né dialettale, però si fanno capire alla maniera con la quale si faceva capire dalle colleghe di San Francisco la mamma che raccontava alla sua amica di origine italiana che il figlio aveva *ciumpato la fensa* e aveva mangiato la *checa* (aveva saltato la ringhiera e mangiato la torta) al rientro in casa alla sera tardi. Mentre sembra meno accettabile il linguaggio del *know au* (know how, senza pronunciare l'h e che in italiano significa *il saper fare*), del training (magari pronunciando *trainingh* anziché *training* e che significa *formazione*), del supportare (dall'inglese support che certamente non si confonde, nella lingua inglese, con *bear* per indicare sopportare, ma che in italiano si confonde facilmente con sopportare quando abbiamo una parola italiana ben precisa, *sostenere*, che ci aiuta a non confondere supportare con sopportare quando parliamo in fretta). Alcune parole, ad esempio *counselling*, entrano così prepotentemente nella lingua da essere adottate quasi naturalmente nonostante che ci sia il corrispondente italiano. Non sembra realistico contrastare una tendenza secolare della graduale trasformazione delle lingue, ma è anche importante puntare a comunicare con chiarezza.

per indicare la persona alla quale si chiede di mettere a disposizione la propria esperienza e i propri saperi per esaminare e discutere i contenuti che interessano il *cliente*; il *cliente* è la persona che chiede aiuto, perché ritiene di volere attuare dei cambiamenti nel comportamento, nel sentire, nel pensare così da vivere in modo piacevole, ricco, con iniziativa assertiva e adattamento costruttivo per sé e per la comunità nella quale vive.

Definizione di counselling

Scegliere la parola *counselling* per denotare un'attività relazionale di aiuto è un passo necessario perché così si ha il nome di un'attività professionale. Occorre fare un secondo passo, specificare il significato e l'estensione dell'attività del counselling per non cadere nel trabocchetto di connotare e denotare concetti diversi con lo stesso nome, o concetti uguali con nomi diversi, come potrebbe succedere per i concetti di counselling e psicoterapia, e avere poi la pretesa di avere creato una distinzione, come nel caso della terapia e del counselling, solo perché si sono usati nomi diversi. Occorre una definizione di counselling che aiuti a dare un significato circoscritto all'attività denotata in modo che rifletta le intenzioni della persona che opera come counsellor. Proponiamo la seguente definizione di *counselling*:

Il counselling è un intervento interpersonale nel quale due o più persone condividono saperi ed esperienze atte a creare le condizioni perché la persona che chiede aiuto scelga e decida in modo informato e autonomo di attivare comportamenti, pensieri e modi di sentire che soddisfino le intenzioni e le aspettative costruttive di vita proprie e degli altri.

Un breve commento della definizione aiuta a coglierne i significati più pregnanti. *Il counselling è un intervento interpersonale*: presuppone la interazione tra due persone che co-costruiscono significati sulla base di informazioni ed esperienze presentate in prima istanza dalla persona che chiede l'intervento di aiuto, ma che sono arricchite in vario modo dalla persona che riceve la richiesta di aiuto. Il counselling usa le risorse di due persone e ha un impatto su tutte e due, perché nello scambio di informazioni e di significati, insieme costruiscono una nuova visione della realtà e dei vissuti reciproci con la possibilità di nuove scelte operative.

Le due o più di due persone condividono saperi ed esperienze. L'esperienza del *counselling* è essenzialmente una condivisione delle risorse e una ricostruzione dei loro significati in vista di un agire. Il cliente non trova solo nella propria esperienza di vita risorse e conoscenze, ma è arricchito anche dalle conoscenze e dalle risorse del counsellor e delle persone con le quali si confronta. Si tratta della scoperta e della condivisione di significati, del recupero e della simbolizzazione di vissuti che permettono di dare senso a ciò che fa la persona che chiede aiuto. Il cliente crea significati nel dialogo con il consulente, scopre nuove alternative e le comprende nel contesto della vita personale, interpersonale, culturale e interculturale.

Atte a creare le condizioni perché la persona che chiede aiuto scelga e decida in modo informato e autonomo di attivare comportamenti, pensieri e modi di sentire: il counselling aiuta a prendere coscienza del proprio mondo *relazionale* (Mitwelt), *fisico* (Umwelt) e *personale* (Eigenwelt) per cogliere come si correlano,

come sono interdipendenti e come sono componenti necessarie nell'affrontare situazioni che costituiscono problema. Nuovi comportamenti, nuovi pensieri e nuovi modi di sentire sono il risultato di una conoscenza consapevole di sé e delle proprie azioni e servono come base per nuovi orizzonti e nuove scelte.

Che soddisfino le intenzioni e le aspettative costruttive di vita proprie: gli obiettivi del *counselling* riguardano l'orizzonte del cliente, le sue istituzioni valoriali, i suoi normativi, le sue creazioni e le sue aspirazioni. I punti di arrivo che il cliente intuisce come obiettivi da raggiungere sono legati al suo quadro di valori, non necessariamente a quello del counsellor. Inoltre, secondo questa definizione di *counselling*, l'attività di aiuto fa leva su una visione creativa prospettica del cliente oltre che su una visione esperienziale nel qui e ora e storica.

E quelle degli altri: si presuppone che le intenzioni e le aspettative della persona che chiede aiuto tengano conto del fatto che ogni persona è parte di un tutto, della comunità planetaria, della comunità locale, della comunità familiare. In altri termini i desideri e le aspettative sono parte di un contesto nel quale sono presenti altre persone e oggetti che necessariamente convivono e si incontrano perché sono abitanti dello stesso pianeta. Così, ad esempio, se la persona si presenta con un conflitto derivante da quanti soldi guadagna, non potrà seguire i suoi desideri di possesso illimitato senza tener conto della sopravvivenza di altre creature attorno a sé. Questo discorso cozza contro un mito prevalente che il *counselling* possa essere neutro e non debba fare i conti con le istituzioni di persone e di gruppi.

Che cosa il counselling è e che cosa non è

Per scopi didattici e di apprendimento talora si formulano affermazioni piuttosto perentorie di cosa il counselling è e non è dal punto di vista delle modalità di intervento. Saranno esaminate alcune affermazioni di questa natura per coglierne la loro sostanziale accettabilità ma allo stesso tempo mettendo in rilievo che qualsiasi affermazione bianco-nero va presa con una buona dose di elasticità.

Il counselling non è una discussione. Il counselling può essere una discussione attraverso la quale si evidenziano le informazioni importanti necessarie per prendere delle decisioni. Non può essere, per ragioni di rispetto della persona che chiede aiuto, un tentativo di obbligarla ad accettare dispute che con una logica ferrea la mettono contro il muro e non permettono scelte alternative o scappatoie. La capacità critica del cliente è una preziosa fonte di informazioni e può servire per cogliere sfumature, aspetti, dettagli, premesse e conseguenze che emergono soprattutto in un confronto paritario a due. Una discussione rispettosa dell'intelligenza e degli spazi di manovra degli interlocutori può essere una squisita strategia di analisi per aiutare il cliente a raggiungere una *sua* decisione, facendo leva sulla sua competenza adulta piuttosto che sulla sua sottomissione acritica e imposta. La disputa di Ellis certamente ha un posto nel counselling, ma non può essere una strategia di svalutazione dell'iniziativa e della perspicacia del cliente; può invece essere uno strumento che aiuta il cliente a trarre le sue conclusioni e i suoi normativi intelligentemente elaborati.

Il counselling non è un'intervista. E' più vicino alla realtà considerare il counselling anche un'intervista importante e necessaria, durante la quale in modo tranquillo e naturale si crea spazio affinché il cliente possa fare la sua narrazione e da essa il counsellor possa spigolare informazioni e fatti per capire il mondo del cliente, dove vuole arrivare, cosa è di intralcio in quello che vuole attuare, quale percorso facilita l'attuazione di quanto gli sta a cuore; il counsellor efficace chiede dettagli e ampliamenti della narrazione, che permettono di capire su quale terreno il cliente poggia la sua vita. Questo tipo di intervista talora è la chiave di volta perché il cliente capisca se stesso e intraveda alternative e soluzioni che prima erano nascoste. Un cliente si sentiva costretto e oppresso dall'assunzione quotidiana di una medicina, necessaria per la sua sopravvivenza. Nel colloquio il counsellor fece una breve intervista chiedendo al cliente se aveva fatto colazione due giorni prima, se l'aveva fatta il giorno prima, se l'aveva fatta anche nello stesso giorno dell'intervista e se aveva intenzione di farla anche il giorno dopo. La risposta fu un chiaro sì in tutti i casi. Allora il counsellor soggiunse: "che ne dici, potresti fare di questa medicina una specie di colazione"? Il cliente sgranò gli occhi, si mise a ridere e disse "non ci ho mai pensato, ma guarda un po' come può essere semplice". Qui c'è una breve intervista, c'è un consiglio coperto da una domanda e il cliente usa pienamente la sua competenza adulta per prendere la decisione di considerare la medicina da prendere tutti i giorni come una specie di colazione. Allora in molte situazioni l'intervista è una componente molto importante del processo di *counselling*.

Il counselling non è un interrogatorio. Certamente il cliente non deve avere la sensazione di essere in tribunale sotto la requisitoria di un giudice, ma il consulente esperto sa fare molte domande e in questo modo contestualizzare e mettere insieme un poco alla volta pezzettini sparsi di informazione fino a costruire un significato risolutivo prima non immaginato. Può essere una strategia educativa utile insegnare agli allievi futuri counsellor che nel colloquio non si chiede "perché", ma presto, molto presto, gli stessi allievi devono imparare che i "perché?" hanno un posto importante nel colloquio.

Il counselling non è un discorso del consulente. In molte situazioni al cliente fa bene e si attiva attraverso un discorso semplice che spiega come si attua una procedura, come si usa uno strumento e dove si va per avere delle informazioni affidabili. Un discorso può essere necessario soprattutto quando il cliente è così gravemente disinformato che ha bisogno di avere informazioni specifiche procedurali per attivarsi e iniziare l'azione. Certamente non è un discorso fatto da un giudice che arringa la platea o fa la predica. E' anche vero che se in una seduta parla di più il counsellor di quanto parli il cliente, occorre saper fare l'ipotesi che ci si possa trovare di fronte a un probabile indicatore di un *counselling* di bassa lega. Il cliente non è una carta assorbente di informazioni impacchettate unilateralmente dal counsellor.

Il counselling non è una confessione, dicono alcuni. In tante situazioni il cliente ha bisogno di esplicitare gli errori che ha fatto per capire in che modo è arrivato a tanto, da dove è partito, quali percorsi ha seguito per finire nell'errore di cui adesso paga uno scotto e che non vuole più pagare. Certo, vomitare addosso al counsellor le proprie malefatte non ha molto senso né per il counsellor né per il cliente, soprattutto se il cliente

è incline a usare l'arte di dipingere tutto di nero. Molte volte è importante bloccare il cliente dal confessare i suoi *peccati* e portarlo piuttosto ad esaminare cosa può fare per non ripeterli. Il counsellor non assolve dai peccati, prerogativa dei preti, ma, come i preti, aiuta a correggere e a fare scelte nuove e per fare ciò in molte situazioni è importante mettere sul tavolo dell'analisi gli errori che non si vogliono ripetere.

Il counselling non mira a una diagnosi. Se un lavoratore viene da un consulente e dice che non vorrebbe licenziarsi, ma si sente costretto a farlo perché non può tornare a vivere in quell'ufficio, vale la pena capirci qualche cosa, esaminare la situazione e scoprire, forse, che in quell'ufficio non ci sono finestre e che se si aprisse una finestra sarebbe possibile ritornarci a lavorare. Chiamerei questo diagnosi o meglio ricognizione conoscitiva. Certo, se per diagnosi si intende fare un interrogatorio di terzo grado per avere gli elementi per appiccicare al cliente un'etichetta psichiatrica o qualsiasi altro epiteto non gradito che potrebbe persino avvallare la passività del cliente che chiede la "diagnosi", allora il *counselling* diagnosi non è.

Dopo questa analisi un po' scherzosa, un po' irritata e molto di buon senso, una conclusione è possibile. Il punto non è tanto cosa deve fare e cosa non deve fare il counsellor, se deve escludere o no consigli, domande, critiche, ecc..., ma piuttosto si tratta di vedere come usare diverse modalità di intervento, come contestualizzarle, come usarle con tatto e contestualizzazione adatta all'intelligenza, all'autonomia e alle abitudini culturali del cliente. Uno dei contesti sempre importante è quanto qualsiasi intervento serve al cliente per capire la situazione, per cogliere le relazioni di causa - effetto, per prendere consapevolezza di quali sono le sue reazioni emotive di fronte a situazioni significative in modo che possa vedere le emozioni come segnali per fare delle scelte, prendere delle decisioni nel rispetto di linguaggi e modi di procedere personali e culturali non lesivi del diritto di essere trattato come persona meritevole di stima e rispetto. Nel *counselling* si può intervenire anche con degli ordini perentori se essi sono l'unico modo per bloccare una mossa altamente distruttiva per una persona che volesse risolvere una difficoltà con metodi che le procurano gravi danni, come vendicarsi sotto forti impulsi di rabbia. Potrebbe trattarsi di situazioni nelle quali non si possono fare ipotesi di natura patologica, perché in tal caso è meglio che il counsellor pensi a invii a professionisti che hanno le competenze del caso. Se da un lato in qualsiasi consulenza nessuno può ritenere rispettoso un intervento che toglie libertà alla persona, dall'altro è importante capire i significati culturali dei modi di agire e di procedere. Molte parole complicate ed astratte possono essere offensive per una persona concreta e abituata al normativo tanto quanto può risultare offensivo un intervento normativo per una persona abituata a relazioni nelle quali domina il descrittivo e la riflessione. Considerare i contesti culturali diventa sempre più impellente in un mondo nel quale le culture si mescolano e avvengono delle rotture significative nei significati a diversi livelli di età. In ultima analisi neppure un bambino può essere considerato una vittima della guerra nella quale bisogna portare tutto all'ammasso, compreso il cervello. Anche con il bambino piccolo si può ragionare e talora occorre esplicitare dei normativi del tipo "nella nostra famiglia facciamo le cose in questo modo e non in quel modo", oppure del tipo "come cittadino di questo paese con la costituzione che abbiamo non può fare quello

che vuole fare”. Naturalmente tali conclusioni normative sono sempre corredate di adeguato contesto descrittivo.

Tra gli assunti di base che il counsellor non può accettare c'è quello di avere sempre a che fare con clienti YAVIS (Young=giovani, Adult=adulti e ragionevoli, Verbal=loquaci, Intelligent=intelligenti, Socialized=socializzati secondo culture specifiche) clienti che oltre ad avere un sé bene integrato siano giovani, adulti, di grande fluidità verbale e educati secondo l'istituzione cara al counsellor. Alcune delle obiezioni fatte più sopra ai cosiddetti processi proibiti derivano dal fatto che tali proibizioni sono costruite su presupposti che ignorano le pluralità culturali e subculturali, in parte derivanti da una tradizione di clienti o pazienti che non avevano reale bisogno di *counselling* o psicoterapia ma solo di analisi e che erano in grado di spendere molti soldi.

La natura del *counselling* descritto sembra coerente con la visione del *counselling* affermata dall'Associazione Europea di Counselling:

“I counsellor professionisti lavorano con individui, famiglie ed organizzazioni. Il counselling è un impegno condiviso tra counsellor e clienti per identificare obiettivi e possibili soluzioni a problemi che causano disagio emozionale; gli interventi mirano a migliorare la comunicazione e le capacità di affrontare sfide, a rafforzare la stima di sé, a promuovere cambiamenti nel comportamento e nel benessere mentale. Attraverso il counselling si esaminano comportamenti, pensieri e sentimenti che provocano disagio nella vita quotidiana. Si imparano modi efficaci di affrontare problemi facendo leva sulle risorse personali. Il counsellor professionista promuove la crescita e lo sviluppo personale secondo modalità che potenziano gli interessi e il benessere del cliente”.

In breve, usa tutti i modi congruenti con l'assunto del rispetto e dell'autonomia del cliente per promuovere il suo benessere e prevenire il disagio.

Chi è il counsellor

Il counselling nel nostro paese è ancora alla ricerca di una chiara identità. Nella giornata di confronto che si è svolta a Formia il 20 ottobre del 2005 ho presentato alcune prospettive di identità facendo riferimento alla natura del contenuto lavorativo del counsellor.

Ripresento la tabella riassuntiva per conoscenza e come punto di confronto e di discussione al fine di puntualizzare la nostra identità.

Mi muoverò poi con qualche spunto focalizzato che mi sembra utile tenere presente sia nel definire l'orizzonte del counselling sia nella formazione dei counsellor. E' urgente tenere i piedi sul nostro territorio, senza invadere quello gelosamente custodito da altri. La tabella 1 aiuta a creare una distinzione da un territorio vicino al counselling, la psicoterapia, che il counsellor non deve invadere, perché la legge italiana non lo consente.

Tab. 1 - Una distinzione tra counselling e psicoterapia sulla base di tre dimensioni

classificatorie del problema da affrontare: *patologico/non patologico, conscio/non conscio, soggettivo/oggettivo.*

| Natura del problema | Non patologico | | Patologico | |
|----------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|--------------|
| | conscio | non conscio | conscio | non conscio |
| Interno alla persona | Counselling/ Psicoterapia | Psicoterapia/ Counselling | Psicoterapia | Psicoterapia |
| Esterno alla persona | Counselling | Counselling/ Psicoterapia | Psicoterapia/ Counselling | Psicoterapia |

Nel leggere la tabella si può osservare un ordine che può aiutare a distinguere il counselling dalla psicoterapia tenendo presenti le tre dimensioni. Se si parte dall'angolo inferiore a sinistra della tabella, dove il problema esterno alla persona, di natura conscia e non patologica, e ci si muove verso la casella in alto a destra dove il problema diventa interno alla persona, inconscio e patologico, evidentemente si passa da un problema chiaramente di counselling ad un problema di psicoterapia. Le aree intermedie richiedono notevole competenza e analisi contestuale per decidere se l'intervento è più di competenza del counsellor o dello psicoterapeuta. Se gli indicatori puntano più significativamente verso la patologia, il counsellor deve inviare al professionista competente. Se gli indicatori riguardano chiaramente il mondo conscio e la problematica è legata principalmente a fattori esterni di normale gestione della vita e non è stravolta dai significati proiettivi del mondo interiore della persona, l'intervento richiesto è di competenza del counsellor e non esclude necessariamente lo psicoterapeuta.

La scelta di cosa può o non può fare il counsellor dipenderà anche dal modello di comprensione della persona che egli usa. Ci si trova necessariamente di fronte alla necessità di esprimere dei giudizi derivanti da un'analisi competente e contestualmente informata.

Come in tutte le situazioni umane, il mondo in sé non è categorizzato, ma vengono fatte distinzioni sulla base di concetti creati e definiti intelligentemente, con confini sfumati e aree grigie tra un concetto e l'altro.

Ho letto diverse definizioni di counselling. Poche aiutano a separare il campo dello psicologo psicoterapeuta da quello del counsellor. Ritengo che ciò si verifichi per due ordini di ragioni. Molti studiosi attingono alle conoscenze che derivano dai libri di counselling del mondo anglosassone, dove non occorre una distinzione netta e chiara tra contenuto di counselling e contenuto di psicoterapia, perché il counselling è quasi sempre inteso in termini di counselling psychology; inoltre quando si intende counselling, non c'è una legge che dice che il counsellor non può in nessun modo addentrarsi nell'ambito della psicoterapia, neppure in un ambito confuso di confine di definizione di concetti.

In secondo luogo, spesso il criterio di distinzione tra counselling e psicoterapia è la durata dell'intervento: se breve è piuttosto counselling che psicoterapia; ma ci sono psicoterapie brevi che sono chiaramente psicoterapia, perché implicano strategie momentanee di contenimento di competenza dello psicoterapeuta e richiedono elevata competenza e conoscenza del modo di funzionare psicologico delle persone. Rimane vero che il counselling, come definito dallo schema della tabella 1, non può durare moltissime sedute, altrimenti si

può pensare che ci sia in atto qualche trasformazione profonda dell'organizzazione schematica mentale della persona, e ciò non è compito del counsellor.

Altre volte le definizioni di counselling in cui mi sono imbattuto si fondano esclusivamente sulle descrizioni delle procedure che si adottano e che si possono adottare ugualmente bene nella psicoterapia e nel counselling. Ciò rende difficile usarle come criterio di distinzione. Per distinguere il counselling dalla psicoterapia è necessario prendere atto sia della metodologia sia del contenuto.

Voglio presentare alcuni spunti che possono aiutare a cogliere l'importanza del metodo e del contenuto per creare distinzioni nei due ambiti di competenza.

Sulla base di teorie processuali contemporanee in rapido sviluppo, di cui Freud è stato il primo promotore, si fa sempre più strada l'idea che il comportamento umano vada capito in relazione ai processi mediazionali, che sono in prevalenza di origine sociale. La fig. 1 aiuta a visualizzare la natura dei processi mediazionali.

L'ambiente fisico e umano influenza la creazione del mondo interiore della persona. L'interazione umana promuove la creazione di strutture complesse e gerarchizzate di memorie schematiche di natura *dichiarativa* e *procedurale*, cioè pertinenti al *contenuto* e al *come lo si gestisce*.

Le creazioni gerarchizzate sono in continuo flusso, ma diventano in parte anche cronicizzate e spesso, per cause svariatissime, ma soprattutto a causa di rapporti umani poco funzionali, alcuni insiemi di strutture schematiche non sono in grado di dialogare costruttivamente con l'esperienza personale e neppure con l'esperienza del mondo esterno.

Il diagramma indica che si possono distinguere almeno tre aree nel vissuto interiore delle persone: un'area conscia, un'area inconscia e un'area tacita. Le persone hanno notevole capacità di trasformare le strutture conscie con l'esperienza e con il dialogo interno, grazie alla capacità umana di mettersi in prospettiva, sperimentare la realtà in termini ipotetici e poi di verificarla con il confronto concreto e l'informazione che deriva dalla sperimentazione.

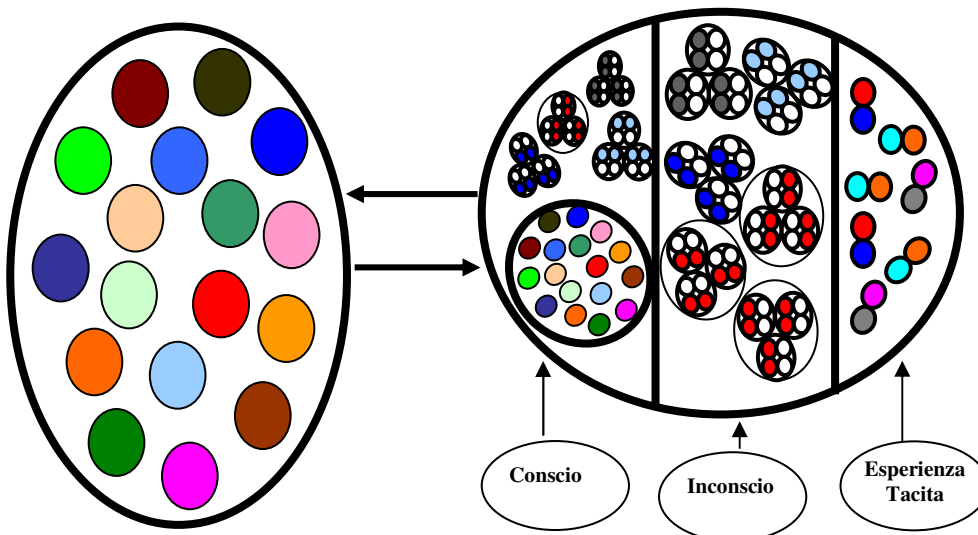


Fig. a – Una rappresentazione dell'ambiente esterno alla persona.

Fig. b – Un modo di rappresentare la persona come depositaria di schemi consci, inconsci e taciti.

Cambiare le strutture inconse è più problematico. Lo psicoterapeuta è lo specialista che interviene soprattutto sulle strutture inconse per cambiare i contenuti dichiarativi e procedurali; talora può intervenire in modo indiretto anche sul mondo tacito.

Il counsellor interviene contattando le strutture dell'ambiente e le strutture nel mondo conscio della persona. Egli può aiutare la persona a intravedere nuovi aspetti dell'ambiente, arricchirlo di nuove distinzioni e nuove consapevolezze; ma ciò comporta nel contempo arricchire la mente di nuovi processi discriminatori del mondo fisico e interpersonale a livello consapevole e quindi arricchire consciamente l'area che nella figura è delimitata da una rappresentazione che rassomiglia a quella della realtà esterna. Se le strutture schematiche indicate dai cerchi nella mente della persona, non sono gravemente carenti e non sono rigidamente collegate con il mondo inconscio così da non consentire una dialettica realistica con il mondo esterno, allora il counsellor è nel suo territorio di azione: ha la possibilità di intervenire e arricchire gli schemi che permettono un rapporto costruttivo con il mondo fisico e interpersonale, che in ultima analisi implica arricchire la mente di memorie dichiarative e procedurali che collegano il mondo esterno con il mondo conscio della persona.

Gli interventi che riguardano le relazioni tra le aree consce, inconse e tacite sono di competenza dello psicoterapeuta. Sono lavoro che riguarda lo psicoterapeuta anche gli interventi tra i processi schematici consci e la realtà se tale rapporto è gravemente contaminato da distorsioni provenienti dalle aree consce, inconse e tacite. Difficoltà che derivano da rapporti problematici nelle strutture ordinarie o di crisi che stanno al di fuori della persona, l'ovale dei contenuti del mondo esterno, e difficoltà di comprensione e di organizzazione delle risorse esistenti nel mondo cosciente, sono terreno sul quale si muove il counsellor.

Pertanto, il counsellor può aiutare i clienti ad arricchire di nuovi schemi dichiarativi e procedurali la loro mente, che col ripetersi possono diventare schemi automatizzati del mondo inconscio. Il counsellor non può intervenire su carenze significative nel mondo conscio legate a schemi non funzionali nel mondo inconscio. Può invece aumentare le memorie dichiarative riguardanti il mondo fisico e interpersonale e le memorie procedurali implicate nella gestione delle memorie dichiarative e il loro collegamento con i problemi esterni del momento. E' proprio qui dove lo psicologo psicoterapeuta e il counsellor possono invadersi reciprocamente, perché la divisione del territorio poggia sul significato e non esiste un confine fisso, non si tratta di strutture circondate da una pelle per cui uno sa se deve intervenire su un cuore o su un polmone. Ad esempio, se una persona non vuole prendere una medicina tutte le mattine, è un compito da counsellor spiegare che la medicina è un piccolo aggiuntivo alla colazione e la colazione fatta ogni mattina non stanca, e poco cambia se si aggiunge un nuovo piccolo companatico e guardando alla situazione in questo modo, cambia un piccolo schema mentale conscio. Ma se la persona che ha il problema non vuole prendere la medicina perché è

contaminata dal venditore che segretamente vuole danneggiare la persona che chiede aiuto e si è messo segretamente d'accordo con i familiari per fare tutto questo, allora chiaramente è un compito dello psicoterapeuta: si tratta, quasi certamente, di grave distorsione dei fatti dovuta a schemi disfunzionali nella mente del cliente e di collegamenti insoliti tra processi consci e inconsci.

Si può vedere facilmente che la distinzione può dipendere in modo importante dalla competenza conoscitiva ed ermeneutica del counsellor e dello psicoterapeuta.

Il counsellor di fronte a difficoltà psicologiche deve capire quando si tratta di carenze di informazioni e procedure operative per problemi legati a novità ambientali e quando invece si tratta di distorsioni dichiarative e procedurali di derivazione interna alla persona di natura conscia e inconscia.

In altri termini, come lo psicologo psicoterapeuta non medico non può fare il medico ma deve accorgersi quando il problema è medico e non psicologico e provvedere ad un invio, così pure il counsellor deve essere in grado di esaminare i contesti e agire con la propria competenza, per non sostituirsi allo psicoterapeuta, all'avvocato, al prete o mettersi a interpretare il Corano. Questi non sono compiti né dello psicoterapeuta né del counsellor.

Dalla disanima fatta emerge chiaramente che il counsellor deve essere competente e deve agire eticamente, e ciò in parte è un problema di formazione che promuove la responsabilità informata. Se il counsellor non è formato, rischia di diventare incapace di fare distinzioni nel mondo fisico e più ancora nel mondo psicologico.

Porto un esempio di analisi della competenza dello psicoterapeuta che indica quanto lo psicoterapeuta ben formato è prezioso e quanto quello incompetente crea danni, perché i risultati possono essere applicati anche al counsellor.

In una ricerca riguardante l'alleanza e la integrazione del sé dello psicoterapeuta si crearono tre livelli di integrazione dello psicoterapeuta come indicato dai diagrammi della figura 2

La figura c) rappresenta lo psicoterapeuta bene integrato perché è mediamente bene individuato e bene irretito, cioè sa asserire sé e sa dipendere flessibilmente. La figura a) rappresenta lo psicoterapeuta poco individuato e eccessivamente dipendente; lo figura b) rappresenta lo psicoterapeuta molto individuato e poco capace di dipendere.



Si sono anche rilevate le caratteristiche inconsce degli psicoterapeuti. Essi furono divisi in due gruppi: quelli che avevano difese inconsce costruttive e quelli che avevano difese inconsce distruttive (vedi fig 3)

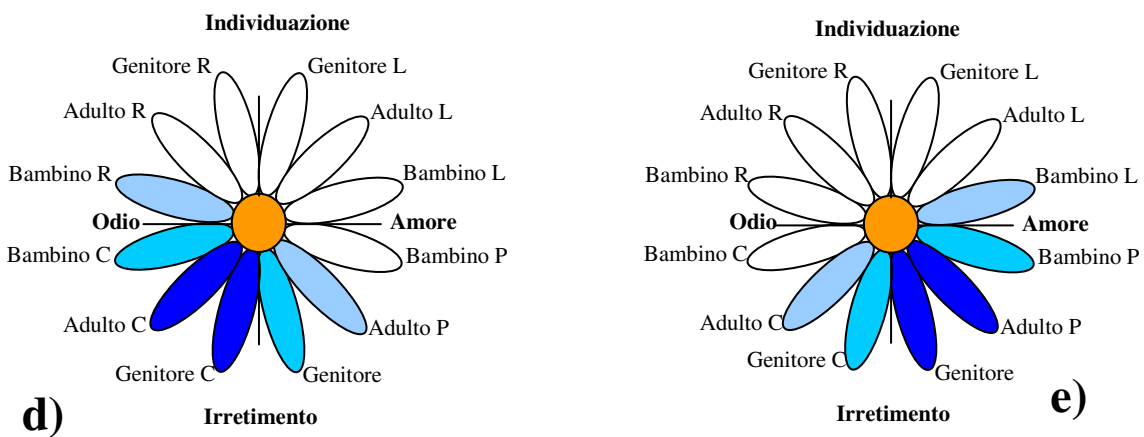


Fig. 3 – Natura dell'integrazione del sé degli psicoterapeuti a **livello inconscio**
d) Difese poco costruttive; e) Difese mediamente costruttive

Gli psicoterapeuti d) si difendono con l'attacco e il controllo, quelli e) invece si controllano benevolmente a livello difensivo.

Nell'analisi del comportamento di questi psicoterapeuti nel corso di tre anni di psicoterapia, si ottengono i seguenti risultati per quanto riguarda l'alleanza percepita dai loro clienti (vedi fig. 4).



Fig. 4 – Natura dell'alleanza affettiva (A) e dell'alleanza di lavoro per psicoterapeuti a tre livelli di maturità psicologica con difese inconse poco costruttive

Le figure A) e B) riguardano gli psicoterapeuti a diversi livelli di individuazione con difese positive, per l'alleanza affettiva (A) e l'alleanza di lavoro (B). Gli psicoterapeuti indicati con la linea con i triangoli, poco individuati, cioè con livelli scarsi di autonomia personale e con eccessi di dipendenza, iniziano con il livello di alleanza poco più alti degli psicoterapeuti maturi (linea con i rombi) e quelli con eccesso di individuazione (linea con i quadrati); nel secondo anno i subindividuati calano al livello più basso e al terzo anno salgono alle stelle. Di solito verso la fine della psicoterapia le alleanze diventano realistiche, grazie all'autonomia conquistata e i clienti si sganciano dallo psicoterapeuta. Per l'alleanza di lavoro quelli subindividuati partono con livelli alti, calano nel secondo anno, per probabile inefficacia, e nel terzo anno salgono ai livelli iniziali. Gli iperindividuati non cambiano. Gli psicoterapeuti maturi per l'alleanza di lavoro al terzo anno calano: hanno avuto successo nella psicoterapia e il cliente si avvia allo sgancio e a fare da sé.

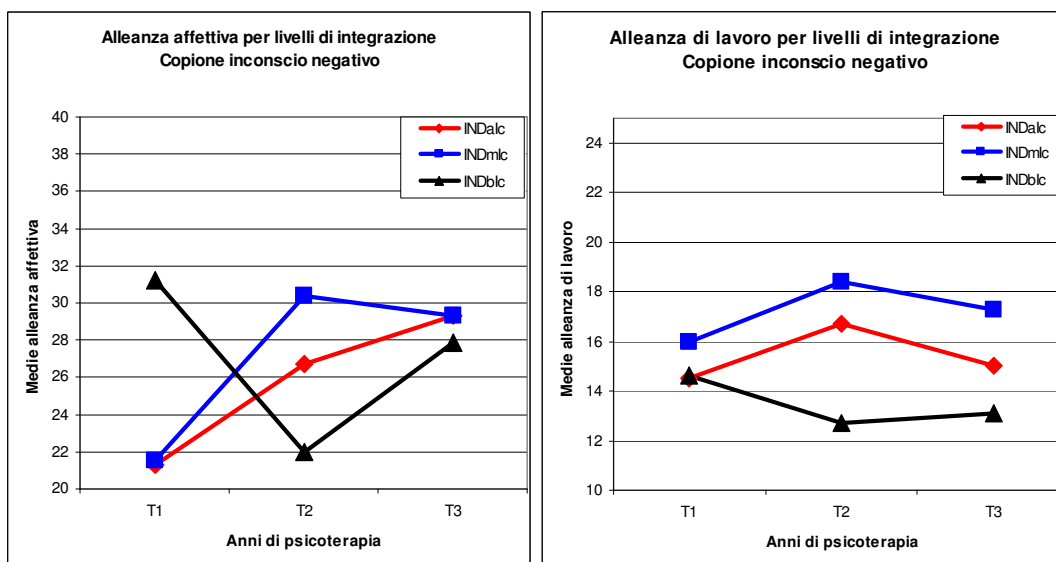


Fig. 5 – Andamento delle alleanze affettive e di lavoro con il passare degli anni di terapia per i terapeuti a tre livelli di

La figura 5 indica cosa avviene se gli psicoterapeuti hanno difese psicologiche poco costruttive. L'alleanza affettiva cresce con gli anni per gli psicoterapeuti iperindividuiati e quelli maturi per l'alleanza affettiva, rimane più o meno costante per l'alleanza di lavoro. Mentre per gli psicoterapeuti subindividuiati si ha il tipico calo e poi la risalita per l'alleanza affettiva, un segnale di confusione al secondo anno e di alleanza transferale; per questi ultimi psicoterapeuti l'alleanza di lavoro è bassa anche al terzo anno: i loro clienti rimangono probabilmente confusi per la scarsa progettualità tipica di questi psicoterapeuti, che tendono a rifarsi con intrappolamenti affettivi.

Il risultato più evidente dell'effetto negativo degli psicoterapeuti non preparati, perché carenti di competenza empatica, si ha nell'analisi dei modi di interagire con pazienti a diversi livelli di integrazione.

La figura 6 riporta i profili interattivi degli psicoterapeuti poco integrati. Il profilo dei terapeuti non maturi con pazienti bene integrati, indicati con il profilo dei rombi, si relazionano in modo maturo con i pazienti maturi: rimangono a livelli mediamente alti di relazioni libere e affettività positiva: c2, c3 e c4 alti, simili a quelli dei loro clienti. Se il cliente tende verso scarsa autonomia, del tipo indicato dal cerchio verde, lo psicoterapeuta problematico abbassa il c2 (libertà flessibili) e rimane a livelli buoni per c3 e c4, cioè perde in autonomia e rimane buono per i livelli di attaccamento affettivo e controllo benevolo, ma ciò riflette il profilo del cliente che pende verso amorevolezza e dipendenza; se il paziente è mal messo, come indicato nel cerchio più in basso ed è critico ed autoaggressivo, il terapeuta poco integrato incomincia a diventare poco amorevole, c3, benevolmente controllante, c4 e c5, ma anche criticamente controllante, c6, e attaccante, c7, proprio come è il paziente. In altri termini lo psicoterapeuta poco preparato a livello empatico fa comunella con il paziente e non riesce a mantenere una posizione di osservatore autonomo, progettuale e mediamente distaccato: spira con il vento che il cliente soffia.

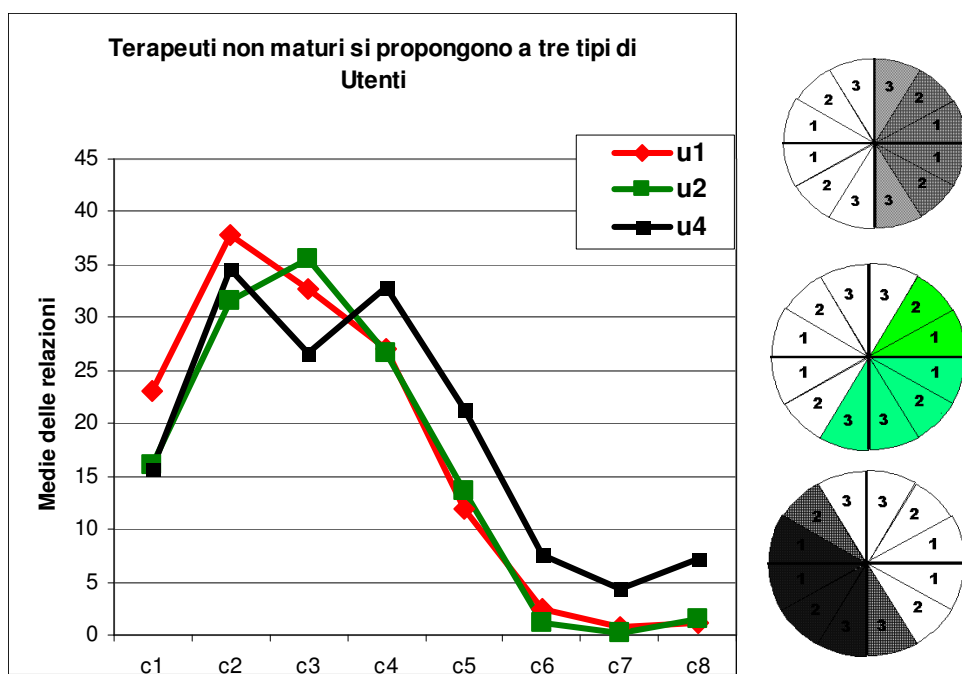


Fig. 6 – Come gli psicoterapeuti maturi (a) quelli problematici affrontano clienti a tre diversi livelli di problematicità.

La figura 7 invece indica come si comporta lo psicoterapeuta bene integrato: col crescere delle difficoltà del cliente cresce la capacità di porsi in termini antitetici che incoraggiano lo sviluppo di schemi interni di flessibile autonomia e dipendenza.

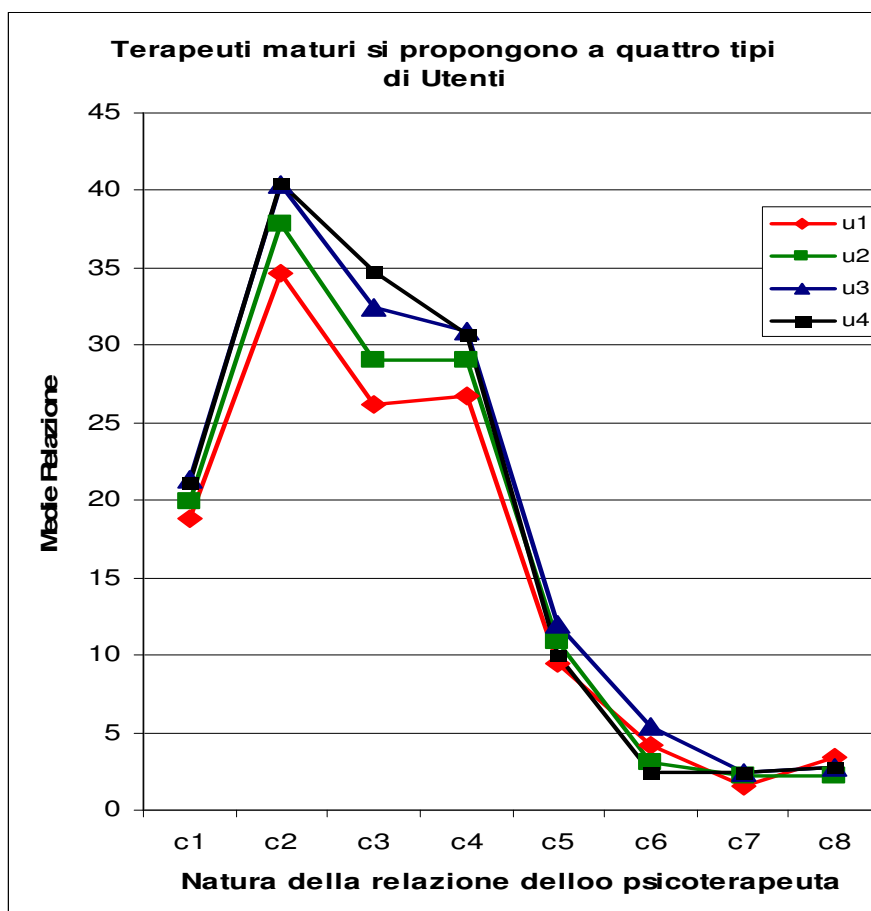


Fig. 7 – Profili del modo di intervenire dello psicoterapeuta ben formato in relazione al crescere delle difficoltà dei suoi clienti. I comportamenti c2, c3, c4, la terna del benessere, crescono con il crescere della patologia del cliente; i comportamenti patologici dello psicoterapeuta, c5,c6,c7, la terna della patologia, rimangono bassi e costanti.

Tutto questo significa che il counsellor poco formato e patologico, può diventare cieco rispetto ai problemi del cliente e se si mette a lavorare sul mondo interiore dei suoi clienti, nel miglior dei casi si comporterà da psicoterapeuta tutto fare che fa di tutte le erbe un fascio e applicherà molti interventi tecnici poco correlati con quello che occorre al cliente; oppure, se azzarda interventi che spettano allo psicoterapeuta, entrerà in processi transferali con i clienti e rafforzerà la loro patologia.

La ricerca suggerisce che occorre creare counsellor che sappiano distinguere bene l'ambito del loro intervento, che non si sovrapponga a quello degli psicoterapeuti. Allo stesso tempo è importante che il counsellor si formi come persona, per essere specchio limpido nelle sue letture del mondo del cliente, per vedere bene cosa può fare e cosa non può fare, e cogliere bene quali strumenti servono e quali non sono funzionali.

Occorre creare counsellor che sappiano individuare bene l'ambito del loro intervento e della loro competenza. Allo stesso tempo occorre che si formino come persone, per essere specchi limpidi nella lettura del mondo del cliente, condizione essenziale per vedere bene in quale terreno umano possono e non possono entrare e cogliere quali strumenti servono e quando inviare il cliente ad altri professionisti.

Bibliografia

- Addonizio, E. & Scilligo, P. (2000). Correlati psicologici del Sé Relazionale nel transessualismo, *Psicologia Psicoterapia e Salute*, 6, 337-386.
- Bevilacqua, M.T. & Scilligo, P. (2000). Correlati psicologici del Sé Relazionale nel travestitismo. *Psicologia Psicoterapia e Salute*, 6, 281-335
- Comelli, D. & Scilligo, P. (2001). Percezione di sé e relazioni familiari dell'omosessualità maschile. *Psicologia Psicoterapia e Salute*, 7, 79-114.
- Jovine, A. & Scilligo, P. (2001). L'omosessualità femminile e relazioni infantili con i genitori. *Psicologia Psicoterapia e Salute*, 7, 33-78.
- Scilligo, P. (2002). Disegno di Legge per l'accesso alla psicoterapia, Senato della Repubblica – n. 636. Memorandum del Prof. Pio Scilligo. *Psicologia Psicoterapia e Salute*, 8, 207-210.
- Watkin, C.E., Jr., & Campbell, V.L. (1987). Counselling psychology: Considering retrospective data from the past 36 years. *Professional Psychology: Research and Practice*, 18, 293-295.