ACoFE
Associazione di Counseling
Fenomenologico Esistenziale

Il counseling secondo Paolo Quattrini

Introduzione

È riconosciuta in Italia come nuova professione il Counselling, un termine che si riferisce a ogni tipo di relazione di aiuto. Sul piano esistenziale si relaziona a forme di aiuto non indirizzate alla cura di disturbi, cioè non orientate alla risoluzione di sintomi: si tratta dell'aiuto a sviluppare le risorse latenti delle persone, in funzione di un miglioramento delle relazioni e quindi della qualità della vita.
Il counsellor è un'operatore d'aiuto per quelle situazioni che hanno a che fare con lo sviluppo qualitativo delle relazioni umane, da quelle professionali a quelle interpersonali fino a quelle con se stessi. Il concetto di relazione d'aiuto si può intendere in varie maniere naturalmente: una è quella dell'aiuto attraverso la relazione, in cui la relazione appunto fra operatore e cliente è paradigma relazionale, la cui qualità funziona come esempio per le altre relazioni. Altra implicazione possibile è che si tratti di aiutare ad aiutarsi: l'operatore in questo caso avrebbe una funzione di catalizzatore di avvenimenti interni, e non di supporto per capacità mancanti.

Il Counselling ha una funzione culturale di primo piano nella società moderna: mentre la tradizionale rete sociale costituita dalle famiglie allargate si riduce progressivamente, come effetto della famiglia nucleare che si appoggia preferibilmente ai servizi sociali, non esiste granché di alternativo che contenga e veicoli le comunicazioni fra estranei. Non c'è abbastanza cultura politica o religiosa, né sufficienti movimenti sociali e pochissimo associazionismo laico che possano mediare la distanza fra le persone: le tradizioni sono diventate rapidamente obsolete, e i maggiori poli aggreganti sono le discoteche, dove il rapporto fra le persone è mediato tutt'al più dalla musica, e pochissimo dalla parola. I gruppi in cui si raccolgono i giovani sul piano relazionale sono in genere primitivi, e in sostanza non è disponibile un sistema di comunicazione veramente differenziato su cui fare conto.

Il Counselling si inserisce in questo vuoto culturale come una risorsa e una possibilità di ricerca e di sviluppo organici ai bisogni emergenti, che oltre ai rapporti sociali interessano anche quelli professionali: sono infatti diventati difficilissimi i rapporti per esempio fra insegnanti e alunni, o quelli fra medici e pazienti: una volta caduto il mito dell'autorità, questi professionisti sono

diventati per l'interlocutore delle persone qualunque, con ben poca credibilità. Uno sviluppo delle capacità di comunicazione è di importanza centrale per queste professioni, e in genere per tutte quelle che trattano con il pubblico attraverso una relazione differenziata.

L'approccio fenomenologico esistenzialista non è un pensiero che ha bisogno di essere riconnesso con l'esperienza: è un pensiero difficile da capire proprio perché è esperienziale, e non ha la scorrevolezza del pensiero astratto. Ma quando si entra in contatto l'esperienza, allora il pensiero fenomenologico diventa immediatamente comprensibile, perché è fisiologico a quello che succede ed è quindi facilmente percorribile, in quanto qui non c'è distanza fra prassi e teoria. La teoria è infatti prassi concettualizzata, è un modo di parlare intorno a qualcosa che si sperimenta e dove l'esperienza trascende gli oggetti.

Il Counselling

Counselling significa relazione d'aiuto, e il concetto di *"relazione d'aiuto"* si riferisce a ogni tipo di professione che implichi aiuto attraverso la relazione: il Counselling riguarda tutte le forme di aiuto operatore-cliente, ad eccezione di quelle indirizzate alle patologie, cioè orientate alla risoluzione di sintomi, che sono appunto la connotazione per definizione della patologia. Il Counselling è aiuto a sviluppare le risorse potenziali delle persone, in funzione di un miglioramento delle relazioni e della qualità della vita. Il counsellor è un operatore d'aiuto per tematiche che hanno a che fare con la qualità delle relazioni umane, da quelle professionali a quelle interpersonali, fino a quelle con sé stessi.

Il concetto di relazione d'aiuto si può intendere in varie maniere: una è aiutare una persona con un apporto significativo dall'esterno, un'altra è aiutare una persona ad aiutarsi: l'operatore in questo caso assume la funzione di catalizzatore, cioè di chi supporta lo sviluppo di avvenimenti interni e non di sostituto di capacità mancanti. Per aiutare ad aiutarsi attraverso la relazione si intende poi che la relazione fra operatore e cliente diventa modello relazionale, le cui caratteristiche funzionano come esempio per le altre relazioni.

Questa definizione ha varie implicazioni: il counsellor non detiene una conoscenza che è un potere sul cliente. La conoscenza di ambedue ha uguale validità, ed è solo perché il cliente chiede l'intervento del counsellor che questo può intervenire proponendo punti di vista diversi, allo scopo di facilitare i cambiamenti richiesti dal cliente. Se il cliente non li accetta, non significa che sbaglia: ha il pieno diritto di ritenere più adatti i suoi punti di vista. Naturalmente anche il counsellor ha il diritto di mantenere i suoi punti di vista, e di dichiararsi incapace di intervenire alle condizioni del cliente.

Per "aiutare attraverso la relazione" il counsellor deve essere in relazione, ossia deve riconoscere di stare nel campo dove si trova il cliente (teoria del campo di

Lewin), di essere in relazione empatica con il cliente, di partecipare insomma all'esperienza che sta facendo il cliente. Il counsellor è un professionista pagato dal cliente, che non ha nessuna voce in capitolo nella vita del cliente se non nei termini richiesti dal cliente. Su richiesta può fornire opinioni, ma si ritiene in genere deontologicamente non corretto che fornisca consigli, anche se richiesti.

In ognuno è sempre attivo un flusso di pensieri e di emozioni, a volte contrastanti, di cui spesso nemmeno ci si accorge: compito del counsellor è aiutare il cliente a riconoscere ed accettare queste sue diverse parti e far sì che imparino a dialogare e a comprendersi. In questo modo le parti, per quanto molteplici e complesse, da una parte prendendo forma possono entrare in contatto con il mondo esterno, dall'altra, proprio perché hanno forma, diventano materiale di scambio nelle relazioni: cioè in definitiva le persone hanno qualcosa da dirsi. La più significativa capacità di aiutarsi dell'essere umano è qui considerata la creatività: un compito fondamentale del counsellor è di promuovere nel cliente l'attivazione della creatività, che qui si intende come una attitudine naturale, contingentemente ipotrofica ma potenzialmente disponibile per tutti.