

1. Presentazione della struttura

1.1 Denominazione dell'ente che eroga il corso

Associazione ArKa. Via Dugnani 1 - 20144 Milano (MI). CF 97660230158, Partita IVA 08778110968. Telefono: 0287129755, Fax 0247951866, Cell. 3273243100, eMail info@arkaassociazione.it; PEC: arkaassociazione-milano@pec.it; webSite www.arkaassociazione.it.

1.1.1 Denominazione eventuale della scuola

Associazione ArKa

1.2 Rappresentante legale

Stefano Carrara

1.3 Responsabile didattico

Francesca Polo

1.4 Responsabile della segreteria (primo contatto con gli allievi)

Simonetta Rizzi

1.5 Corpo docente

1.5.1 Cristina Busi

Psicologa e psicoterapeuta ad indirizzo umanistico integrato, libera professionista. Presidente dell'Associazione ArKa. Esperienza decennale nella formazione al counseling presso l'Associazione ASPIC Counseling e Cultura di Milano, dove ha svolto attività di gestione risorse, coordinamento tutors, didatta, conduttrice di gruppi di crescita personale. Ha svolto per molti anni attività di counseling scolastico presso vari istituti scolastici con gestione di punti d'ascolto, lavoro con gruppi classe, formazione insegnanti e conduzione di moduli residenziali extra-scolastici. Ha svolto attività di counseling aziendale nell'ambito di percorsi di outplacement professionale. In formazione permanente con Claudio Naranjo, (psicologia degli Enneatipi) di cui è allieva dal 2002 e collaboratrice dal 2011.

1.5.2 Gilda Maria Greco

Psicologa, Psicoterapeuta individuale e di gruppo ad indirizzo fenomenologico esistenziale della psicologia umanistica, Counselor Supervisor presso AssoCounseling. Membro del Direttivo dell'Associazione ArKa di Milano. Svolge attività come libera professionista individuale e di gruppo e collabora con società nell'ambito della formazione e del counseling aziendale. Coopera, in qualità di formatrice-didatta, presso alcune scuole di Psicoterapia e Counseling in Italia e in Svizzera. Dal 1997 al 2012 membro del Direttivo dell'Associazione ASPIC Counseling e Cultura di Milano presso la quale, oltre ad assolvere un ruolo organizzativo e gestionale, ha svolto attività di docenza, formazione e supervisione nell'ambito del Master in Counseling Integrato. Dal febbraio 2008 al settembre 2012 ha ricoperto il ruolo di Presidente della suddetta Associazione. Nel suo iter formativo ha integrato vari percorsi tra cui: formazione in Psicosenso-motor I° e II° Livello, formazione in EMDR I° e II° Livello; 4 livelli di

formazione sulla Psicologia degli Enneatipi (corso coordinato e diretto dal Dott. Claudio Naranjo); titolo di Costellatrice Familiare e Sistemica (conseguito presso il Centro Studi Piazza di Milano); titolo di Rebirther Professionale (conseguito presso l'Istituto Internazionale di Rebirthing Integrativo di Milano).

1.5.3 Francesca Polo

Editrice, rebirther e counselor professionista, svolge attività libero professionale. Vicepresidente dell'Associazione ArKa e co-responsabile didattica del Master in Counseling Pluralistico Integrato. Conduttrice di gruppi in diversi settori applicativi: scuola media inferiore, formazione degli adulti, terzo settore.

1.5.4 Stefano Carrara

Psicologo e Psicoterapeuta a indirizzo Umanistico Integrato. Membro del Direttivo dell'Associazione ArKa di Milano. Ha svolto dal 2006 docenze e gruppi di crescita personale nell'ambito del Master in Counseling dell'Associazione ASPIC Counseling e Cultura di Milano e dal 2012 per ASPIC FVG di Udine. Ha approfondito le tecniche di Body-Mind Work con Jack Painter ed è attualmente impegnato nel percorso di sviluppo psico-spirituale SAT di Claudio Naranjo. Lavora come psicoterapeuta individuale e di gruppo come libero professionista, fornisce consulenze a cooperative e associazioni in ambito socio-assistenziale ed educativo, è docente in corsi di formazione professionale.

1.5.5 Paola Stefania Remonti

Counselor e insegnante. Si è formata e tuttora lavora nell'ambito della scuola primaria. Si è diplomata nel 2006 in Counseling Gestaltico umanistico integrato presso l'Associazione ASPIC Counseling e Cultura di Milano, dove in seguito ha continuato la propria formazione, ha svolto tutoraggio nel master triennale di counseling e ha collaborato all'interno dello staff didattico. Si è formata in Costellazioni Familiari e Sistemiche presso il Centro Studi Piazza e successivamente con Bertold Ulsamer. In formazione permanente, integra il counseling con la floriterapia e con la ricerca in ambito corporeo. Conduce seminari sul "sentire-contatto corporeo" e corsi di massaggio e di Alohasi.

1.5.6 Licia Togni

Insegnante e counselor. Dal 2005 copre incarichi annuali nell'insegnamento nella scuola media inferiore e superiore della provincia di Milano (cattedra di matematica e scienze nelle scuole medie inferiori, di fisica alle superiori). Dal 2009 al 2012 ha prestato servizio di counseling individuale presso il Centro di Ascolto dell'Associazione ASPIC Counseling e Cultura di Milano e svolto attività di tutoraggio nel Master triennale. Nel 2010 ha co-fondato l'Associazione Consapevolmente per promuovere la diffusione del counseling. Dal 2010 co-conduce laboratori di counseling di gruppo per ragazzi delle scuole medie per favorire creatività ed espressività, mediante l'ascolto e la produzione musicale e sonora.

1.5.7 Laura Sara Milani

Counselor, dott.ssa in scienze e tecniche psicologiche, Istruttore Cinofilo. Si occupa di formazione e consulenza in ambito zooantropologico. Tiene percorsi individuali e di gruppo che promuovono il rapporto con sé e con gli animali come opportunità di crescita interiore, esplorazione di sé e sviluppo del proprio potenziale.

1.5.8 Alessandra Caporale

Counselor professionista, trainer e supervisore. Sociologa Professionista (iscrizione ANS n.1628/EMI). Vicepresidente AICIS - Promuovere comunità empatiche - sede di Bologna. Esperta della relazione d'aiuto, è agevolatore in training di autosostegno individuale e di gruppo. Ha svolto dal 1998 al 2011 attività di Trainer e Supervisore all'interno del gruppo ASPIC. Si occupa, inoltre, dell'organizzazione di corsi professionali per l'addestramento alle tecniche di counseling rivolti agli operatori front line del settore socio-assistenziale.

1.5.9 Andrea Stagni

Libero ricercatore dello spirito e dell'incontro con l'altro. Counselor e operatore Reiki di secondo livello. Nella ricerca di Sé e dello Spirito, pratica dall'età di 25 anni percorsi esoterici e negli ultimi dieci anni il Buddhismo e il Sentiero Rosso, la spiritualità dei nativi americani, attraverso le cerimonie dell'Inipi, la Ricerca della Visione e la Danza del Sole del popolo Lakota. Partecipa come cantante al cerchio dei cantanti della Sun Dance "MAKA OYATE" a Little Pilot Rock (Oregon, U.S.A.). Conduce workshop esperienziali, percorsi di crescita personali e di gruppo, cerchi di condivisione attraverso il bastone della parola e il co-counseling (tecnica di co-ascolto) e percorsi crescita spirituale secondo gli insegnamenti.

1.5.10 Annarita Eva

Counselor, executive coach, training designer, laureata in lettere e comunicazioni sociali. Con interessi che spaziano dalla psicologia transpersonale alla musica elettronica, dall'arte astratta a quella psichedelica, è alla costante ricerca di memi per lo sviluppo del potenziale umano. Durante la sua carriera aziendale è stata HR specialist, consulente di outplacement e key account manager. Nel 2013 ha avviato la propria azienda Darwin Consulenza & Selezione, impegnata nell'evoluzione del capitale umano.

1.5.11 Lucia Fani

Avvocato iscritto all'Ordine degli avvocati di Milano. Mediatore Familiare iscritto all'Aimef. Trainer counselor accreditata da AssoCounseling. Presidente di AssoCounseling, Vicepresidente del CoLAP. Esercita l'attività di Counseling dal 2002 come libero professionista, collabora con scuole di Counseling come docente, conduce seminari e tiene gruppi di supervisione. Collabora come Counselor con società di formazione presso le aziende e le strutture sanitarie. Si occupa di problematiche legali, deontologiche del Counseling, della struttura di AssoCounseling e delle relazioni con le Istituzioni.

1.5.12 Sandra Isolini

Counselor Professionale dal 2015, esercita la libera professione mediante colloqui individuali e conduzione di gruppi di counseling, con particolare attenzione ai giovani e agli adolescenti.

1.5.13 Antonella Fiacchi

Professional Counselor iscritta ad AssoCounseling, conduce colloqui individuali e di coppia presso il Punto d'Ascolto ArKa e come libera professionista; collabora con ArKa nell'attività di tutor del corso triennale in counseling.

1.5.14 Fabiana Pozzi

Professional counselor, consulente Fiori di Bach, SpiritualCoach®, operatrice Flower Massage, naturopata in formazione. Opera come libera professionista nella provincia di Monza e Brianza e svolge lavori individuali e di gruppo all'interno delle aziende.

1.5.15 Silvia Carbogno

Professional Counselor per il benessere personale e relazionale, lavora con individui, coppie, gruppi e organizzazioni. Svolge l'attività di counselor come libera professionista a Zurigo (Svizzera) e a Milano. Conduce workshop e programmi educativi per individui e organizzazioni.

1.6 Presentazione

L'associazione ARKA che propone il Master di Counseling secondo il Modello Pluralistico Integrato con particolare riferimento all'indirizzo umanistico-esistenziale è nata a Milano il 27 maggio 2013, dall'iniziativa di professionisti della relazione d'aiuto che si occupano a vario titolo da oltre dieci anni della formazione al counseling. L'associazione si propone, tra i suoi scopi, quello di promuovere la conoscenza, la formazione e l'utilizzo del counseling per favorire il benessere individuale e sociale. ArKa, il cui Master in Counseling è già stato riconosciuto da AssoCounseling nel 2013 (CERT-0099-2013), ha stabilmente nel suo organico una decina di docenti.

Svolge le lezioni del Master in Counseling e molte delle altre attività formative e di crescita personale nella sede di Via Dugnani 1 a Milano; può inoltre contare sui locali di un'associazione partner in Via Macchi 44 a Milano per altre attività sociali e formative (supervisioni di gruppo, seminari di aggiornamento per counselor, incontri di formazione formatori).

Per il tirocinio dei propri allievi del Master in Counseling ha attivato dal 2016 numerose convenzioni con enti esterni e collabora con diverse scuole dove propone servizi di counseling (spazi d'ascolto per studenti e insegnanti, formazioni sulle abilità base di counseling).

1.7 Orientamento teorico

MODELLO TEORICO ARKA - Approccio pluralistico integrato

L'associazione ArKa ha elaborato un modello formativo originale, frutto della decennale esperienza nella formazione in counseling e della riflessione esperta, competente e permanentemente aggiornata in merito ai processi coinvolti nella relazione d'aiuto.

In primo luogo l'elaborazione originale verte sul processo trasformativo, di cui l'aspetto puramente teorico è uno degli elementi.

Prima di entrare nel merito dei fondamenti teorici di riferimento, ascrivibili al **modello pluralistico integrato**, è necessario fare una premessa introduttiva del concetto di pluralismo in psicologia, da cui ArKa ha preso le mosse.

A partire dagli anni '50 i diversi modelli utilizzati in psicologia (Psicodinamico, Comportamentale, Esistenziale, Corporeo, Sistemico, Ipnotico) si sono consolidati in un clima di forte competizione e polarizzazione delle posizioni dei diversi orientamenti.

A questa fase risalgono alcuni tentativi di sintesi teorica tra modelli diversi, di fatto i prodromi di quella che sarà l'evoluzione successiva della ricerca sull'integrazione, che prenderà forma a partire dagli anni '70 e pieno sviluppo nel ventennio successivo.

L'evoluzione storica e le influenze derivanti dalle altre discipline (medicina, neuroscienze, fisica, epistemologia, antropologia culturale...) obbligano ad una revisione critica delle diverse posizioni.

Di fatto, lo stadio evolutivo della scienza è tale per cui non esiste un'unica visione accettata sulla natura dei fenomeni, ogni teoria è valida nella misura in cui è in grado di spiegare più fenomeni possibili, poi viene sostituita dalle successive che ampliano la sfera di conoscenza dei fenomeni (nessuna teoria ha il monopolio della verità).

È in questo clima che la ricerca sull'Integrazione prende le mosse e si sviluppa in tre filoni fondamentali : l'eclettismo tecnico (selezione tra diverse procedure, stili e sistemi terapeutici, dei metodi che funzionano meglio per il trattamento di un singolo con i suoi problemi specifici, criterio di efficacia); l'integrazione teorica, ovvero una sintesi concettuale di diversi sistemi teorici con l'obiettivo di creare una cornice di riferimento concettuale attraverso la sintesi dei principi di due o più approcci psicoterapeutici; la ricerca sui fattori comuni ovvero di un nucleo di elementi condivisi tra le diverse psicoterapie (relazione, compatibilità, comunicazione empatica).

“L'opzione pluralistica è la procedura scientifica di confronto di metodi alternativi e l'interrogarsi metodologicamente sulle certezze, consente un metalivello per dialogare scientificamente apprezzando criticamente le convergenze e le divergenze che funzionano ugualmente.

È la passione dialogica per la complessità mediante lo scetticismo creativo applicato all'ambivalenza delle controversie scientifiche per oltrepassare i dogmi” (E. Giusti).

Il pluralismo teorico è quindi una forma mentis aperta, INCLUSIVA, che si interroga sui processi (metalivello), offre letture multiple di un singolo individuo/problema ed agisce attraverso una politecnica secondo i criteri etici di efficacia ed efficienza nell'interesse del cliente.

IL PLURALISMO TEORICO ARKA

Il modello proposto in ArKa concepisce il percorso di counseling come un intervento professionale mirato a sostenere un percorso di cambiamento, inteso semplicemente come “passaggio di stato”. L'orizzonte epistemologico di riferimento abbraccia quindi i modelli di lettura del cambiamento nei diversi approcci e ricolloca il counseling come ponte tra le scienze umane, sociali, pedagogiche, antropologiche, filosofiche(...) cercando nella ridefinizione metodologica una prima rideterminazione identitaria del counseling come disciplina autonoma.

La riflessione interna ad ArKa prende le mosse da una necessità culturale e sociale impellente e condivisa dalla comunità scientifica, ovvero di arrivare ad una rappresentazione concettuale e pragmatica al tempo stesso del counseling che possa consentirne una definizione inequivocabile, soprattutto nella relazione con altre discipline (prima fra tutte la psicologia).

Una prima temporanea riflessione è che il counseling comprende, favorisce e direziona intenzionalmente e con metodologia competente i processi (anche spontanei) di cambiamento di stato.

L'originalità dell'intervento è quindi nella metodologia, non intesa in senso tecnico specifico, bensì nella collocazione, intenzionale appunto, di sostegno ai processi di cambiamento, con enfasi e competenza rivolte alla gestione del processo e non ai contenuti dello stesso.

L'azione del counselor è quindi intenzionale (per certi aspetti potremmo definirla ideologica, in quanto collocata a favore del cambiamento di stato) e finalizzata (direzionata verso un obiettivo) benché intrinsecamente neutra (l'intervento professionale è metodologicamente fondato).

La prima riflessione verte quindi su componenti per certi **aspetti transteorici** che presuppongono un'integrazione di contenuti teorici provenienti da diverse scienze, l'assimilazione delle osservazioni e contaminazioni culturali relative ai processi evolutivi, gli apporti derivanti dalle conoscenze delle diverse discipline che si occupano a vario titolo dell'esperienza umana.

Per certi aspetti potremmo collocare il counseling al crocevia degli sviluppi di psicologia, politiche sociali e della salute, scienze umane e sociali, scienze e tecnologie cognitive, neuroscienze.

La proposta di ArKa si basa su una concezione del processo di counseling basata su un modello triassiale, ovvero concepisce il percorso di counseling come sintesi di una evoluzione lungo tre dimensioni

*asse presenza

*asse conoscenza

*asse esperienza

ognuna dei quali fa riferimento a costrutti, metodologia e tecniche specifiche.

Il presupposto di base del modello ArKa indica infatti tre dimensioni strutturali di un percorso di counseling: PRESENZA, CONOSCENZA, ESPERIENZA.

La **presenza** comprende tutte quelle caratteristiche che in qualche modo attengono alla persona-counselor. Comprende, con diversi livelli di complessità e consapevolezza, le dimensioni personologiche (tratti personali), il posizionamento rispetto alle attitudini di base del counselor, la sollecitazione ed elaborazione dei vissuti emotivi personali sollecitati dall'interazione intersoggettiva.

L'asse **conoscenza** comprende sia gli elementi teorici che tecnici riferiti alla professione, inclusa la possibilità di integrazione con competenze teorico/tecniche derivanti da altre discipline, purché al servizio del percorso di counseling.

La dimensione **esperienza** ha a che fare con la capacità di comprensione e lo sviluppo di una competenza riflessiva sull'intero processo di counseling, in riferimento alla collocazione nelle diverse fasi di sviluppo dei processi di cambiamento.

I tre assi richiedono un dipanarsi del progetto formativo secondo gradienti diversi di complessità, per cui la relazione dei tre assi si articola nei tre anni in funzione di diversi obiettivi, tutti presenti simultaneamente nel processo di counseling e trasferiti in maniera didatticamente sequenziale nell'iter formativo.

Il primo anno ha come obiettivo l'innescarsi di un processo di **autoconoscenza** da parte dell'allievo e l'acquisizione di una metodologia specifica di costante automonitoraggio del suo mondo interno, incluse le specifiche modalità di risposta ed elaborazione automatica delle esperienze.

Nel secondo anno, il focus è direzionato sul processo attivo di **autotrasformazione**, con attenzione specifica alla motivazione intenzionale e consapevole in funzione del proprio progetto esistenziale. Attenzione viene posta all'acquisizione di strumenti tecnico-specifici per favorire l'azione di cambiamento, con l'inclusione di criteri di valutazione intersoggettiva, sistemica, ecologica del cambiamento.

Nel terzo anno l'obiettivo formativo è rivolto all'acquisizione della competenza professionale specifica e la capacità progettuale rivolta ai diversi aspetti della realtà sociale.

La metaconcezione del modello ArKa ha come presupposti alcuni elementi derivanti dalla meditazione, che viene proposta, nei suoi aspetti esperienziali e teorici, come base di qualsiasi intervento formativo.

Anche in questo caso la proposta non è di tipo contenutistico (spirituale/religioso), bensì alcune diverse tecniche di meditazione sono praticate come metodo per aumentare la possibilità di ascolto di sé, autosservazione e

autotrasformazione consapevole. In questo senso la proposta ArKa si basa sull'integrazione originale di alcuni elementi teorici derivanti dalla mindfulness e dai diversi autori che integrano scienze umane e meditazione.

Un'elaborazione della meditazione Vipassana con la Gestalt e la mindfulness hanno portato all'elaborazione del contenuto base della consapevolezza, ovvero la capacità di osservazione della mappa sensazione-emozione e pensiero, atto primo del processo conoscitivo nel modello ArKa.

I moduli formativi si susseguono offrendo contenuti derivanti dal modello umanistico-esistenziale, declinati in modo efficace ed efficiente in relazione alle fasi del counseling (**Littrell**) ed ai principali modelli dei processi di cambiamento (**Norcorss, Prochaska**).

In sintesi, l'intero processo di counseling è stato concepito come articolato in quattro fasi fondamentali: accogliere, conoscere, personalizzare, agire (con sottofase chiudere).

Per ognuna delle fasi sono state selezionate delle azioni specifiche fondative della metodologia del counseling e isolate, nell'ambito delle diverse discipline, le tecniche che possono sostenere le diverse azioni.

Dal punto di vista filosofico, la matrice di riferimento è, come già esplicitato, multipla.

Il modello umanistico esistenziale, la mindfulness di Kabat Zinn, la psicologia integrale di Wilber, il pensiero di Claudio Naranjo con la sua integrazione delle diverse tradizioni spirituali e lo studio personologico attraverso l'enneagramma, Morin ed il suo pensiero ecologico, elementi mutuati dal movimento della decrescita felice, elementi tratti da discipline cosiddette "olistiche" (yoga, meditazione...), elementi di fisica quantistica, di antropologia, delle scienze sociali e delle acquisizioni in costante divenire nel campo delle neuroscienze.

Da questo punto di vista possiamo definire la sintesi operata da ArKa come esempio di integrazione transteorica e multidisciplinare per quanto concerne i presupposti epistemologici di base. La forma mentis dell'integrazione transteorica è necessariamente aperta ed inclusiva, in continua operazione di assimilazione e sincretismo dei contenuti in divenire frutto dell'evoluzione della conoscenza.

Per evitare il rischio della semplice e approssimativa giustapposizione consumista e bulimica di contenuti, il principio di selezione è di tipo metodologico ed etico.

In un modello concettuale necessariamente e intenzionalmente aperto ed in continua evoluzione, l'aggregazione dei contenuti ai fini formativi è sottoposto al vaglio di un'efficienza metodologica e della salvaguardia di una dimensione etica.

I contenuti teorici sono funzionali alla comprensione, gestione, direzione del processo di counseling? Ai contenuti corrispondono degli aspetti tecnici specifici che traducono pragmaticamente una certa visione dell'uomo, della mente, delle relazioni, della società? Le linee guida così estrapolate corrispondono ai criteri etici fondativi dell'Associazione e deontologici condivisi dalle Associazioni di categoria?

Alla luce del criterio operativo/metodologico sono stati selezionati, nell'ambito di diverse teorie di derivazione psicologica, filosofica, sociale, alcune "classi" di contenuto.

Distinguiamo quindi diverse tipologie d'insegnamento, diffuse sulle tre annualità in maniera coerente e congruente all'assimilazione del percorso formativo come processo di trasformazione.

Una prima classe di insegnamenti ha a che fare con la matrice filosofica di natura umanistico-esistenziale, che determina anche le linee guida etiche e valoriali.

La visione di essere umano utilizzata in ArKa si fonda su una rappresentazione dell'uomo come individuo immerso in una rappresentazione di una realtà soggettiva, presente e disponibile al qui ed ora della relazione e

dell'esperienza, capace e chiamato ad una progettualità esistenziale dove libertà, responsabilità ed autodeterminazione restituiscono senso e pienezza.

In questi termini sono chiari i riferimenti all'esistenzialismo, alla psichiatria fenomenologica di primo novecento da Binswanger all'attuale Borgna, alla gestalt da Perls ai suoi attuali sviluppi in Naranjo, alla psicologia della Terza Forza (May, Rogers, Maslow).

Il focus sulla teoria della mente e della personalità riflette i contenuti teorici della mindfulness (ciò che è osservabile soggettivamente in termini di sensazione, emozione e pensiero come ponte intersoggettivo), mentre il contributo dei presupposti filosofici di una mappa personologica come quella fornita dall'enneagramma offre un buon ancoraggio rispetto alla teoria della personalità ed all'utilizzo della stessa ai fini del rispetto dei confini di intervento professionale.

L'integrazione dei contributi derivanti dalla visione sistemica, incluso un certo ordine di relazione derivante dai presupposti delle costellazioni familiari, consente di sviluppare una visione globale dell'essere umano – in relazione con gli altri e il loro sistema, fino all'ulteriore integrazione dell'inter-essere di Thich Nhat Hanh ed allo sviluppo di una coscienza autenticamente e profondamente ecologica e pacifista, in connessione transpersonale rispetto alla coscienza individuale.

Se i presupposti filosofici rispondono al "cosa" della relazione di counseling, è la riflessione sulle buone prassi metodologiche che incarna il "come" e lo rende pragmaticamente traducibile.

Dal punto di vista del processo il modello sintetizza le fasi del counseling, come elaborate da ArKa a partire dalla teoria di Littrell, insieme alle teorie del cambiamento (Prochaska e Norcross) e alle fasi del ciclo gestaltico (Perls).

La rappresentazione operativa del percorso di counseling consente di ancorare gli interventi professionali momento per momento, in funzione delle azioni specifiche delle singole fasi.

Appartengono a questa classe di insegnamenti alcuni moduli che vertono su aspetti più squisitamente metodologici: il set ed il setting, il contratto, l'alleanza operativa, la conoscenza stessa delle fasi e degli stadi di cambiamento, la buona determinazione dell'obiettivo, la gestione dell'impasse, aspetti deontologici e progettuali intrinseci alla professione. Si tratta di insegnamenti che non sono strettamente vincolati ai presupposti filosofici e che sono invece, nel loro dispiegarsi, intrinsecamente fondativi della professione.

Per fare un esempio concreto, il set e il contratto sono elementi che nella loro realizzazione definiscono l'atto professionale, differenziandolo da qualsiasi altra tipologia di azione professionale.

In questo senso i presupposti sono il più possibile ancorati a buone prassi professionali e collegati alle indicazioni delle associazioni di categoria, prima che a singoli orientamenti teorici. Potremmo definire questa tipologia come processuale/metodologica, e procede a un livello di astrazione intermedio tra la visione di essere umano che guida il modello, che è necessariamente collegata ad un aspetto contenutistico/valoriale, frutto di una scelta che contraddistingue le singole scuole.

In altri termini potremmo definire questo livello come di contenuti fondamentali della professione.

Il livello più basso di astrazione e più strettamente collegato al modello teorico di riferimento, è quello delle tecniche specifiche.

I primi moduli consentono all'allievo di formarsi per gli aspetti base della comunicazione: la teoria rogersiana della non-direttività fa da cappello introduttivo all'acquisizione di competenze di ascolto (tecniche dell'ascolto attivo) e consente di correggere errori comunicativi di base (Vissi). Nel modello ArKa l'acquisizione di una buona base tecnica per l'ascolto e la comunicazione viene completata con elementi mutuati dalla psicologia cognitivo comportamentale (errori comunicativi) e gestaltica (tecniche confrontative).

Gli aspetti più squisitamente relazionali e la loro gestione dal punto di vista "tecnico" vengono trattati attraverso le attitudini (integrazione di Rogers, Karchuff, maieutica socratica), e con il focus formativo sulla necessaria alternanza tra maternage rogersiano e stile più confrontativo di derivazione gestaltica, nonché, ad un livello più archetipico, la commistione tra dionisiaco e apollineo (di matrice gestaltica transpersonale secondo l'elaborazione di Naranjo).

Ulteriore sforzo di integrazione transteorica del modello ArKa, si ritrova nella parte formativa relativa alle tecniche specifiche di intervento.

Nell'arco del secondo anno vengono proposti diversi moduli che hanno lo scopo di presentare un ventaglio il più esaustivo possibile delle tecniche di intervento.

Il lavoro di sintesi effettuato raccoglie tecniche di diversa derivazione teorica, assimilate in relazione al mezzo comunicativo utilizzato.

In riferimento alla teoria degli enneatipi di Naranjo, si fa riferimento ai centri dominanti nell'elaborazione dell'esperienza, per cui possiamo ipotizzare che alcuni individui tendano ad utilizzare in maniera dominante l'aspetto istintivo/motorio, emozionale o cognitivo.

In relazione a questo, ed in riferimento alla mappa sensazione emozione pensiero come base di accesso alla consapevolezza individuale, viene elaborato un pattern di tecniche che utilizza in maniera prevalente un centro piuttosto che un altro.

In questo caso il modello ArKa sintetizza apporti di diversi orientamenti, avendo cura di selezionare gli interventi tecnici che si adattano ad un intervento di counseling.

Per esempio, nelle tecniche a mediazione emozionale, il focus è orientato presentare gli interventi tecnici che consentono di lavorare con il centro emozionale, seguendo il criterio di indicare a che scopo possono essere utilizzati, che obiettivo possono contribuire a raggiungere se applicate, quali confini di intervento specifico rispetto al counseling e quali rischi di sconfinamento rispetto agli obiettivi.

Il criterio di selezione è quindi per certi aspetti trasversale ai diversi orientamenti; alcune tecniche, seppure rappresentative di modelli teorici di derivazione umanistico esistenziale, non vengono selezionate perché tendenzialmente adatte a lavorare su aspetti impliciti dell'esperienza ed in questo senso poco inerenti alla contrattualità esplicita e basata su indicatori oggettivabili tipica del counseling.

Analoghe tutele sono state estese a tecniche che utilizzano il mezzo cognitivo e motorio, in modo che il bagaglio tecnico in dotazione ad un counselor ArKa non sia esaustivo di un orientamento teorico di matrice psicologica, bensì tattico rispetto alle modalità di funzionamento e strategico rispetto agli obiettivi professionali del counseling.

Ne consegue che gli orizzonti teorici di riferimento siano vari e diversamente selezionati ed assemblati nella loro applicazione tecnica.

Nel modello ArKa si fa quindi riferimento anche a modalità di intervento tecnico derivanti da discipline non strettamente psicologiche (arte, letteratura, formazione aziendale, cura del corpo....) ed il contenuto formativo è contemporaneamente esigente sugli aspetti tecnici quanto sui criteri applicativi, così da consentire anche in questo caso l'allenamento di una forma mentis aperta ed inclusiva, presupposto base per una formazione permanente.

Culmine dell'esperienza formativa è nel terzo anno la presentazione di esperienze reali e di successo in ambiti applicativi del counseling.

L'attenzione nella selezione delle proposte è quella di garantire agli allievi una stimolazione relativa ai diversi ambiti applicativi, offrendo una panoramica il più possibile eterogenea.

Vengono privilegiate, in un'ottica di pluralismo teorico, esperienze che rappresentano diversi modelli di intervento, che forniscano elaborazioni teoriche frutto di reale integrazione.

La strumentazione di base, a livello di metamodello, fornita nel corso del terzo anno di formazione, è relativa alle abilità di progettazione, agli interventi rivolti al territorio ed alle comunità, con l'ottica di fornire una competenza di intervento specialistico e contemporaneamente la capacità di utilizzare tali competenze in ottica progettuale allargata e di rete multiprofessionale.

La presentazione del modello ArKa non può prescindere dalla declinazione delle diverse componenti fondative del modello.

L'approccio pluralistico integrato è, per definizione, un contenitore aperto ed in continuo divenire e rappresenta un modello di pensiero, una modalità specifica di trattare argomenti e contenuti.

Per definizione è intrinsecamente ateorico, nel nostro caso transteorico.

L'applicazione di una tale forma mentis al counseling ha richiesto una riflessione metodologica che ha portato all'elaborazione di un metamodello processuale (le fasi del counseling, il processo di cambiamento, gli atti professionali di processo quali il setting, l'alleanza operativa...).

Solo in ultima analisi la selezione delle tecniche ne deriva conseguentemente, e la modalità di selezione attinge a criteri di regolamentazione che sono esterni ai modelli stessi. Per garantire una selezione veramente orientata ad efficienza ed efficacia ed il più possibile rispondente alle mutazioni della socialità postmoderna, la selezione tecnico specifica deve essere in grado di superare gli avamposti pregiudiziali di natura teorica. L'unico ancoraggio permesso e condiviso è di tipo etico e deontologico: il vaglio delle tecniche è quindi inteso in termini di rispetto di un certo modo di concepire l'umanità, la società e quindi la professione, i cui principi affondano le radici in un nuovo umanesimo.

Bibliografia

Busi, C. (2014) Perché il counseling non ci salverà, Mestre, Rivista Passaggio in volo.

Epstein, M. (1996) Pensieri senza un pensatore. La psicoterapia e la meditazione buddhista, Roma, Astrolabio-Ubaldini.

Giusti, E.; Iannazzo, A. (1998) Fenomenologia e integrazione pluralistica, Edizioni Università Romane

Giusti, E.; Rosa, V. (2006) Psicoterapia della gestalt, Roma, Sovera.

Greenberg, M.T.; Kusché, C.A. (2009) Emozioni per l'uso. Una proposta per educare i bambini, Bari, La Meridiana.

Hillman, J. (1999) Puer aeternus, Milano, Adelphi.

Hillmann, J. (2007) La forza del carattere, Milano, Adelphi.

Kabat-Zinn, J. (2010) Vivere momento per momento, Milano, Tea.

Kissel Wegela, K. (2013) La psicoterapia contemplativa, Roma Astrolabio-Ubaldini,

Littrell, J. (2010) Il Counseling Breve in Azione, Roma, Sovera.

Mancuso, V. (2009) La vita autentica, Milano, Raffaello Cortina.

Murgatroyd, S. (2008) Counseling nella relazione d'aiuto, Roma, Sovera.

Naranjo, C. (1999) La via del silenzio e la via delle parole, Roma, Astrolabio-Ubaldini.

Naranjo, C. (2009) Per una Gestalt viva, Roma, Astrolabio-Ubaldini.

Naranjo, C. (2009) L'ego patriarcale, Milano, Apogeo Urra.

Nhat Hanh, T. (1989) Essere pace, Roma, Astrolabio-Ubaldini.

Perls, F. (1980) La terapia gestaltica parola per parola, Roma, Astrolabio-Ubaldini.

Weil, S. (2002) L'ombra e la grazia, Milano, Bompiani.

Wilber, K. (1995) Oltre i confini, Assisi, Cittadella.

Wilber, K. (2014) Psicologia integrale, Latina, Crisalide.

1.7.1 Definizione sintetica

Pluralistico-integrato

2. Presentazione del corso

2.1 Titolo del corso

Master in Counseling Pluralistico Integrato.

2.2 Obiettivi

Il corso si propone di formare persone che utilizzino la metodologia propria del counseling in osservanza degli ambiti specifici di intervento e della regolamentazione professionale. Obiettivo del corso è consentire all'allievo di maturare una competenza tecnica relativa agli aspetti specifici della metodologia di counseling (processo atto a favorire il cambiamento e la risoluzione creativa di episodi di crisi legati al passaggio da uno stato all'altro del ciclo di vita), mediante l'utilizzo di una mappa concettuale relativa al percorso di counseling e acquisizione pratica di tecniche comunicative e relazionali specifiche. Il corso si propone di promuovere un atteggiamento proattivo circa gli sviluppi e le possibili applicazioni del counseling nei diversi ambiti di intervento, con attenzione alle diverse istanze provenienti dalla realtà sociale.

2.3 Metodologia d'insegnamento

L'insegnamento è teorico-esperienziale e svolto attraverso lezioni frontali, esercitazioni, lavori esperienziali, simulate, role playing, meditazione, per agevolare il coinvolgimento sui piani cognitivo-corporeo-emozionale e sviluppare l'apprendimento sui tre assi di PRESENZA, CONOSCENZA ed ESPERIENZA.

2.3.1 Percorso personale

Nella formazione esperienziale è prevista attività esperienziale svolta congruentemente con i contenuti del modulo a carico dei singoli docenti dei diversi moduli formativi.

Le 50 ore di crescita personale in gruppo sono svolte in tre weekend formativi residenziali (uno in ciascuna annualità) co-condotti da un docente psicoterapeuta (in maniera alternata dalla Dr.ssa Gilda Maria Greco, dal Dr. Stefano Carrara, dalla Dr.ssa Cristina Busi) e da un docente counselor.

Per le 25 ore di crescita personale individuale gli allievi possono rivolgersi ai docenti psicoterapeuti ArKa (Dr.ssa Gilda Maria Greco, Dr. Stefano Carrara, Dr.ssa Cristina Busi, Dr.ssa Annalisa Zadra), ai trainer counselor e supervisor counselor interni ad ArKa e inoltre ad altri psicoterapeuti riconosciuti con approccio terapeutico congruente con il modello ArKa.

2.4 Struttura del corso

Durata espressa in anni: 3 anni

(10 moduli di 15 ore per ciascun anno + 3 moduli residenziali di 17 ore ciascuno al primo, al secondo e al terzo anno);

Durata espressa in ore: 675 complessive, così suddivise:

- 450 ore di didattica, comprensive di 72 ore di supervisione didattica;
- 50 ore di crescita personale in gruppo (3 moduli residenziali di 17 ore ciascuno al primo, al secondo e al terzo anno);

- 25 ore di crescita personale individuale (percorsi riconosciuti da ArKa);
- 150 ore di tirocinio

2.5 Organizzazione didattica

2.5.1 Criteri di ammissione

- a) Diploma di laurea triennale. *oppure*
- b) Diploma di scuola media superiore quinquennale e dimostrazione di avere svolto attività lavorativa per almeno 60 (sessanta) mesi effettivi, anche non continuativi, nei seguenti ambiti: educativo, giuridico, organizzativo, sanitario, scolastico, sociale.

2.5.2 Modalità di ammissione

- a) Massimo allievi iscrivibili: 30.
- b) Per essere ammessi al corso è necessario: colloquio motivazionale.

2.5.3 Esami

La Commissione Didattica è composta da tre psicoterapeuti (Gilda Maria Greco, Cristina Busi, Stefano Carrara) e una Professional Advanced Counselor (Francesca Polo, in attesa di riconoscimento della qualifica di Trainer).

Primo anno: A) Verifica teorica-scritta mediante redazione di una tesina di crescita personale/professionale in merito ai contenuti delle lezioni, ai materiali didattici forniti dai docenti e alla bibliografia obbligatoria; la tesina scritta è valutata collegialmente dall'intera Commissione Didattica; B) Verifica pratica: presentazione delle tesine elaborate in plenaria, con l'intero gruppo classe, personalizzando creativamente la propria esposizione, soffermandosi sul proprio percorso di crescita e cambiamento attuato nel corso del primo; valutazione a cura di due componenti della Commissione Didattica.

Secondo anno: A) Verifica teorica-scritta mediante redazione di tesina di crescita personale/professionale in merito ai contenuti delle lezioni ai materiali didattici forniti dai docenti e alla bibliografia obbligatoria; la tesina scritta è valutata dall'intera Commissione Didattica; B) Verifica pratica: colloquio di counseling in plenaria; la valutazione prende in esame sia la conduzione del colloquio, sia la capacità di utilizzare correttamente la tecnica del Feedback Fenomenologico nel ruolo di osservatori; valutazione a cura di due componenti della Commissione Didattica.

Terzo anno: A) Verifica teorica mediante redazione di Tesi conclusiva con oggetto l'esperienza di Tirocinio; la tesi è valutata dall'intera Commissione Didattica; B) Verifica pratica: colloquio di counseling in plenaria; la valutazione prende in esame sia la conduzione del colloquio, sia la capacità di utilizzare correttamente la tecnica del Feedback Fenomenologico nel ruolo di osservatori; valutazione a cura di due componenti della Commissione Didattica.

2.5.4 Assenze

Assenze previste: massimo 20% del monte ore.

2.5.5 Materiale didattico

- a) Per ogni annualità verrà individuata una bibliografia obbligatoria e testi di consultazione opzionali.
- b) Per ogni modulo è prevista la consegna di una dispensa.

2.6 Documenti da rilasciare al discente

Alla fine del percorso formativo, espletato tutto quanto richiesto, la struttura rilascia all'allievo:

- a) **Diploma di counseling** secondo la denominazione data dalla struttura in cui sia evidenziato il riconoscimento di AssoCounseling con apposizione dello specifico logo relativo al riconoscimento.
- b) **Diploma supplement** (DS, per info vedi: https://it.wikipedia.org/wiki/Diploma_Supplement): certificato contenente nel dettaglio le ore teoriche effettuate e il relativo monte ore nonché le attività esperienziali svolte ed il relativo monte ore con apposizione dello specifico logo relativo al riconoscimento.
- c) **Certificato di tirocinio** contenente nel dettaglio le ore, le attività svolte e i soggetti attori (allievo-tirocinante, ente ospitante, tutor e supervisore)
- d) **Relazione** iscrizione in ingresso del discente solo per i casi previsti da dall'art. 9, comma b), punto 4) del Regolamento R01.

3. Programma del corso

3.1 Formazione teorico-pratica

3.1.1 Insegnamenti obbligatori

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Storia del counseling	8	8 h Cristina Busi (1° anno, mod. 1)
Fondamenti del counseling	28	14 h Francesca Polo (1° anno, mod. 2) 14 h Stefano Carrara (1° anno, mod. 4)
Comunicazione, scelte e cambiamento	28	14 h Paola Remonti (1° anno, mod. 3) 14 h Licia Togni / Silvia Carbogno (1° anno, mod. 5)
Psicologie	28	9 h Laura Milani (1° anno, mod. 6) 9 h Gilda Maria Greco (1° anno, mod. 7) 5 h Sandra Isolini (3° anno, mod. 1) 5 h Stefano Carrara (3° anno, mod. 2)
Altre scienze umane	28	6 h Gilda Maria Greco (2° anno, mod. 1) 10 h Alessandra Caporale (3°anno, mod. 4) 6 h Francesca Polo (3° anno, mod. 6) 6 h Francesca Polo (3° anno, mod. 8)
Le professioni della relazione di aiuto: confini ed elementi di psicopatologia	16	8 h Stefano Carrara (1° anno, mod. 9) 8 h Cristina Busi (2° anno, mod. 4)
Etica e deontologia	16	11 h Lucia Fani (2° anno, mod. 9) 5 h Alessandra Caporale (2° anno, mod. 3)
Promozione della professione	8	8 h Annarita Eva / Fabiana Pozzi (3° anno, mod. 5)
Supervisione didattica	72	36 h (in 9 moduli del 2° anno) 36 h (in 9 moduli del 3° anno) con Trainer Counselor Francesca Polo, e professional counselor Silvia Carbogno, Fabiana Pozzi, Antonella Fiacchi
Subtotale insegnamenti minimi obbligatori	232	\

3.1.2 Insegnamenti complementari (specifici della scuola)

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Pratiche di presenza e consapevolezza nel counseling	7	7h (1° anno, mod. 2, 3, 4, 5, 6, 7 e 8)
Il modello formativo ArKa	7	7 h Cristina Busi (1° anno, mod. 1)
L'abilità del counselor: personalizzare per facilitare la comprensione del cliente e la sua assunzione di responsabilità	5	5 h Laura Sara Milani (1° anno, mod. 6)
Il counseling semi-direttivo: il ciclo di contatto gestaltico integrato. L'importanza del qui ed ora e della responsabilità adulta nella relazione di counseling	5	5 h Gilda Maria Greco (1° anno, mod. 7)
Sperimentare il cambiamento: dove sono e dove voglio andare, un primo passo verso l'azione.	14	14 h Cristina Busi / Francesca Polo (1° anno, mod. 8)
Educare alla spontaneità: affidarsi alla tendenza attualizzante nella relazione con sé e con l'altro.	7	7 h Stefano Carrara (1° anno, mod. 9)
La narrazione consapevole: chi sono dopo un anno di percorso formativo. Verifica finale primo anno.	15	15 h Francesca Polo (1° anno, mod 10)
La visione olistica dell'Essere umano.	5	5 h Gilda Maria Greco / Stefano Carrara (2° anno, mod. 1)
Il processo del Counseling: le fasi e il Counseling Breve	11	11 h Francesca Polo (2° anno, mod. 2)
L'impasse nell'alleanza operativa: come gestirla	6	6 h Alessandra Caporale (2° anno, mod. 3)
L'enneagramma come modello conoscitivo delle strutture caratteriali. Fissità e linee evolutive	3	3 h Cristina Busi / Stefano Carrara (2° anno, mod. 4)
Le tecniche a mediazione cognitiva nel counseling	11	11 h Annarita Eva (2° anno, mod. 5)
Le tecniche a mediazione emozionale nel counseling	11	11 h Cristina Busi / Gilda Maria Greco (2° anno, mod. 6)
Le tecniche a mediazione corporea nel counseling	11	11 h Stefano Carrara / Antonella Fiacchi (2° anno, mod. 7)
Le tecniche a mediazione artistica: espressione del mondo interiore in forma creativa e simbolica	11	11 h Licia Togni / Sandra Isolini (2° anno, mod. 8)
Esame teorico-pratico: elaborazione individuale e di gruppo	15	15 h Francesca Polo (2° anno, mod. 10)
Il counseling in età evolutiva	6	6 h Annalisa Zadra / Sandra Isolini (3° anno, mod. 1)
Il counseling per i gruppi	6	6 h Stefano Carrara (3° anno, mod. 2)
Counseling e organizzazioni	11	11 h Gilda Maria Greco / Annarita Eva

		(3° anno, mod. 3)
Counseling e interventi sul territorio	1	1 h Alessandra Caporale (3° anno, mod. 4)
Counseling e promozione professionale	3	3 h Annarita Eva / Fabiana Pozzi (3° anno, mod. 5)
Realizzare progetti di counseling per la comunità.	5	5 h Francesca Polo (3° anno, mod. 6)
Counseling e sviluppo di comunità: promuovere comunità empatiche.	11	11 h Cristina Busi (3° anno, mod. 7)
Counseling e gestione armonica dei conflitti	5	5 h Francesca Polo (3° anno, mod. 8)
Counseling e nuovi modelli di sviluppo	11	7 h Andrea Stagni (3° anno, mod. 9) 4 h Laura Milani (3° anno, mod. 9)
Esame teorico-pratico e discussione tesi conclusiva	15	15 h Francesca Polo (3° anno, mod. 10)
Subtotale insegnamenti complementari	218	\

3.1.3 Totale formazione teorica nei tre anni

Monte ore totale della formazione teorico-pratica	450	\
---	-----	---

3.2 Formazione esperienziale

3.2.1 Percorso personale (scegliere una sola opzione)

TIPOLOGIA	ORE	TRAINER
Formazione personale mista	75	Psicoterapeuti: Cristina Busi, Gilda Maria Greco, Stefano Carrara, Annalisa Zadra, Vincenzo D'Ambrosio, Daniela Ciriello; Trainer Counselor: Francesca Polo
Subtotale percorso personale	75	\

3.2.2 Supervisione didattica

TIPOLOGIA	ORE	SUPERVISORE
Supervisione didattica	72	Trainer Counselor: Francesca Polo; Professional Counselor: Silvia Carbogno, Antonella Fiacchi, Fabiana Pozzi, Licia Togni, Paola Remonti.
Subtotale supervisione didattica	72	\

3.2.3 Tirocinio

TIPOLOGIA	ORE	ENTE/I CONVENZIONATO/I	SUPERVISORE/I
Ente: Fattoria Didattica Attività: Gruppi di counseling in co-conduzione + Spazio d'ascolto	Max 150	Fattoria dei Semplici a.p.s., Via Grizza 9 – Oleggio (NO)	Gilda Maria Greco, Francesca Polo
Ente: Cooperativa sociale Attività: Spazio d'ascolto	Max 150	Itaca Soc. Coop. Soc., Via Sant'Agata 14 – Morengo (BG)	Gilda Maria Greco, Francesca Polo
Ente: Associazione di volontariato Onlus Attività: Spazio d'ascolto	Max 150	Amo la Vita Onlus – Associazione oncologica milanese – Via Pio II 3 - Milano	Gilda Maria Greco, Francesca Polo
Ente: Associazione di promozione sociale Attività: Spazio d'ascolto	Max 150	ArciLesbica Zami Milano, Via Bezzecca 4 - Milano	Gilda Maria Greco, Francesca Polo
Ente: Fondazione Attività: Spazio d'ascolto	Max 150	FONDAZIONE ENAIP LOMBARDIA - Via B. Luini 5, 20123 Milano	Gilda Maria Greco, Francesca Polo

Ente: Cooperativa Sociale Attività: Spazio d'ascolto	Max 150	Elefanti Volanti Onlus, Via Fermi 99 Brescia	Gilda Maria Greco, Francesca Polo
Eventuale attività di progettazione e/o ricerca	Max 50	\	Gilda Maria Greco, Francesca Polo, Cristina Busi, Stefano Carrara
Subtotale tirocinio	150	\	\

3.2.4 Totale formazione esperienziale nei tre anni

Subtotale percorso personale + supervisione + tirocinio	225	\
---	-----	---

3.3 Totale formazione nei tre anni

Somma di tutte le attività (3.1.3 + 3.2.4)	675	\
--	-----	---

4. Bibliografia del corso

AssoCounseling, Codice deontologico.

AssoCounseling, Statuto e Regolamenti.

Biavati, M. (2015) La relazione che cura, Bologna, EDB Persona e Psiche.

Brandani, W.; Tomisich, M. (2005) La progettazione educativa. Il lavoro sociale nei contesti educativi, Roma, Carocci.

Branden, N. (2007) I sei pilastri dell'autostima, Milano, Tea.

Busi, C. (2015) Il modello Arka per la supervisione, articolo pubblicato in www.arkaassociazione.it

Busi, C. (2014) Perché il counseling non ci salverà, Mestre, Rivista Passaggio in volo.

Campagnoli, P. (2011) Professione Counseling. Il Counselor: aspetti scientifici, applicativi, professionali, Rimini, Maggioli.

Capra, F. (1989) Il tao della fisica, Milano, Adelphi.

Capra, F. (2001) La rete della vita, Milano, Bur.

Carkhuff, R. (1993) L'arte di aiutare. Manuale, Trento, Erickson.

Carkhuff, R. (1993) L'arte di aiutare. Quaderno di esercizi, Trento, Erickson.

Carkhuff, R. (1994) L'arte di aiutare, guida per insegnanti, genitori, volontari e operatori sociosanitari, Trento, Erickson.

Clarkson, P. (2006) Gestalt Counseling. Per una consulenza psicologica proattiva nella relazione d'aiuto, Roma, Sovera.

D'Ambrosio, V.; Calzeroni, A.; Gislon, M.C.; Santollino, D. (2006) Manuale di Auto-aiuto, Bergamo, Dialogos.

Danon, M. (2006) Ecopsicologia. Crescita personale e coscienza ambientale, Milano, Apogeo.

Dea A.; Brandolisio E.; Radich S. (2015) Counseling rogersiano e gestaltico. Teoria e pratica, Venezia Lido, Supernova.

Di Fabio, A.M. (2003) Counseling e relazione d'aiuto, Firenze, Giunti.

Di Fabio, A.M. (1999) Counseling. Dalla teoria all'applicazione, Firenze, Giunti.

Erikson, E. (1999) I cicli della vita, Roma, Armando Editore.

Francescato, D. (2007) Stare meglio insieme nei piccoli gruppi, a scuola, nei contesti produttivi e no profit, Roma, Kappa.

Galimberti, U. (1987) Il corpo, Milano, Feltrinelli

Gerardi, L.; Littrell, J. (2010) Counseling in azienda. Grandi risultati con le persone, con piccoli passi, Roma, L'Airone.

Giannantonio, M. (2012) Paura di sentire. Come gestire il "pericolo" delle emozioni, Trento, Centro Studi Erickson.

Giannella, E. (2009) Etica e deontologia nel counseling professionale e nella mediazione familiare, Roma, Sovera.

Ginger, S. (1990) La gestalt. Terapia del "con-tatto" emotivo, Roma, Mediterranee.

Ginger, S. (2005) Iniziazione alla Gestalt, l'arte del contatto, Roma, Mediterranee.

Giusti, E.; La Fata, S. (2004) Quando il mio terapeuta è un cane, Roma, Sovera.

Goleman, D. (1997) Intelligenza emotiva, Milano, Rizzoli.

- Grof, S. (2007) L'ultimo viaggio, Milano, Apogeo.
- Inguglia, C. (2012) La progettazione di interventi psicosociali. Linee guida ed esempi applicativi, Roma, Carocci.
- Kabat-Zinn, J. (2010) Vivere momento per momento, Milano, Tea.
- Littrell, J. (2010) Il Counseling Breve in Azione, Roma, Sovera.
- Lowen, A. (2004) Bioenergetica, Milano, Feltrinelli.
- Maguire, L. (1989) Il lavoro sociale di rete, Trento, Erickson.
- Marchesini, R. (2005) Fondamenti di Zooantropologia, Bologna, Alberto Perdisa Editore.
- Masquelier, G. (2014) La Gestalt oggi. Scegliere la propria vita, Venezia Lido, Supernova.
- May, R. (2009) L'arte del counseling, Roma, Astrolabio-Ubaldini.
- Mearns, D.; Thorne, B. (2006) Counseling centrato sulla persona. Teoria e pratica, Trento, Erickson.
- Mucchielli, R. (1993) Apprendere il counseling, Trento, Erickson.
- Muret, M. (2005) Arte e terapia, Milano, Red.
- Nanetti, F. (1995) Miti e metafore del cambiamento, Milano, Giuffrè.
- Nanetti, F. (2006) Counseling di gruppo. Formazione, coaching, empowerment, problem solving, Bologna, Editografica.
- Naranjo, C. (1999) La via del silenzio e la via delle parole, Roma, Astrolabio-Ubaldini.
- Naranjo, C. (2007) Amore, Coscienza e Psicoterapia, Pavia, Xenia.
- Naranjo, C. (2009) Per una Gestalt viva, Roma, Astrolabio-Ubaldini.
- Naranjo, C. (1996) Carattere e Nevrosi, Roma, Astrolabio-Ubaldini.
- Naranjo, C. (2007) La civiltà, un male curabile, Milano, Franco Angeli.
- Nhat Hanh, T. (1989) Essere pace, Roma, Astrolabio-Ubaldini.
- Nhat Hanh, T. (2012) Pratiche di consapevolezza. Antologia essenziale di meditazioni per vivere il momento presente con gioia e felicità, Firenze, Terra Nuova.
- Nhat Hanh, T. (2012) Semi di Felicità. Coltivare la consapevolezza insieme ai bambini, Firenze, TerraNuova.
- Nhat Hanh, T. (2015) Trasformare la sofferenza. L'arte di generare felicità, Firenze, Terra Nuova.
- Novara, D. (2011) La grammatica dei conflitti. L'arte maieutica di trasformare le contrarietà in risorse, Casale Monferrato, Sonda.
- Ostasesky, F. (2006) Saper accompagnare. Aiutare gli altri e se stessi ad affrontare la morte, Milano, Mondadori.
- Painter, J. (1983) Il massaggio in profondità: integrazione posturale, Milano, Sugarco.
- Piccardo, C. (1995) Empowerment, Milano, Raffaello Cortina.
- Pietropolli Charmet, G. (2005) Adolescenza istruzioni per l'uso, Milano, Fabbri.
- Polster, E. (2010) Psicoterapia del quotidiano, Trento, Erickson.
- Prochaska, J.O.; Norcross, J.C. (2004) Stadi del cambiamento, in Rivista Integrazione nelle psicoterapie e nel counseling, Roma, A.S.P.I.C.
- Ranieri, L. (2016) Esperienze di counseling aziendale, Bologna, Sentieri di Counseling.
- Raskin, N.J.; Rogers, C. R. (1991) La psicoterapia centrata sulla persona, Roma, ACP Rivista di Studi Rogersiani.
- Rogers, C. R.(2013) La terapia centrata sul cliente, Firenze, Giunti.

Rosemberg, M. (1998) *Le parole sono finestre (oppure muri). Introduzione alla comunicazione non violenta*, Reggio Emilia, Esserci.

Salomè, J. (1996) *La relazione di aiuto e la formazione al colloquio*, Napoli, Liguori.

Spalletta, E.; Germano, F. (2006) *Microcounseling e microcoaching. Manuale operativo di strategie brevi per la motivazione al cambiamento*, Roma, Sovera.

Torelli, T. (2016) *Un altro mondo*, Bari, Wip Edizioni.

Ury, W. (2009) *Risolvere i conflitti. Dallo scontro all'incontro: come trasformare i conflitti a casa, al lavoro e nel mondo*, Urganano, Ed. Alessio Roberti.

Wilber, K. (1995) *Oltre i confini*, Assisi, Cittadella.

Wilber, K. (2014) *Psicologia integrale*, Milano, Crisalide.

5. Programmi sintetici

5.1 Storia del Counseling (nascita, sviluppo storico ed ambiti di intervento attuali del counseling). Il modello formativo ArKa (presentazione del modello formativo)

Il primo modulo di apertura del Master a indirizzo Pluralistico Integrato secondo il modello Arka è articolato in due sottomoduli, entrambi condotti con modalità didattica di tipo esperienziale.

Nel corso della prima giornata il focus è infatti sull'orientare l'allievo in merito al counseling: definizione, storia, situazione attuale, ambiti applicativi, rapporti della disciplina con altre attigue, con particolare riferimento alle scienze umane e sociali.

Il counseling viene descritto come disciplina a se stante, a partire dalle definizioni offerte dalle principali associazioni di categoria, al fine di descrivere in maniera chiara e condivisa quali sono le caratteristiche che riassumono il modus operandi, le finalità, i confini del counseling.

Dalla definizione operativa è fluido il passaggio che contestualizza il counseling nel panorama legislativo, socio-economico e del mondo del lavoro attuale, con particolare riferimento al contesto italiano, includendo quindi oltre agli attuali ambiti applicativi, anche i possibili sviluppi evolutivi della professione.

Particolare rilevanza viene data alle possibili ricadute in ambito sociale della diffusione del modello di intervento del counseling. La possibilità di un intervento breve, focalizzato sulle risorse e sulle soluzioni, è di fatto un intervento che ha per presupposto il modello di empowerment. Tale costrutto ha come intrinseca possibilità quella di incrementare un senso di autoefficacia percepita ed un senso di libertà esistenziale e di assunzione di responsabilità rispetto ai propri disagi ed anche alle possibili alternative. In questo senso, la diffusione di una cultura del counseling è funzionale a ricreare un senso di realistica fiducia nei singoli.

Il valore sociale è nel consentire agli individui di sperimentare un senso di reale potere sulle proprie esistenze, in modo da bilanciare il senso di impotenza appreso, il senso di precarietà, di dispersione della nostra società postmoderna.

La collocazione dello sviluppo attuale e potenziale del counseling all'interno del panorama socio-politico attuale consente di creare connessioni cognitive tra scienze umane, psicologia, pedagogia, antropologia culturale, scienze sociali e sviluppo attuale della scienza, dell'epistemologia, delle scienze "esatte". Questo taglio trasversale e storicamente, socialmente e culturalmente socio-correlato permette di inserire il counseling come una delle possibili risposte trasformative ai bisogni emergenti.

In particolare, nel secondo sotto-modulo, viene dato ampio spazio al modello teorico di riferimento, il modello pluralistico integrato.

Viene fornita all'allievo una panoramica storica ragionata dei modelli di derivazione psicologica, creando di fatto le basi per un excursus sistematizzato nell'evoluzione dei modelli di mente, personalità, cura e tecniche proprie dei diversi modelli.

È sottolineata la relazione di progressivo sviluppo dei singoli modelli e vengono evidenziate le attuali connessioni, rese più verosimili e sostenibili dall'impatto delle recenti scoperte di tipo scientifico sui meccanismi di funzionamento del cervello umano.

Altra connessione sottolineata, oltre all'integrazione teorica, basata su un metamodello che integra teorie, tecniche e fattori comuni, è quella con la meditazione.

Bibliografia

Spalletta, E.; Germano, F. (2006) Microcounseling e microcoaching. Manuale operativo di strategie brevi per la motivazione al cambiamento, Roma, Sovera.

Rizzolatti G.; Sinigaglia, C. (2008) So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio, Milano, Raffaello Cortina

Abbagnano, N. (2013) Storia della filosofia, Torino, Utet.

Capra, F. (1989) Il tao della fisica, Milano, Adelphi

Kissel Wegela, K. (2013) La psicoterapia contemplativa, Roma Astrolabio-Ubaldini, K.Wilber Psicologia integrale Crisalide

Naranjo, C. (2007) Amore, Coscienza e Psicoterapia, Pavia, Xenia.

Busi, C. (2014) Perché il counseling non ci salverà, Mestre, Rivista Passaggio in volo.

5.2 Le attitudini del counselor secondo il modello pluralistico integrato ad indirizzo umanistico-esistenziale.

Le abilità del Counselor: prepararsi all'attenzione e prestare attenzione

Il counseling si sviluppa sull'originaria intuizione Rogersiana secondo la quale se una persona si trova in difficoltà il miglior modo di venirle in aiuto è di aiutarla a comprendere la situazione e a gestire il problema prendendo da sola e pienamente la responsabilità delle proprie scelte, evitando di dare indicazioni su cosa fare.

Nell'ambito della teoria Rogersiana della non-direttività, vengono definite le abilità di aiuto, nell'accezione ampia di abilità di vita e non solo come abilità specializzate di terapia professionale. Le attitudini necessarie ad un aiuto efficace sono qualità umane relativamente semplici.

Sono qualità innate, che possono essere coltivate e sviluppate, oppure inibite quando qualcosa ostacola la loro attivazione.

In virtù del modello pluralistico integrato le attitudini individuate da Rogers (accettazione incondizionata, empatia, autenticità e congruenza) sono ampliate grazie alle intuizioni di altri approcci (la pratica del non giudizio della Mindfulness, le posizioni esistenziali dell'Analisi Transazionale, i Neuroni Specchio della neurofisiologia, la pratica dell'affermazione di sé delle teorie sull'autostima).

Se è vero che sono attitudini innate, è anche vero che per essere attivate e messe in pratica necessitano di una qualità alta di presenza e consapevolezza; il secondo obiettivo del modulo è infatti quello di dare senso e significato alla pratica dell'attenzione: come prepararsi e come prestare attenzione.

Tema ponte tra questi due obiettivi è la Comunicazione Verbale e Non Verbale, che contribuisce da un lato a dare senso alle attitudini di autenticità e congruenza e dall'altro a esprimere la piena disponibilità ad accogliere.

Bibliografia

Mearns, D.; Thorne, B. (2006) Counseling centrato sulla persona. Teoria e pratica, Trento, Erickson.

Branden, N. (2007) I sei pilastri dell'autostima, Milano, Tea.

Ostasesky, F. (2006) Saper accompagnare. Aiutare gli altri e se stessi ad affrontare la morte, Milano, Mondadori.

Nhat Hanh, T. (2015) Trasformare la sofferenza. L'arte di generare felicità, Firenze, Terra Nuova.

5.3 Costruzione del Set-Setting come luogo di accoglienza delle norme operative per Counselor e Cliente. La “VISSI” e la consapevolezza degli errori comunicativo-relazionali

Il terzo modulo permette di riprendere e di approfondire le tematiche del primo modulo (emozioni-sensazioni-pensieri, peculiarità del counseling) e del secondo modulo (attitudini del counselor, Okness, comunicazione verbale e non-verbale) e prepara all'acquisizione delle tecniche di ascolto (moduli successivi).

Rispetto alle Fasi del Counseling, con questo modulo entriamo nella fase ACCOGLIERE e il primo obiettivo è quello di esplorare ciò che consente di entrare in connessione con se stessi e con l'Altro e di agevolare il processo di cambiamento e di crescita. Ne emerge che la relazione umana è il principale elemento di attivazione e sostegno di questo processo e che il setting è necessario come contenitore di questa relazione affinché diventi una relazione professionale fra cliente e counselor, con un'assunzione di ruolo da parte di quest'ultimo e la creazione di uno "spazio sicuro". Vengono individuati gli elementi del set e del setting nel counseling individuale e di gruppo.

Legato a questa tematica è il secondo obiettivo, che è centrato sulla competenza dell'ascoltare: perché è importante ascoltare, quali sono gli ostacoli a un buon ascolto, come sviluppare una buona abilità di ascolto. Si porta l'attenzione anche a come comprendere il canale rappresentazionale preferenziale del cliente. Largo spazio viene lasciato nello scoprire in quali modi le VISSI, così tanto utilizzate inconsapevolmente nel linguaggio usuale, siano inadeguate o inefficaci nel costruire fiducia e alleanza operativa e come interrompano l'esperienza di elaborazione interiore del cliente piuttosto che facilitarla.

Il modulo è costruito in modo da permettere agli allievi di fare esperienza concreta dei concetti proposti o emersi dal gruppo, andando oltre la teoria, utilizzando a volte la parola e a volte solo il corpo per ricercare e comprendere quali sono le proprie tendenze personali nello stare in presenza dell'altro (esercizi sulla prossemica o sul contatto visivo o fisico con l'altro, ad esempio) e nell'ascolto (ricerca della propria VISSI dominante, ad esempio).

Bibliografia:

Spalletta, E.; Germano, F. (2006) Microcounseling e microcoaching. Manuale operativo di strategie brevi per la motivazione al cambiamento, Roma, Sovera.

Mucchielli, R. (1993) Apprendere il counseling, Trento, Erickson.

Rogers, C. R. (2013) La terapia centrata sul cliente, Firenze, Giunti.

May, R. (2009) L'arte del counseling, Roma, Astrolabio-Ubaldini.

5.4 Il Contratto di Counseling per la costruzione dell'Alleanza Operativa. L'Ascolto Attivo per facilitare l'accoglienza del cliente e il suo modo di essere al mondo

Questo modulo formativo si rivolge alla fase del processo di counseling relativo all'accoglienza del cliente e si concentra sul Contratto di Counseling come strumento centrale per la costruzione dell'Alleanza Operativa e sull'Ascolto Attivo come tecnica che sostiene l'azione di accoglienza e la formazione dell'alleanza.

Il contratto di counseling viene presentato ad un livello formale e cognitivo: vengono fornite le informazioni che identificano in modo trasparente la specificità della relazione di counseling, e, ad un livello operativo e comportamentale, sono presentate le azioni del counselor che danno sostanza al piano formale.

Questo richiede lo sviluppo di una consapevolezza di sé del professionista che gli consenta di essere presente ad accogliere il mondo soggettivo dell'altro e promuovere una relazione di aiuto simmetrica relativamente alla conoscenza del problema, con un rapporto autentico tra persone entrambe libere, responsabili e capaci di stipulare un accordo di lavoro.

Il contratto, a livello informativo e cognitivo, porta a un accordo su cosa e su come si lavorerà insieme che diventa, in una dimensione longitudinale a tutto il percorso di counseling, un'alleanza di cui occorrerà prendersi cura passo dopo passo insieme al cliente (affrontando impasse dell'alleanza e riparando rotture).

L'alleanza operativa va promossa attivamente come innesco del processo di cambiamento, protegge da deleghe eccessive assunte dal counselor nei confronti del cliente, favorisce l'assunzione di responsabilità del cliente, delimita il campo di azione del counseling tutelando entrambi i soggetti.

La qualità del contratto è risultato, quindi, dalla chiarezza tra counselor e cliente di obiettivi e compiti. Tale chiarezza è mediata dalla qualità relazionale che il counselor è in grado di promuovere attraverso tutte le attitudini e competenze che riesce a sviluppare (accettazione incondizionata, empatia, autenticità, curiosità, comunicazione efficace).

Se in altri tipi di relazioni più di aiuto l'helper diventa base sicura del cliente, nel counseling secondo il modello Arka è il contratto/alleanza operativa che fanno da base sicura per entrambi i protagonisti del processo. In questo senso nella nostra visione questo modo di "costruire accordi di collaborazione" tra persone è implicitamente una forma esportabile nelle relazioni tout court ed ha la potenzialità di oltrepassare le barriere degli studi professionali e diventare strumento di empowerment sociale.

Il tema dell'alleanza operativa si collega con le competenze tecniche dell'Ascolto Attivo in quanto quest'ultimo è lo strumento base attraverso il quale il counselor facilita l'esplorazione consapevole da parte del cliente.

Viene presentata una distinzione epistemologica tra conoscenza oggettiva, soggettiva e inter-soggettiva per poter collocare correttamente l'Ascolto Attivo come strumento adeguato per muoversi sul livello della conoscenza inter-soggettiva.

Si procede quindi con l'illustrazione e la sperimentazione didattica di varie tecniche specifiche che caratterizzano l'Ascolto Attivo.

Bibliografia:

Giannella, E. (2009) Etica e deontologia nel counseling professionale e nella mediazione familiare, Roma, Sovera.

Rogers, C. R. (2013) La terapia centrata sul cliente, Firenze, Giunti.

Mucchielli, R. (1993) Apprendere il counseling, Trento, Erickson.

Carkhuff, R. (1993) L'arte di aiutare. Manuale, Trento, Erickson

5.5 La buona formulazione dell'obiettivo nel processo di Counseling

Nel presente modulo viene esposta la mappa della ruota del cambiamento del modello di Prochaska-DiClemente-Norcross come strumento per misurare gli aspetti di consapevolezza rispetto al problema portato dal cliente e la sua motivazione rispetto al cambiamento.

Sapere che il cambiamento è un processo ciclico che attraversa specifici stadi è utile al fine di definire un obiettivo di cambiamento adeguato e per procedere a fianco del cliente nella sua formulazione.

La mappa serve altresì a monitorare il processo di cambiamento durante l'intero percorso di counseling.

Oltre alla descrizione dei singoli stadi che compongono la ruota si analizzano le implicazioni di quest'ultima di cui tener conto nel percorso di counseling: per procedere correttamente nella formulazione dell'obiettivo e nell'intero percorso è necessario comprendere in quale stadio si trova il cliente all'inizio del percorso, procedere da uno stadio all'altro esaurendo i compiti e i passi di ciascuna fase e sapere che la ricaduta e l'errore sono parti integranti dei processi di cambiamento.

Il counselor ha specifici compiti in ciascuno stadio e in caso di ricaduta o di errore il suo compito è quello di agevolare la comprensione di questi elementi così da favorire la ripresa del percorso.

Come counselor in formazione è utile applicare questa mappa ai propri processi di cambiamento conclusi, in modo da integrare gli elementi teorici con il proprio vissuto.

La mappa è uno strumento di auto-osservazione rispetto ai processi di cambiamento in corso e in divenire.

La buona formulazione dell'obiettivo prevede anche l'osservazione fenomenologica del linguaggio verbale per rilevare gli errori comunicativi nella narrazione del cliente; questi possono essere spia di errori cognitivi che ostacolano il processo di definizione del problema, sia durante l'esplorazione che nella successiva sintesi del problema.

Porre attenzione agli errori cognitivi permette anche di riconoscere i contratti impossibili e di riformularli correttamente quando possibile.

Conoscere gli errori cognitivi e allenarsi a riconoscerli permette di riformulare correttamente le narrazioni limitanti o distorte e di ampliare lo sguardo su di sé e sul problema.

Si propone la tabella ABC di Beck come possibile strumento di auto-osservazione anche rispetto ai pensieri.

Bibliografia

Prochaska, J.O.; Norcross, J.C. (2004) Stadi del cambiamento, in Rivista Integrazione nelle psicoterapie e nel counseling, Roma, A.S.P.I.C.

D'Ambrosio, V.; Calzeroni, A.; Gislon, M.C.; Santolino, D. (2006) Manuale di Auto-aiuto, Dialogos.

Di Fabio, A.M. (1999) Counseling. Dalla teoria all'applicazione, Firenze, Giunti.

5.6 L'abilità del Counselor: Personalizzare per facilitare la comprensione del cliente e la sua assunzione di responsabilità. Dal paradigma materno di Rogers a quello paterno di Carkhuff e Perls.

La lezione ha come obiettivo quello di agevolare gli allievi nell'integrazione dei contenuti trattati nei precedenti moduli del corso e presentare dei modelli di riferimento nella relazione di aiuto e le relative modalità di intervento.

Si parte da un riepilogo rispetto alla concezione di "aiuto" nel counseling, con particolare accento rispetto alla fiducia da parte del counselor nella tendenza attualizzante della persona.

Vengono presentati il modello non direttivo e quello semidirettivo utilizzando a supporto della lezione la videodidattica. Per il modello non direttivo, viene preso in visione Carl Rogers, esponente di un approccio alla relazione d'aiuto basato su un atteggiamento empatico, di fiducia, accoglienza e responsività rispetto al cliente. Per il modello semidirettivo invece viene preso in visione Robert Carkhuff e, in particolare, il suo modello operativo di relazione d'aiuto.

Viene introdotto, attraverso la videodidattica, Fritz Perls ed un modello di relazione più confrontativo.

Vengono illustrate le modalità per favorire la comprensione, l'assunzione di responsabilità del cliente e il passaggio dall'eterosostegno all'autosostegno, come ad esempio l'ascolto attivo, il confronto, il feedback fenomenologico, il linguaggio della responsabilità.

Nella seconda parte della lezione l'obiettivo è quello di aiutare gli allievi a sperimentare atteggiamenti semidirettivi e non direttivi nella relazione d'aiuto.

L'obiettivo viene facilitato da un laboratorio esperienziale durante il quale gli allievi sperimentano entrambi i ruoli, quello di aiutare e quello di essere aiutato nell'esplorazione, prima con una modalità semidirettiva e poi con una modalità direttiva.

Bibliografia

Carkhuff, R., (1993), L'arte di aiutare. Manuale, Trento, Erickson

Carkhuff, R., (1993), L'arte di aiutare. Quaderno di esercizi, Trento, Erickson

Carkhuff, R., (1994), L'arte di aiutare, guida per insegnanti, genitori, volontari e operatori sociosanitari, Trento, Erickson

Clarkson, P., (2006), Gestalt Counseling, per una consulenza psicologica proattiva nella relazione d'aiuto, Roma, Sovera.

Dea A.; Brandolisio E.; Radich S. (2015) Counseling rogersiano e gestaltico. Teoria e pratica, Venezia Lido, Supernova.

Ginger, S., (2004), La Gestalt, terapia del con-tatto emotivo, Roma, Mediterranee

Ginger, S., (2005), Iniziazione alla Gestalt, l'arte del contatto, Roma, Mediterranee

Giordani, B., (1988), Psicoterapia umanistica. Da C.R. Rogers a R. Carkhuff, Assisi, Cittadella

Rogers, C., (1994), La terapia centrata sul cliente, Firenze, Psycho

5.7 Il Counseling semi-direttivo: il Ciclo di Contatto Gestaltico Integrato ***L'importanza del qui ed ora e della responsabilità adulta nella relazione di Counseling***

In questo modulo formativo viene approfondito il Counseling semi-direttivo della Gestalt, introdotto nel corso del modulo precedente.

Si inizia con una breve presentazione della Teoria Gestaltica e dell'approccio ideato da Fritz Perls. Vengono quindi approfonditi i fondamenti di un approccio al counseling secondo la Gestalt: l'importanza per il counselor dell'"Essere" piuttosto che "Fare", ossia dell'essere con l'altro, essere consapevolmente presente, attivo e creativo in modo da favorire nel cliente una sperimentazione ricca e piena; la visione olistica e multidimensionale dell'essere umano, secondo la quale la persona viene stimolata su un piano esistenziale a essere pienamente se stessa, integrando tutti i suoi differenti aspetti: fisiologici, affettivi, cognitivi, relazionali e transpersonali; l'importanza dell'osservazione fenomenologica del cliente e del suo "modo di essere al mondo"; l'autoregolazione organismica intesa come saggezza intrinseca della persona a conoscere naturalmente ciò che è buono per sé e per la propria autorealizzazione.

Si presentano poi i 3 pilastri della Gestalt: la Consapevolezza di sé, del mondo e di ciò che accade al confine-contatto tra sé e il mondo; il Qui-ed-ora e l'importanza sia per il counselor che per il cliente di essere presenti all'esperienza vissuta momento per momento, di essere testimoni di sé; la Respons-Abilità intesa come abilità di

rispondere, secondo cui ogni persona è responsabile, in relazione al contesto, delle proprie scelte esistenziali e del senso che attribuisce agli accadimenti della propria vita.

Vengono quindi proposti la Teoria del Sé, il Ciclo di Contatto Gestaltico e le sue fasi, come ciclo di soddisfacimento del bisogno del cliente. Vengono presentati infine i diversi meccanismi di interruzione del ciclo di contatto gestaltico e il modo di lavorare con ogni meccanismo di interruzione per favorire il completamento del ciclo gestaltico. Stimolando il cliente a consapevolizzare i propri processi di pensiero, sentimenti e azioni, prestando attenzione al “cosa” e “come” piuttosto che al “perché” di un proprio comportamento, si favorisce la possibilità di attuare responsabilmente, nel qui ed ora, un cambiamento comportamentale più in linea con il proprio benessere e il soddisfacimento dei propri bisogni, in un adattamento creativo dato il contesto.

Bibliografia:

Ginger, S. (1990) La gestalt. Terapia del “con-tatto” emotivo, Roma, Mediterranee.

Naranjo, C. (1999) La via del silenzio e la via delle parole, Roma, Astrolabio-Ubaldini.

Naranjo, C. (2009) Per una Gestalt viva, Roma, Astrolabio-Ubaldini.

5.8 Sperimentare il cambiamento: dove sono e dove voglio andare, un primo passo verso l'azione

In questo modulo viene presentato il processo di counseling attraverso una revisione originale delle fasi del counseling.

Il percorso viene infatti illustrato come segmentabile in quattro sottofasi distinte: la fase definita accogliere, poi conoscere, quindi personalizzare ed agire, ivi inclusa l'ulteriore sottofase chiudere.

Per ogni singola fase vengono proposti gli obiettivi rispetto al percorso di counseling.

Chiariti gli obiettivi, vengono presentati agli allievi le singole azioni del counselor e le tecniche relative alle diverse fasi.

Particolare attenzione, in questa fase descrittiva, viene data alla correlazione interna alle diverse fasi del processo ed alla funzionale interazione tra le diverse competenze tecnico- specifiche, le caratteristiche attitudini interpersonali del counselor e lo stadio del processo di cambiamento in cui si trova il cliente.

In questo modo si vuole sottolineare l'esito operativo come sintesi ragionata e contemporaneamente intuitiva delle diverse variabili compresenti nel processo di counseling.

L'obiettivo formativo della lezione è consentire agli allievi di iniziare ad avere le conoscenze teoriche necessarie per creare i presupposti della forma mentis del counseling, attraverso la creazione di una mappa di intervento efficace, competente, in grado di tararsi in maniera flessibile sulle caratteristiche del singolo cliente.

Il modulo ha sia una funzione di assemblaggio tecnico delle lezioni precedenti, sia è un modulo formativo “di processo”, nel senso che integra a livello meta le conoscenze e le competenze maturate nel corso del primo anno del Master.

Le singole tecniche vengono viste nella loro necessaria adattabilità in relazione al momento di conoscenza della persona, del problema e dell'obiettivo di cambiamento, in funzione degli obiettivi della fase in atto.

Nel fornire questa panoramica, il modulo prevede alcune concettualizzazioni culturali.

In primo luogo viene ripresa l'importanza dell'errore come momento di verifica dell'andamento del processo ed il costruito teorico viene collegato metodologicamente ad un atteggiamento di pragmatica verifica delle procedure attivate in funzione dell'obiettivo di lavoro. Il concetto di errore si lega quindi trasversalmente al costruito di efficacia

e alle competenze relative al monitoraggio dell'alleanza operativa, concetto che verrà ripreso estesamente in successivi moduli formativi.

Il concetto di errore viene traslato in termini psicologici e collegato a quello di limite, nella sua accezione originaria di confine e declinato gestalticamente come confine/contatto.

Bibliografia

Spalletta, E.; Germano, F. (2006) Microcounseling e microcoaching. Manuale operativo di strategie brevi per la motivazione al cambiamento, Roma, Sovera.

Nanetti, F. (1995) Miti e metafore del cambiamento, Milano, Giuffrè.

Carotenuto, A. (2000) Amare e tradire, Milano, Bompiani

5.9 Educare alla spontaneità: affidarsi alla Tendenza Attualizzante nella relazione con sé e con l'altro

Questo modulo formativo si colloca alla fine del primo anno e vuole promuovere, oltre ad una sintesi del percorso di conoscenza teorica e di auto-conoscenza degli allievi, un movimento verso l'espressione della propria unicità attraverso la mobilitazione delle energie creative e spontanee.

L'assunto teorico di base di matrice umanistico-esistenziale è che il fine ultimo del counseling è di promuovere cambiamenti in accordo con l'intrinseca tendenza umana all'auto-realizzazione attraverso l'espressione delle proprie potenzialità.

La lezione propone di esplorare il concetto di spontaneità nell'esperienza umana approfondendo alcuni aspetti relativi alla psicologia dello sviluppo che riguardano gli ostacoli relazionali ed educativi alla piena espressione della spontaneità insiti nella società patriarcale (Naranjo).

Viene presentato il tema della Tendenza Attualizzante, secondo la trattazione di Rogers, per mettere in evidenza come l'approccio umanistico coglie un elemento intrinseco alla persona, una corrente vitale orientata alla crescita ed alla differenziazione che tende spontaneamente all'esplorazione del mondo, alla selezione di stimoli ed alla realizzazione delle proprie potenzialità.

Viene sottolineata l'importanza di sviluppare la capacità di connettersi (o riconnettersi) a questa forza per promuovere le nostre e altrui possibilità evolutive e di cambiamento.

Si descrive l'impatto delle Attitudini del counselor (accettazione, empatia, autenticità) nel favorire la ri-connessione del cliente con la propria spontaneità e come l'assenza di queste qualità relazionali nella storia evolutiva del cliente possa aver determinato l'inibizione o la distorsione della tendenza attualizzante.

Il Ciclo di Contatto Gestaltico, già presentato nei moduli precedenti, viene riletto come una buona rappresentazione di quello che possiamo considerare un ciclo spontaneo nel pieno senso del termine. Laddove sia fluido nel suo aprirsi, svilupparsi e chiudersi possiamo scorgere una "naturalità spontanea", mentre dove scorgiamo impasse, blocchi e deviazioni, intercorre sostanzialmente un'interruzione del processo spontaneo. Focus del Counseling è ri-attivare il processo spontaneo.

Vengono presentate delle pratiche/tecniche per favorire la spontaneità all'interno del percorso di counseling. Alcune riguardano macro dimensioni come Accoglienza e Alleanza operativa, altre l'utilizzo di esercizi/giochi creativi coinvolgendo attivamente il cliente nella soluzione dei problemi posti dalle varie fasi di counseling, infine vi possono essere tecniche specifiche per tradurre in azione creativa/espressiva il cambiamento desiderato e dichiarato.

La lezione conclude il percorso di apprendimento del primo anno e si connette all'esame teorico pratico nel quale, coerentemente, si chiede agli allievi di proporre, oltre che una tesina scritta sul proprio percorso di crescita, una presentazione in forma creativa ed espressiva del percorso stesso.

Bibliografia:

Rogers, C. R. (2013) La terapia centrata sul cliente, Firenze, Giunti.

Ginger, S. (1990) La gestalt. Terapia del "con-tatto" emotivo, Roma, Mediterranee.

Naranjo, C. (2007) La civiltà, un male curabile, Milano, Franco Angeli.

Naranjo, C. (1999) La via del silenzio e la via delle parole, Roma, Astrolabio-Ubaldini.

5.10 La narrazione consapevole: chi sono dopo un anno di percorso formativo

Modulo dedicato all'integrazione di quanto appreso nel corso del primo anno: gli allievi espongono al gruppo e allo staff didattico i loro elaborati di crescita personale e professionale.

Verifica finale del primo anno.

5.11 La visione olistica dell'Essere umano

In questo modulo formativo si presenta l'evoluzione delle diversi modelli di concezione dell'essere umano, fino alla rappresentazione "olistica" di essere umano che viene integrata nel modello elaborato e proposto da ArKa. Il focus teorico è sulla concezione di essere umano sia come individuo che come organismo in interazione con l'ambiente, sottolineando anche la funzione sociale del counseling.

Viene presentato il concetto di Olistismo come teoria secondo la quale l'organismo biologico, come quello sociale, è qualcosa di più della somma delle sue parti, in quanto le parti sono interrelate e interdipendenti tra loro; le parti hanno un senso unicamente se viste in funzione del tutto.

Si propone un breve excursus della psicologia della Forma, dell'olismo nella percezione e del concetto di polisemia, per cui ogni fenomeno osservato non è una realtà oggettiva, bensì una interrelazione globale tra il fenomeno stesso e il suo ambiente del momento, quindi l'osservatore. In tal senso il counselor è testimone del modo di essere al mondo del cliente e dei significati che il cliente attribuisce al tema-problema portato; è, inoltre, testimone della propria percezione rispetto al modo di essere al mondo del cliente e del problema da lui portato e entrambi sono testimoni dell'unità che si co-crea tra loro; rispetto al tema portato dal cliente il counselor lo stimola a sperimentare prospettive differenti, dando nuovi significati, più funzionali al proprio benessere.

Collegata all'unità che si co-crea viene presentata la visione olistica dell'approccio sistemico, secondo cui l'incontro dei due sistemi, counselor e cliente, crea un'interfaccia, un'area di contatto, in cui può essere introdotta una comunicazione che può favorire una nuova organizzazione del sistema.

Viene approfondita la teoria Gestaltica e, in particolare, il pentagramma stellato di Ginger, come approccio multidimensionale. Il pentagramma stellato favorisce un'osservazione fenomenologica del funzionamento globale del cliente al fine di favorirne un loro potenziamento e una loro integrazione; se qualche dimensione è maggiormente in figura, rispetto alla richiesta del cliente, occorrerà tenere in considerazione anche le altre (al momento in sfondo) perché durante il percorso di counseling, potrebbero rivelarsi delle significative risorse. Il pentagramma stellato consente anche di leggere lo stesso fenomeno da più prospettive, permettendo di operare in contesti di coppia, gruppali, organizzativi (socio-gestalt).

Nella visione olistica ArKa viene proposta la Teoria dell'Enneagramma di Claudio Naranjo e, nello specifico, il concetto di Carattere come risposta adattiva appresa di contromanipolazione, in risposta alle ferite esperite relativamente al bisogno di ricevere amore.

Viene fatto accenno anche allo spettro della coscienza proposto da Ken Wilber come livello di sviluppo della coscienza dal Livello Persona alla Coscienza dell'Unità; viene sottolineato come il counseling possa aiutare il cliente a consapevolizzare il proprio essere al livello della Persona, uno stato di coscienza in cui l'individuo ha solo una percezione parziale di se stesso, identificandosi con un'immagine, una maschera che è abituato a manifestare; c'è un vasto mondo interiore composto da pensieri, emozioni, sentimenti, aspetti della propria personalità che vengono invece rifiutati e rimangono sconosciuti, e rappresentano il proprio «lato ombra».

Infine, nell'ambito della visione olistica, viene proposto il passaggio dalla visione antropocentrica alla visione ecossistemica. Viene posto l'accento sull'importanza che il risveglio e la consapevolizzazione degli individui possa rappresentare un'occasione e uno stimolo per mettere i propri talenti a disposizione della comunità, della società, diventando cittadini attivi del pianeta terra, orientandosi verso una politica di sviluppo sostenibile.

Bibliografia:

Clarkson, P. (2006) Gestalt Counseling. Per una consulenza psicologica proattiva nella relazione d'aiuto, Roma, Sovera.

Naranjo, C. (2009) Per una Gestalt viva, Roma, Astrolabio-Ubaldini.

Wilber, K. (1995) Oltre i confini, Assisi, Cittadella.

5.12 Il processo del Counseling: le fasi e il Counseling Breve

Il counseling è un intervento breve, orientato all'azione e focalizzato sulla soluzione, che favorisce l'attivazione delle risorse e sollecita la cooperazione e l'interdipendenza.

Uno dei principali obiettivi di questo modulo è rendere consapevoli gli allievi che utilizzando il counseling si acquisisce una particolare forma mentis, basata sulla fiducia nella tendenza attualizzante dell'essere umano, sull'Okness di counselor e cliente, sulla consapevolezza che ciascuno/a può essere agente di trasformazione del proprio vissuto e del proprio contesto. Il counselor ha (e agevola il cliente ad avere) fiducia nella propria capacità di governare efficacemente i processi di cambiamento.

Affinché ciò sia possibile, il counseling prevede l'applicazione di un METODO che a sua volta richiede di

- tener conto che il processo di cambiamento avviene attraversando progressivamente i sei STADI DI CAMBIAMENTO (da pre-contemplazione a mantenimento) e che quindi occorre individuare in quale stadio si trova il cliente e, di conseguenza, concordare degli obiettivi adeguati al raggiungimento dello stadio successivo;
- attivare e monitorare l'alleanza operativa con il cliente, affinché sia sempre protagonista attivo del proprio percorso di cambiamento;
- attingere alle risorse, quindi alle abilità e competenze personali, alle eccezioni al problema, alle precedenti esperienze efficaci;
- tener conto che il processo di counseling si sviluppa in fasi e che ciascuna fase prevede delle azioni e dei risultati.

Il modulo si sviluppa infine con la presentazione delle quattro fasi del processo di counseling (Accogliere – Conoscere – Personalizzare – Agire), per ciascuna delle quali sono evidenziati gli obiettivi, le azioni del counselor, le tecniche che man mano possono essere utilizzate.

Bibliografia

Littrell, J. (2010) *Il Counseling Breve in Azione*, Roma, Sovera.

Carkhuff, R. (1993) *L'arte di aiutare. Manuale*, Trento, Erickson

5.13 L'Impasse nell'Alleanza Operativa: come gestirla

Inserire il programma (Dr.ssa Alessandra Caporale)

5.14 L'Enneagramma come modello conoscitivo delle strutture caratteriali Fissità e linee evolutive

Il modulo ha come obiettivo di presentare il concetto di struttura di personalità e di evidenziare i confini di intervento rispetto alle problematiche "strutturali" della persona, ambito della psicoterapia, e alle problematiche adattive ed evolutive, che possono essere integrate nell'ambito di intervento del counseling.

Il concetto di personalità viene introdotto mediante una panoramica che collega questo costrutto a quanto già espresso nei moduli precedenti, coerentemente quindi con il concetto di essere umano fondativo del modello ArKa.

La coerenza epistemologica viene supportata in termini teorici dalla presentazione del pensiero di Claudio Naranjo.

L'autore, di derivazione francamente gestaltica, allievo diretto di Fritz Perls, elabora in forma originale il suo pensiero integrandolo con gli sviluppi moderni della psicoterapia e delle discipline spirituali.

L'enneagramma rappresenta da questo punto di vista una sintesi interessante, che viene in questo modulo presentato come modello di teoria della personalità.

L'accezione offerta in questo modulo non verte quindi sugli aspetti tassonomici dell'enneagramma e non entra nello specifico dei diversi tipi psicologici (enneatipi), con le relative descrizioni classificatorie.

L'enneagramma viene qui presentato nella sua concezione teorica, ovvero nella relazione tra essenza e carattere.

Il termine essenza rappresenta una integrazione della tendenza organismica, concetto di derivazione gestaltica, della quale si dà una definizione funzionale e processuale.

Il carattere, per contrasto, viene presentato come modello rappresentativo dei necessari adattamenti funzionali che l'essere umano, nel suo sviluppo, va progressivamente utilizzando nell'ambito della relazione con il suo ambiente relazionale primario.

La reiterazione di tali strategie adattive viene progressivamente a costruire delle fissità funzionali tra loro interconnesse in un insieme omogeneo, definito "carattere".

Il focus quindi è sulla relazione tra individuo/ambiente e nella possibilità di osservare la flessibilità e la fissità delle strategie adattive.

L'osservazione fenomenologica del cliente e delle relative "fissità" funzionali rappresenta una buona euristica per consentire al counselor di operare nel rispetto di un contratto professionale che in nessun modo abilita al lavoro di ristrutturazione della personalità ed alle possibili derive psicopatologiche.

La presentazione dello strumento enneagramma, in termini di evoluzione storica, diffusione, caratteristiche consente di creare una mappa osservativa del rapporto tra modalità personologiche fisse e flessibili, individuare in base a questi i confini di intervento, osservare le modalità preferenziali di strutturazione dell'esperienza (intellettuale, emotivo, istintivo).

Bibliografia

Naranjo, C. (2007) *La civiltà, un male curabile*, Milano, Franco Angeli.

Naranjo, C. (1996) *Carattere e Nevrosi*, Roma, Astrolabio-Ubaldini.

Naranjo, C. (2009) *Per una Gestalt viva*, Roma, Astrolabio-Ubaldini.

5.15 Le tecniche a mediazione cognitiva nel counseling

Il counselor può supportare il cliente nel percorso di esplorazione e nel raggiungimento del suo obiettivo attraverso la stimolazione della sua consapevolezza riguardo le personali risorse, attitudini e competenze. Per fare questo, il counselor ha a supporto modelli teorici e strumenti ad approccio cognitivo. In questo modulo si analizzano in particolare tecniche e strumenti con questo orientamento. Tutti gli strumenti sono presentati e fatti sperimentare direttamente dai counselor in aula, in modo individuale e in coppie, per allenare e provare in prima persona la loro funzionalità ed efficacia.

Si apre il modulo con un riepilogo della teoria della comunicazione e brevi cenni sul modello cognitivo. Secondo il modello cognitivo, le persone agiscono nel mondo attraverso la costruzione di rappresentazioni e narrative (=mappe) che vengono condivise e consolidate nella relazione con gli altri. Di fronte a un ostacolo, l'individuo si costruisce una rappresentazione (si racconta una storia) che lo guiderà nell'affrontarlo. Se questa "storia" è funzionale, la persona supera l'ostacolo con soddisfazione. Se la narrativa è disfunzionale non si raggiunge l'obiettivo e nasce il disagio e la frustrazione.

Attraverso esercizi di auto-analisi, esercizi di osservazione di specifici filmici ed esercizi in coppie, gli allievi sono stimolati ad osservare e elicitarne i pensieri automatici e le credenze personali limitanti e potenzianti. Un'analisi individuale dei Valori personali approfondita viene proposta attraverso un ulteriore esercizio.

Vengono offerti e fatti esplorare ai partecipanti altri strumenti a mediazione cognitiva: la "ruota della vita", la "matrice swot", la "linea della vita".

Ampio spazio viene dato anche alla scrittura con diversi strumenti: i diari emotivi, comportamentali, i piani d'azione per raggiungere obiettivi e mete prefissate, la possibilità di utilizzare diari attraverso cui costruire nuovi scenari e possibilità evolutive.

Vengono offerti strumenti applicativi quali la scheda ABC e le domande aperte di problem solving.

Per tutti gli esercizi/tecniche/strumenti è previsto un primo momento di spiegazione teorica, un secondo momento di pratica diretta su di sé e in coppie, per concludersi con la condivisione in gruppo su in funzione di quali obiettivi, nelle diverse fasi del counseling, possono essere utilizzati efficacemente tali strumenti.

Bibliografia:

Goleman, D. (1997) *Intelligenza emotiva*, Milano, Rizzoli.

D'Ambrosio, V.; Calzeroni, A.; Gislon, M.C.; Santollino, D. (2006) *Manuale di Auto-aiuto*, Bergamo, Dialogos.

Spalletta, E.; Germano, F. (2006) *Microcounseling e microcoaching. Manuale operativo di strategie brevi per la motivazione al cambiamento*, Roma, Sovera.

5.16 Le tecniche a mediazione emozionale nel counseling

In questo modulo vengono presentate le tecniche a mediazione emozionale, ovvero modelli di intervento che maggiormente coinvolgono l'ambito emotivo del cliente.

In primo luogo si procede con il riprendere e definire alcuni aspetti teorici delle emozioni, a partire dalla classificazione delle emozioni secondo il modello di Greenberg, con la distinzione tra emozioni primarie e secondarie.

Viene quindi offerta una panoramica di sviluppo delle emozioni attraverso il concetto di sintonizzazione emotiva con le figure di accudimento, il passaggio di co-regolazione emozionale con il possibile esito in iporegolazione o iperregolazione emozionale.

Il confine di intervento viene definito attraverso la distinzione tra espressione emotiva nel qui ed ora, catarsi e regressione ed i relativi movimenti di contenimento dell'espressione emozionale non coerente al qui ed ora.

Altro concetto chiave nell'intervento di counseling è il valore adattivo delle emozioni: se collegata al qui ed ora, l'attivazione di uno schema emozionale ha valore adattivo e funzionale ed elicitava un comportamento pertinente ed efficace per il cliente.

Se si verificano delle interruzioni nel ciclo di contatto dell'espressività emozionale, spesso per effetto di fattori diseducativi, l'intervento tecnico specifico consiste nel portare il cliente alla consapevolezza di tale interruzione, per esempio attraverso la semplice auto-osservazione della mappa sensazione-emozione-pensiero.

La presentazione delle diverse tecniche, dalla più semplice auto-osservazione, alla regolazione del respiro, fino alle tecniche espressive di derivazione gestaltica, ha come filo conduttore la coerenza delle tecniche in funzione della fase del processo di counseling, dell'obiettivo di cambiamento, dello stile del cliente.

Gli aspetti tecnici vengono quindi in ogni momento subordinati alla valutazione di efficacia ed efficienza delle stesse in funzione del processo in atto.

Particolare attenzione viene data alla possibilità di intervenire con la finalità di offrire al cliente elementi di educazione socio-affettiva ed alfabetizzazione emozionale, come passaggio propedeutico all'espansione della consapevolezza personale del cliente.

Sul piano tecnico specifico, viene offerta una panoramica di alcune tecniche di derivazione gestaltica, , declinate e circoscritte agli obiettivi del counseling.

Bibliografia

Goleman, D. (1997) *Intelligenza emotiva*, Milano, Rizzoli.

Francescato, D. (2007) *Stare meglio insieme nei piccoli gruppi, a scuola, nei contesti produttivi e no profit*, Roma, Kappa.

Ginger, S. (1990) *La gestalt. Terapia del "con-tatto" emotivo*, Roma, Mediterranee.

Naranjo, C. (2009) *Per una Gestalt viva*, Roma, Astrolabio-Ubaldini.

Giusti, E.; Rosa, V. (2002) *Psicoterapie della Gestalt*, Roma, Sovera.

Giannantonio, M. (2012) *Paura di sentire. Come gestire il "pericolo" delle emozioni*, Trento, Centro Studi Erickson.

5.17 Le tecniche a mediazione corporea nel counseling

Questo modulo formativo presenta teoria e tecnica del lavoro corporeo nel counseling partendo dal dato storico per cui gli approcci umanistici e fenomenologici hanno recuperato la dimensione corporea come elemento fondamentale della relazione d'aiuto.

Per ArKa occuparsi del corpo, ancor prima che delle tecniche corporee, ha una valenza politica, dal momento che la ri-appropriazione del soma rappresenta un processo di emancipazione dalla svalutazione e assoggettazione del corpo che hanno caratterizzato la storia della cultura occidentale.

Dal punto di vista teorico viene affrontato il tema del corpo su tre livelli:

– **CONSAPEVOLEZZA SENSORIALE** la consapevolezza somatica relativa alla necessità di ampliare percezione e riconoscimento delle sensazioni corporee accolte come segnali del nostro essere nel mondo

– CORPO VISSUTO la necessità di passare da una concezione (ed una esperienza) del corpo-che-ho verso una concezione (ed esperienza) del corpo-che-sono

– STILE PERSONALE comprendere la differenza tra stili personali di orientamento al centro emotivo, di pensiero o di azione e delle conseguenti attenzioni da avere nel lavoro con tecniche corporee.

Il focus centrale della lezione sono le dimensioni fondamentali della presenza corporea che nel percorso di counseling vanno esplorate e promosse:

– sicurezza, stabilità, integrità, potenzialità, disponibilità energetica, piacere/dolore;

– schemi corporei di gestione del confine e del contatto;

– capacità motoria ed espressiva di entrare in azione con efficacia.

Nella seconda parte del modulo vengono presentate alcune tecniche corporee che possono essere adatte all'interno delle diverse fasi del processo di counseling (accogliere, conoscere, personalizza, iniziare) offrendo una mappa per poterle utilizzare in accordo con obiettivi e tempi coerenti con il processo di cambiamento in atto.

Le stesse tecniche vengono anche sperimentate attivamente in forma didattica con l'attenzione a far emergere che, coerentemente con il contratto di counseling, qualsiasi tecnica codificata va usata come una traccia per favorire l'esplorazione attiva del cliente all'interno di confini definiti ed espliciti, per lavorare senza "applicare la tecnica" quanto piuttosto sviluppandola insieme all'altro, in costante feedback con quest'ultimo.

Vengono infine illustrate teorie e metodologie specificamente corporee che, all'interno di un approccio pluralistico integrato, possono essere ulteriormente integrate dall'allievo, a seguito ovviamente di specifica formazione.

Bibliografia:

Naranjo, C. (2007) La civiltà, un male curabile, Milano, Franco Angeli

Raskin, N.J.; Rogers, C. R. (1991) La Psicoterapia centrata sulla persona, Roma, ACP Rivista di Studi Rogersiani.

Painter, J. (1983) Il massaggio in profondità: integrazione posturale, Milano, Sugarco.

Lowen, A. (2004) Bioenergetica, Milano, Feltrinelli.

Galimberti, U. (1987) Il corpo, Milano, Feltrinelli

5.18 Le tecniche a mediazione artistica: espressione del mondo interiore in forma creativa e simbolica

In questo modulo vengono presentate le tecniche a mediazione artistica: viene data una definizione ampia ed operativa e presentate le modalità di utilizzo di queste tecniche in maniera coerente alle esigenze nelle diverse fasi del counseling, in funzione dell'obiettivo e della tipologia di cliente.

Con tecniche a mediazione artistica intendiamo tutto ciò che utilizza il mezzo espressivo per consentire l'incontro con il mondo interiore dell'altro nel processo di counseling.

Queste tecniche possono integrare altre modalità di esplorazione e di espressione ed ampliare ulteriormente l'orizzonte di significato del cliente.

L'espressione e la creazione non sono movimenti unidirezionali, da dentro a fuori; sono processi di continuo scambio tra dentro e fuori. Il canale espressivo è un modo per dare forma a tutto ciò che avviene al confine-contatto, per dare forma anche all'indicibile grazie al rimando simbolico.

Il counselor favorisce l'evoluzione dei processi che avvengono al confine-contatto: quello della sua relazione con il cliente e il processo di relazione tra il mondo interiore del cliente e il suo ambiente.

Coltivare la sensibilità artistica e la creatività come attitudini e qualità di presenza nella nostra vita è benefico di per sé e importante come counselor perché questa apertura rende possibile la messa a disposizione delle stesse attitudini e qualità nell'incontro con l'altro, rendendoci permeabili al racconto e all'esperienza portata dal cliente, ricettivi e creativi nell'esperienza dell'incontro.

Aprirci alla bellezza, alla dimensione del piacere, all'espressione autentica, alla spontaneità, all'intuito, ci permette di accogliere il cliente nella sua bellezza, nell'essere opera d'arte, perfetta così com'è, e favorisce anche il rivitalizzarsi delle stesse attitudini nel cliente durante il percorso di counseling.

Nel presente modulo si propone di sperimentare diverse tecniche espressive in modo da ampliare il campo di percezione e di possibile azione nell'incontro di counseling a partire dalla consapevolezza dei propri canali espressivi elettivi.

A questo proposito viene offerta una panoramica di utilizzo delle diverse tecniche, sia in contesti individuali che gruppal.

L'applicazione delle tecniche a mediazione artistica risulta infatti versatile nei diversi contesti di utilizzo, consentendo di intervenire sia direttamente nel sostegno ai processi di cambiamento, sia indirettamente per favorire l'espressività soggettiva ed ampliare la percezione delle possibili risorse.

Bibliografia

Biavati, M. (2015) La relazione che cura, Bologna, EDB Persona e Psiche.

Muret, M. (2005) Arte e terapia, Milano, Red

5.19 La Deontologia professionale: il principio del dovere nel rapporto counselor - cliente

In questo modulo formativo si intende offrire agli allievi tutte le informazioni teoriche e tutte le prassi operative che regolamentano la professione.

In primo luogo viene offerta una panoramica degli aspetti culturali, storici, sociali, normativi e professionali del counseling in Italia.

L'evoluzione della professione nel nostro Paese ha infatti seguito evoluzioni culturali e conseguentemente normative del tutto originali e differenti dal contesto Europeo.

Una panoramica delle peculiarità dei diversi contesti e dei relativi assetti normativi consente di posizionare in maniera critica e con respiro internazionale la professione.

L'approfondimento della situazione italiana prende le mosse dalla legge 4/2013, che di fatto rappresenta un momento di svolta nell'evoluzione delle professioni non regolamentate e quindi del counseling.

La legge 4/2013 viene quindi illustrata nei suoi aspetti generali, di principio, e negli aspetti operativi e vincolanti nell'esercizio della professione.

Un primo livello di rappresentazione della realtà del counseling in Italia prevede la relazione con gli organismi che sovrintendono e sostengono il riconoscimento professionale di alcune categorie professionali, ponendosi come interlocutori politici (es. il ruolo del Colap).

Un livello più correlato all'applicazione della legge 4/2013 è la presentazione delle diverse Associazioni di Categoria, il loro ruolo di tutela specifica della professionalità degli iscritti, garante sia per i professionisti che per l'utenza.

In questo senso ampio spazio viene dato ad AssoCounseling, in quanto associazione di categoria referente per il Master ArKa. Viene presentata l'associazione, nei suoi principi, regolamenti, struttura e rapporti con altri enti, a livello nazionale ed europeo.

Da questo livello intermedio si entra nel dettaglio delle regole professionali, ovvero delle norme che il professionista è tenuto a rispettare nell'esercizio della sua attività. e del codice deontologico di AssoCounseling.

Tale norme sono atte a tutelare sia i confini professionali, sia gli atti concreti, in modo che la definizione operativa possa funzionare da protezione tanto per il professionista che per il cliente.

Gli aspetti pratici ed i principali quesiti deontologici verranno presentati con ampio supporto di situazioni concrete.

Particolare rilievo verrà dato agli aspetti deontologici che normano i confini professionali.

Bibliografia

Dispense del relatore

Assocounseling, Codice Deontologico

Assocounseling, Statuto e regolamenti

Giannella, E. (2009) Etica e deontologia nel counseling professionale e nella mediazione familiare, Roma, Sovera.

5.20 Esame teorico-pratico: elaborazione individuale e di gruppo

Presentazione degli elaborati di crescita personale e professionale.

Esame finale del secondo anno attraverso colloqui di counseling osservati in plenaria e supervisionati dalla Commissione Didattica.

5.21 Il Counseling in età evolutiva

Il modulo offre un esempio di applicazione del counseling in età evolutiva, puntando il focus sull'integrazione di competenze di counseling in contesti formali e strutturati per l'età evolutiva.

Il modulo infatti vuole ampliare le possibilità di utilizzo del counseling come intervento di empowerment rivolto ai singoli, mediante la progettazione e la conduzione di progetti di evoluzione e crescita personale con i gruppi. Nella fattispecie gli obiettivi saranno raggiunti attraverso la presentazione di modelli originali di intervento elaborati nell'ambito dell'Associazione Progetto 360, organizzazione che ha maturato una ventennale esperienza nella conduzione di attività di crescita personale, rivolta ad adulti e bambini, sul territorio nazionale.

In particolare tra le diverse attività associative, viene presentato il Progetto Campi Estivi: si tratta di un'attività di crescita personale residenziale rivolta ai bambini (6-13 anni) e che si articola in più fronti di intervento, inclusa la progettazione delle attività e la formazione degli accompagnatori, attività queste che si sviluppano in incontri periodici durante tutto l'anno.

In questo senso il modulo offre una panoramica applicativa ad ampio spettro:

- 1) applicazione di competenze di counseling in età evolutiva, in contesto strutturato, con minori;
- 2) applicazione di competenze di counseling indirettamente rivolti all'età evolutiva (formazione esperienziale operatori);
- 3) interventi di counseling di gruppo (famiglie, operatori, bambini).

Il modello teorico di riferimento è quello degli otto stadi di sviluppo psicosociale di Erikson, per cui ogni periodo della vita è caratterizzato da un dinamismo intrinseco che si manifesta in una tipica "sfida evolutiva", con

particolare riferimento alle prime quattro (autonomia, iniziativa, industriosità, identità) con copertura del periodo 0-15 anni.

L'obiettivo di intervento, sia per i minori partecipanti al residenziale, sia per gli adulti di riferimento (famiglie) che per gli operatori è la valorizzazione e lo sviluppo delle risorse personali, attraverso un percorso che si snoda in sotto-obiettivi elaborati in modalità esperienziale.

Verranno illustrati i temi e le metodologie di intervento con particolare riferimento a tematiche quali la consapevolezza corporea, (io esisto nel mio percepire il corpo, nel mio provare emozioni, nel mio pensiero, nel percepire la natura e gli altri esseri viventi, presenza e meditazione), l'educazione emotiva (conoscerle – nominarle - localizzarle – misurarle), i confini (imparare a dire di sì e di no), la relazione con le regole (trasgredire e ubbidire: differenza tra etica e morale), la relazione con sé e con gli altri (sfidare e accogliere: come imparare ad essere un po' più esigenti con sé stessi e a non esserlo troppo; competere e collaborare: i giochi a somma 0 o diversa da 0), l'intimità (guardarsi, riconoscersi, condividere di sé con l'altro, abbracciare con rispetto, imparare il contatto io – tu – noi, essere di sostegno).

La didattica si avvarrà di filmati originali realizzati durante l'attività, per fornire indicazioni concrete ed esempi applicativi di utilizzo di competenze di counseling nella relazione con il bambino e con gli adulti di riferimento.

Bibliografia

Bettelheim, B. (1987), Un genitore quasi perfetto, Milano, Feltrinelli.

Savater, F. (1991) Etica per un figlio, Roma, Laterza.

Erikson, E. (1982) Infanzia e Società, Roma, Armando Editore.

Erikson, E. (1999) I cicli della vita, Roma, Armando Editore.

Palmonari, A. (1993) Psicologia dell'adolescenza, Bologna, Il Mulino.

Palmonari, A. (2001) Gli adolescenti, Bologna, Il Mulino.

Pietropolli Charmet, G. (2005) Adolescenza istruzioni per l'uso, Milano, Fabbri.

5.22 Il Counseling per i gruppi

Questo modulo formativo offre una cornice teorica come mappa per orientarsi nel lavoro con i gruppi, definisce le peculiarità dei principali tipi di gruppo in cui può operare il Counselor, indica le competenze e le capacità necessarie per condurre efficacemente un gruppo.

Nel modello ArKa il lavoro con i gruppi è una dimensione elettiva per l'applicazione del counseling perché consente di stimolare le risorse individuali verso il cambiamento, rispetta il principio di economicità ed è socialmente orientato.

Viene offerta una conoscenza descrittiva e funzionale della realtà di un gruppo, nelle sue dimensioni costitutive e variabili intervenienti. Ciò che definisce un gruppo di persone come un gruppo di counseling è una contrattualità ben precisa che si muove su alcune dimensioni: un ingaggio sul piano adulto con ogni singolo partecipante, la gestione di un setting che tenga conto delle variabili strutturali del gruppo, la definizione di un contratto di lavoro che espliciti i compiti del gruppo, l'alleanza operativa per mantenere clima e fluidità nel processo, l'attenzione alle variabili individuali attraverso una gestione in itinere della polarità individuo/gruppo.

Vengono descritte le qualità che permettono ad un counselor di sperimentarsi efficacemente nella conduzione di un gruppo. La prima è la capacità di assumere una funzione direttiva alternandola a una non-direttiva, laddove il bisogno primario sia quello di condurre il gruppo quanto piuttosto di esserne facilitatore. Connessa a questa

capacità ci sta la qualità dell'equilibrio intra-psichico del counselor relativamente alla presenza viva e non conflittuale tra istanze paterne materne e spontaneità.

Nella seconda parte vengono illustrate le tipologie di gruppo dove può essere applicato il counseling: gruppo di informazione e sensibilizzazione, gruppo/workshop di crescita personale e gruppo di formazione.

Queste tipologie di gruppo vengono analizzate attraverso il Metamodello a Tre Assi di ArKa, Presenza, Conoscenza, Esperienza (Busi, 2015) evidenziando come i vari tipi di gruppo si collocano diversamente rispetto ai diversi assi (es. gruppo crescita più "inclinato" verso l'asse Presenza e gruppo formativo verso l'asse Conoscenza). Inoltre ogni tipologia di gruppo viene analizzata longitudinalmente lungo l'asse Esperienza evidenziando i focus teorico/metodologici specifici da tenere in considerazione durante lo svolgimento del percorso di gruppo.

Infine, attraverso esercitazioni pratiche, gli allievi sperimentano attivamente le proprie capacità di conduzione di gruppo ed attraverso una supervisione didattica individuano punti di forza e aree di miglioramento.

Bibliografia

Busi, C. (2015) Il modello Arka per la supervisione, articolo pubblicato su www.arkaassociazione.it

Francescato, D. Conduzione e facilitazione dei gruppi di lavoro, Dispensa Associazione A.S.P.I.C., Roma.

Branca, P. La conduzione del gruppo: metodi per l'apprendimento, Brescia, Dispensa Consorzio CGM.

Francescato, D. (2007) Stare meglio insieme nei piccoli gruppi, a scuola, nei contesti produttivi e no profit, Roma, Kappa.

Giusti, E.; Salvi, A. (2015) Tecniche per la terapia di e in gruppo, Roma, Sovera

Wilber, K. (1995) Oltre i confini, Assisi, Cittadella.

Ginger, S. (1990) La gestalt. Terapia del "con-tatto" emotivo, Roma, Mediterranee.

Naranjo, C. (2009) Per una Gestalt viva, Roma, Astrolabio-Ubaldini.

5.23 Counseling e Organizzazioni

In questo modulo formativo si presenteranno le applicazioni che il counseling può avere in contesti organizzativi.

Con il termine "organizzazione" si fa riferimento a sistemi aperti complessi, in cui i diversi elementi appartenenti a tale sistema interagiscono tra loro, sono reciprocamente interdipendenti e cooperano in funzione del raggiungimento di una finalità comune, un obiettivo globale posto dal sistema stesso. In quanto sistema aperto inserito in un contesto sociale in continuo e veloce cambiamento, l'organizzazione, per sopravvivere, deve rispondere ai continui mutamenti sollecitati dall'ambiente esterno e interno e, pertanto, necessita di una spiccata capacità di adattamento, di flessibilità per evolvere.

In questo senso il counseling organizzativo può rappresentare una metodologia di intervento particolarmente valida per l'organizzazione, diventando una significativa leva per il mutamento e il progresso, in quanto può stimolare e sostenere, in tempi brevi, il benessere e il cambiamento della persona, favorire lo sviluppo delle potenzialità individuali e dei team, agevolare le relazioni interpersonali, promuovere un dialogo tra i diversi settori interni all'organizzazione. Promuove il benessere del singolo, delle risorse umane presenti nell'organizzazione, favorisce un aumento della qualità del lavoro e della qualità di vita nell'ambiente di lavoro e questo potrà riflettersi sulle motivazioni professionali, sulle prestazioni specifiche, incidendo anche sulla produttività e sul raggiungimento dell'obiettivo lavorativo e organizzativo.

Il counseling organizzativo può rappresentare un approccio utile anche a calibrare accuratamente i diversi obiettivi e bisogni presenti nelle organizzazioni, ossia da un lato lo scopo produttivo ed il profitto, dall'altro l'istanza di

realizzazione personale, mediante l'attività produttiva, degli individui: l'intervento di counseling cerca di promuovere un incontro realisticamente equilibrato tra queste due istanze.

Vista la complessità delle organizzazioni è fondamentale che il counselor acquisisca mappe di lettura per cogliere e operare specificatamente in questo ambito, pertanto, nell'ambito del modulo formativo verranno affrontate le seguenti tematiche:

- Il contesto organizzativo come sistema: importanza dell'interdipendenza e della complementarità.
- Lo sviluppo del potere personale nelle organizzazioni: potere su, potere con, potere per. L'empowerment come strumento di responsabilizzazione e motivazione.
- I referenti del counseling organizzativo: il cliente e il beneficiario. Il posizionamento etico del counselor.
- Differenza tra interventi di counseling e di coaching.
- Ambiti di applicazione del counseling nell'organizzazione: (a) counseling individuale personale e professionale; (b) counseling di gruppo per team di lavoro, inter-gruppi e gruppi organizzativi; (c) counseling nell'ambito della formazione; (d) counseling nella gestione del cambiamento organizzativo; (e) counseling e outplacement.
- Importanza dell'incontro e della valorizzazione della diversità e dell'integrazione nell'organizzazione per il benessere individuale, relazionale e per l'efficacia del lavoro del gruppo. I diversi stili di lavoro: (a) punti di forza e limiti di ogni stile; (b) contributi di ogni stile per il team di lavoro; (c) elementi di frustrazione di ogni stile per il team di lavoro; (d) cosa fare e non fare in relazione a ogni stile.
- Le diverse leve motivazionali nel lavoro e loro implicazione in ambito organizzativo. Importanza dell'incontro individuo-organizzazione rispetto alle reciproche motivazioni.

Bibliografia

Ranieri, L. (2016) Esperienze di counseling aziendale, Bologna, Sentieri di Counseling.

Reddy, M. (2004) Counseling aziendale, Roma, Sovera.

5.24 Counseling e interventi sul territorio

Inserire il programma (Dr.ssa Alessandra Caporale)

5.25 Counseling e promozione professionale

Nel mercato italiano la figura del Counselor Professionale non possiede tuttora una collocazione ben definita e conosciuta; di conseguenza, la popolazione spesso non conosce e non ricerca i servizi di counseling. Per questo motivo il Counselor oggi – si spera non quello del futuro – ha necessità di sviluppare strategie di posizionamento sul mercato e progettare interventi di promozione per se stesso e per tutta la categoria professionale.

In questo modulo, quindi, si vogliono fornire strumenti pratici ed efficaci per sviluppare e ampliare l'attività di Counseling nel mondo del lavoro.

Si offriranno esperienze, testimonianze ed esempi concreti di applicazione del counseling in contesti differenti (enti, scuole, istituzioni, aziende, pubblico e privato...), offrendo una panoramica dello stato dell'arte.

Attraverso l'analisi delle situazioni specifiche dei partecipanti, si aiuterà ognuno di loro ad evidenziare il modo più adeguato per integrare nel proprio contesto di riferimento le competenze di counseling acquisite e si accompagneranno le persone a definire un nuovo personale progetto professionale.

Verranno affrontate tematiche inerenti al marketing e alla promozione personale, e nello specifico si esploreranno gli strumenti tipici del cosiddetto “personal branding”: nicchia di mercato e clientela verso cui orientarsi, quali sono gli strumenti per promuoversi (on ed off-line).

Si stimoleranno occasioni di confronto per potenziare la rete lavorativa, dando suggerimenti su come creare e mantenere una rete sociale e professionale e il proprio social network.

Si presenteranno le associazioni e le iniziative che promuovono la tematiche e gli strumenti del counselor sul territorio nazionale per costruire e mantenere una solida professionalità.

Bibliografia

Di Fabio, A.M. (1999) Counseling. Dalla teoria all'applicazione, Firenze, Giunti

Keeran, D. (2012) Grow Your Counseling Practice: Improve Your Counseling Service and Generate Client Referrals, CreateSpace Independent Publishing Platform.

Sitografia

<https://simple.icouch.me/blog/can-online-counseling-improve-your-therapy-practice>

<https://simple.icouch.me/blog/how-to-use-social-media-to-market-your-therapy-practice>

<https://www.linkedin.com/pulse/20140907073413-43513539-6-tips-to-grow-your-private-practice-with-networking-and-community-marketing>

<https://www.appointment-plus.com/blog/5-tips-for-improving-your-counseling-business>

[http://www.counseling.org/news/blog/aca-blog/2012/09/04/is-your-counseling-practice-built-to-sell-\(part-2-of-2\)-11-ways-to-increase-the-value-of-your-counseling-practice](http://www.counseling.org/news/blog/aca-blog/2012/09/04/is-your-counseling-practice-built-to-sell-(part-2-of-2)-11-ways-to-increase-the-value-of-your-counseling-practice)

<http://www.practiceofthepractice.com/pop004/>

5.26 Realizzare progetti di Counseling per la comunità: ideazione, progettazione, implementazioni e realizzazione di progetti sul campo

Progettare vuol dire aggiungere prospettiva alle proprie azioni, dal momento che il progetto ha una dimensione storica ed evolutiva.

Tuttavia spesso saper scrivere dei progetti non corrisponde a saper pensare in modo progettuale.

Le idee, le azioni, i risultati sono in relazione tra loro in modo complesso e articolato: lavorare per progetti vuol dire essere in grado di leggere questa complessità e saperla governare durante tutto il processo, mentre il progetto scritto ne è solo una parte.

L'obiettivo di questo modulo è pertanto innanzitutto quello di attivare negli allievi il desiderio e la capacità di pensare in modo progettuale in merito alla loro attività di futuri counselor, con il fine anche, e non solo, di scrivere dei progetti e trovare i finanziamenti che ne consentano la realizzazione.

Il modulo pertanto prevede una parte introduttiva sul processo progettuale in generale, che prevede di:

- collocarsi in una prospettiva storica, cioè vedere le proprie azioni in una dimensione strategica;
- collocarsi in un contesto, cioè tener conto degli aspetti culturali e dei bisogni presenti nel territorio, oltre che dell'esistenza di altri progetti e altri interventi con cui poter entrare in rete (co-progettazione);
- definire il processo partecipativo, quando si progetta all'interno di un ente o un'organizzazione;
- individuare gli obiettivi che si vogliono raggiungere e le finalità da realizzare;

- darsi un metodo nel seguire le fasi specifiche della progettazione (ricercare, progettare, programmare, intervenire, valutare).

Un breve approfondimento è poi dedicato alla progettazione in risposta ai bandi, dove è richiesta una particolare attenzione alle procedure burocratiche.

Successivamente vengono esaminati alcuni progetti di counseling già realizzati o in fase di programmazione, attraverso i quali possono essere ripercorsi gli aspetti teorici visti nell'introduzione applicati a situazioni concrete.

Bibliografia

Inguglia, C. (2012) La progettazione di interventi psicosociali. Linee guida ed esempi applicativi, Roma, Carocci.

Brandani, W.; Tomisich, M. (2005) La progettazione educativa. Il lavoro sociale nei contesti educativi, Roma, Carocci.

5.27 Counseling e sviluppo di comunità: promuovere comunità empatiche

Il modulo intende fornire elementi teorici ed esempi applicativi di utilizzo del counseling e delle competenze di counseling in ambito sociale.

In primo luogo vengono ripresi alcuni aspetti pertinenti, già sviluppati nei precedenti moduli, con particolare riferimento alla visione sistemica, ecologica e sociale dell'essere umano.

Si procede quindi con una presentazione del concetto di essere umano come "sociale", attraverso la filosofia, la psicologia ed alcune tradizioni spirituali, volendo sostenere la necessaria interazione relazionale uomo-ambiente.

All'inquadramento teorico seguono alcuni concetti operativi mutuati dalla psicologia di comunità, che viene presentata nelle sue finalità e peculiarità, con particolare riferimento al costrutto di rete sociale. La rete di sostegno sociale verrà presentata dal punto di vista teorico e tecnico specifico, come possibilità di ricerca-intervento in setting individuale con il cliente che ha come obiettivo quello di migliorare la propria socialità.

Il modulo allarga la prospettiva alle possibilità di utilizzare le competenze di counseling in esperienze sociali di tipo formale e informale, di stampo mutualistico e solidale.

Vengono presi in esame alcuni esempi degenerativi di modalità di convivenza conflittuale, in diversi contesti e con gradienti diversi di conflittualità espressa (es: violenza di genere, bullismo, rapporto con le minoranze), i meccanismi relazionali, cognitivi e comunicativi con cui tali modalità vengono mantenute.

Allo stesso modo vengono presentati esempi di comunità solidali, i meccanismi di identificazione, i legami, i processi di sviluppo e le possibili criticità nello sviluppo e nell'espansione.

L'osservazione delle diverse prospettive e l'analisi dei meccanismi di mantenimento può indirizzare a interventi di processo che attivino il potere di autosostegno del gruppo, in qualsiasi contesto di riferimento.

Obiettivo del modulo è quindi quello di inquadrare teoricamente e metodologicamente le diverse modalità di utilizzo del counseling per riattivare le capacità di autodeterminazione, potere e responsabilità nei gruppi, con particolare attenzione al vissuto di reciproca connessione ed appartenenza con l'ambiente fisico e sociale di riferimento.

Bibliografia

Maguire, L. (1989) Il lavoro sociale di rete, Trento, Erickson.

Francescato, D (2011) Fondamenti di Psicologia di comunità, Roma, Carocci.

Naranjo, C. (2014) La rivoluzione che stavamo aspettando, Firenze, Terra Nuova.

Naranjo, C. (2009) L'ego patriarcale, Milano, Apogeo.

Nhat Hanh, T. (1989) Essere pace, Roma, Astrolabio-Ubaldini.

Cappello, G.C. (2016) La civiltà dell'orto, Autoprodotto.

Capra, F. (2001) La rete della vita, Milano, Bur.

5.28 Counseling e gestione armonica dei conflitti

Come counselor siamo spesso interpellati da clienti che vivono situazioni di conflitto e sono a disagio non tanto e non solo rispetto ai suoi contenuti (questione specifica e incapacità di trovare delle soluzioni efficaci in merito) ma soprattutto per il fatto stesso di essere all'interno di una dinamica conflittuale.

Per essere in grado di agevolare i clienti ad attraversarli è quindi importante che i counselor conoscano i conflitti, cioè sappiano come sono fatti, come si sviluppano, a cosa servono, come si affrontano.

Questo modulo ha innanzitutto l'obiettivo di uscire dalla "logica della soluzione", secondo la quale il conflitto è un problema che va risolto al più presto in modo che possa essere eliminato, ed entrare invece nella "logica dell'esplorazione", cioè di guardare al conflitto con curiosità, per comprendere quello che sta succedendo dentro e fuori di sé.

Questo cambiamento di punto di vista è anche il cambiamento che come counselor possiamo agevolare nei nostri clienti.

Il presente modulo si sviluppa in

- un'introduzione dedicata a definire cosa si intende per conflitto, sottolineando le differenze tra "conflitto" e "violenza" ed evidenziando gli elementi che costituiscono il conflitto; viene fatto riferimento a diversi approcci teorici (Centro Psicopedagogico per la Pace e la gestione dei conflitti, Terza Parte, Metodo del consenso);
- una prima parte focalizzata sull'attività di esplorazione del conflitto, soprattutto dei suoi elementi sotterranei (bisogni non esplicitati, vissuti emotivi, "tasti dolenti") riprendendo specificatamente gli strumenti acquisiti attraverso il modello formativo ArKa: osservazione fenomenologica, auto-osservazione con il sistema SEP Sensazioni-Emozioni-Pensieri, ciclo di contatto/soddisfacimento del bisogno, ascolto empatico di sé e dell'altro;
- una seconda parte volta a definire le strategie operative, cioè cosa può essere fatto per attraversare il conflitto in maniera costruttiva, affinché possa diventare occasione di trasformazione e crescita; anche qui sono ripresi alcuni strumenti già presentati nei precedenti moduli formativi: feedback fenomenologico e comunicazione secondo il messaggio-Io per strutturare critiche e richieste costruttive, al fine di creare un interesse comune ed entrare nella logica dei vantaggi reciproci.

È posta infine attenzione anche all'applicazione di alcune tecniche specifiche, come "Il diario dei conflitti", particolare forma di scrittura autobiografica.

Bibliografia

Novara, D. (2011) La grammatica dei conflitti. L'arte maieutica di trasformare le contrarietà in risorse, Casale Monferrato, Sonda.

Ury, W. (2009) Risolvere i conflitti. Dallo scontro all'incontro: come trasformare i conflitti a casa, al lavoro e nel mondo, Ugnano, Ed. Alessio Roberti.

Rosemberg, M. (1998) Le parole sono finestre (oppure muri). Introduzione alla comunicazione non violenta, Reggio Emilia, Ed. Esserci.

5.29 Counseling e nuovi modelli di sviluppo

PRIMA PARTE

Partendo dall'assunto che l'essere umano non è semplicemente un'unità bio-psichica, ma è un insieme aperto e collegato, nella sua realtà più intima, profonda, a una dimensione "spirituale" -ove il senso dell'identità si espande oltre l'ego ordinario e abbraccia più vasti aspetti della psiche, dell'umanità e del cosmo - nasce questo modulo, che vuole accompagnare le persone a fare esperienza del proprio piano spirituale, esattamente come vengono accompagnate a fare esperienza di se stesse, sul piano fisico, emotivo e cognitivo.

È un'occasione per riconoscere che esiste una relazione che ci permette di avere una connessione con ogni forma esistente. Questa relazione è definita relazione Transpersonale ("oltre la personalità").

La relazione Transpersonale include tutti i portati della psicologia scientifica ed estende la ricerca alle potenzialità del benessere psicologico e dello sviluppo, rivolgendosi ad aree inesplorate, come la coscienza e i suoi stati non ordinari, la creatività, l'intuizione, i valori e i processi di trasformazione verso l'interezza bio-psico-spirituale.

Su questo voglio riportare un pensiero di Abraham Maslow:

"Dovrei pure osservare che, a mio avviso, la psicologia umanistica, la terza forza della psicologia, è transitoria, è un prologo ad una Quarta psicologia ancor più "elevata", trans-personale, trans-umana, incentrata sul cosmo anziché sui bisogni e sull'interesse umano, oltrepassante la condizione umana, l'identità, l'autorealizzazione e così via. [...] Ognuno può dare e ricevere dalla vita solo ciò che è".

Un recupero esplicito dell'aspetto spirituale dell'esistenza, senza che questo implichi l'adesione a un credo o a una tradizione particolari. Si tratta, infatti, di un approccio scientifico, e non fideistico: non prende avvio da rivelazioni o da dogmi, ma da una ricerca attenta e sistematica sugli stati di coscienza non-ordinari, così come si verificano nell'esperienza religiosa e non, di ogni tempo e di ogni cultura.

Questo modulo vuole approcciare la relazione transpersonale oltre che attraverso una parte teorica, soprattutto attraverso l'approccio esperienziale, che permette di avere subito il riscontro dei propri vissuti.

Il modulo si struttura sull'incontro tra le Tradizioni Spirituali dei Nativi Americani, in particolare la Tradizione del Popolo Lakota. La Tradizione Spirituale Nativa è essenzialmente una Tradizione orale ed esperienziale, che perfettamente si coniuga con la relazione di Counseling.

Pertanto il modulo presenta un percorso di sperimentazione e consapevolezza di come gli strumenti, provenienti dal Sacro siano degli efficaci veicoli che permettono una profonda connessione con se stessi, aumentando la consapevolezza di sé.

Il modulo offre una breve presentazione di una originale sintesi tra Counseling e pratiche Spirituali della Tradizione del Popolo Lakota e si articola attraverso:

- La definizione di transpersonale.
- La spiritualità del Popolo Lakota, cenni.
- La spiritualità del Popolo Lakota ed il Counseling: aspetti in comune.
- Le pratiche del Popolo Lakota e l'integrazione con il Counseling: esempi di applicazione.
- La creatività in creazione.
- La presentazione di alcuni casi individuali e pratiche di gruppo, con integrazione tra Counseling e pratiche Spirituali.

Esempi di tecniche che saranno proposte:

- alcune tecniche meditative;
- il suono e la voce.

Bibliografia

Grof, S. (2007) L'ultimo viaggio, Milano, Apogeo.

Van Gennepe, A. (2012) I riti di passaggio, Torino, Bollati Boringhieri.

Muller, K.E. (2001) Sciamanesimo, Torino, Bollati Boringhieri.

Niese, H. (2004) L'uomo che conosceva la medicina, Vicenza, Il Punto d'Incontro.

Bear, H.; Larkin, M. (2006) Il vento è mia madre, Vicenza, il Punto d'Incontro.

SECONDA PARTE

La lezione ha come obiettivo quello di presentare agli allievi un'area di possibile applicazione del counseling, ovvero quella dell'aiuto nell'ambito della relazione tra uomo e animale, in più livelli di intervento.

Verranno illustrati i concetti chiave e gli assunti della zooantropologia, ovvero la disciplina che studia la relazione uomo-animale e analizza le valenze e i benefici che questa relazione ha per l'uomo.

Quindi verranno presentate le applicazioni che il counseling può avere a partire dall'aiuto a chi vive una relazione con il cane, alla formazione degli operatori e dei professionisti che intervengono in questo settore.

Bibliografia

Marchesini, R. (2005) Fondamenti di Zooantropologia, Bologna, Alberto Perdisa Editore.

Giusti, E.; La Fata, S. (2004) Quando il mio terapeuta è un cane, Roma, Sovera.

Bergler R. (1988), Man and Dog – The psychology of a relationship, New York, Howell Book House

Bordin, E.S., THE GENERALIZABILITY OF THE PSYCHOANALYTIC CONCEPT OF THE WORKING ALLIANCE, Psychotherapy: Theory, Research & Practice, Vol 16(3), 1979, 252-260

Goleman, D. (1997) Intelligenza emotiva, Milano, Rizzoli.

Di Fabio, A.M. (2003) Counseling e relazione d'aiuto, Firenze, Giunti.

Salomè, J. (1996) La relazione di aiuto e la formazione al colloquio, Napoli, Liguori.

5.30 Momento di verifica e tesi conclusiva

Esame pratico: colloqui di counseling osservati in plenaria e supervisionati dalla Commissione Didattica.

Presentazione e discussione della tesi conclusiva.

5.31 Supervisioni didattiche (denominate COC: Counselor/ Osservatore/ Cliente)

Videoriprese dei colloqui di counseling effettuati dagli allievi in triplete (counselor, osservatore, cliente), successivamente rivisti in plenaria e supervisionati rispetto ai tre assi del modello ArKa (presenza, conoscenza ed esperienza).

Grazie alla riflessione guidata e con l'attivazione di una modalità partecipativa del gruppo a partire dall'auto ed etero osservazione, vengono evidenziate le risorse e le aree di crescita in merito agli aspetti tecnico-metodologici dei diversi colloqui condotti dagli allievi. Vengono svolte, a cicli di 4 ore, nei moduli del secondo e del terzo anno.