

1. Presentazione della struttura

1.1 Denominazione dell'ente che eroga il corso

IPSE – Istituto Psicologico Europeo

Centro di Clinica Psicologica, Formazione e Ricerca Psicosociale

Via Cesare Correnti 2, 21100 Varese

Tel.: 0332 238726 Fax: 0332 238603 E-mail: info@ipsesrl.com Sito web: www.ipsesrl.com

Sede Legale: Via Solari 12 – 20144 Milano

N. Registro Imprese Milano 310543/1997 R.E.A. Mi 1543931 C.F. e P. IVA 12272630158

1.1.1 Denominazione eventuale della scuola

Scuola triennale di Formazione in Counseling Integrato ad Orientamento Bionomico Autogeno

1.2 Rappresentante legale

Pierluigi Pezzotta

1.3 Responsabile didattico

Pierluigi Pezzotta

1.4 Responsabile della segreteria (primo contatto con gli allievi)

Diana Sidoti/Gianna Emmanuello

1.5 Corpo docente

1.5.1 Pierluigi Pezzotta

Nato il 09.07.1960, ha conseguito la laurea in Medicina e Chirurgia presso l'Università di Pavia ed il diploma di specializzazione in Psicologia Clinica presso l'Università di Siena. Già professore a contratto di Psicologia Clinica e Psicologia per il Corso di Diploma Universitario per Infermieri della Facoltà di Medicina e Chirurgia, dell'Università dell'Insubria di Varese. E' stato docente per gli aspetti psicologici a Corsi di Formazione organizzati dal Ministero della Sanità - Commissione Nazionale per la Lotta contro l'A.I.D.S., Istituto Superiore di Sanità - Nucleo P.F.H. Ha partecipato in qualità di docente sui temi: Counseling; Educazione Sanitaria, Comunicazione Persuasiva; Metodologia della valutazione di ricerche-intervento; Costruzione e gestione dell'équipe multiprofessionale; la Qualità nei Servizi socio-sanitari; ecc.). Tali contenuti sono stati svolti all'interno di corsi di formazione organizzati da Aziende Sanitarie Locali (Milano e Provincia, Varese, Bologna, Iesi, Lecce, ecc.), dalla Regione Lombardia, tramite il Fondo Sociale Europeo e da Associazioni del Privato Sociale. E' autore di oltre 30 pubblicazioni scientifiche, sugli aspetti psicologici dell'infezione da HIV e sul burnout. È inoltre co-autore di due volumi sul counseling editi da McGraw-Hill e Masson ed è presente con un proprio capitolo sul trattato di Psicooncologia. Svolge attività clinica di psicoterapeuta in ambito privato ed ha collaborato ad interventi di supporto psicologico per persone con HIV-AIDS per la LILA di Milano e per persone con tumore in fase avanzata e loro

familiari per l'Associazione Varese Con Te. Docente di Psicoterapia Generale e di Metodologia Clinica alla Scuola Quadriennale di Psicoterapia Bionomica di Cagliari. È Supervisore metodologico e clinico per operatori negli interventi di riduzione del danno da tossicodipendenza, di prevenzione di Mts nelle scuole, di educativa sociale per adolescenti in strada e/o nelle scuole. È socio fondatore e Presidente dell' IPSE (Istituto Psicologico Europeo) di Varese.

1.5.2 Paola Caligara

Nata il 24.07.1972, laureata in Medicina e Chirurgia, specialista in Psicologia Clinica, iscritta all'elenco degli Psicoterapeuti presso l'Albo dei Medici Chirurghi della provincia di Varese. Professore a contratto di Psicologia per gli a.a. 2005-06, 2006-07, 2007-08 nel Corso di Laurea in Infermieristica della Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università degli Studi dell'Insubria. È stata counselor presso il Servizio di Counseling Psicologico rivolto agli studenti universitari dell'Insubria. Svolge attività clinica presso il Servizio di Psicologia Medica di IPSE. È docente in corsi di formazione per operatori e volontari del settore socio-sanitario. E' consulente in qualità di medico psichiatra presso comunità di tipo terapeutico-riabilitativo. È docente nel Corso di Counseling ad orientamento integrato di IPSE. È la coordinatrice didattica del Corso triennale di formazione professionale in psicomotricità di IPSE.

1.5.3 Cristiano Medeot

Nato il 10.06.1975 a Busto Arsizio, si è laureato in Medicina e Chirurgia nel 2002 presso l'Università degli Studi dell'Insubria, è specialista in Psicologia Clinica ed iscritto all'elenco degli Psicoterapeuti presso l'Albo dei Medici Chirurghi della provincia di Varese. Partecipando alle attività didattiche e cliniche della Scuola di Specializzazione ha sviluppato competenze in vari ambiti della clinica psicologica, della psicoterapia, della formazione e della ricerca (assistenza alle docenze degli insegnamenti di Psicologica, consultazione ambulatoriale per disturbi del comportamento alimentare, supporto psicologico a pazienti oncologici e caregiver, consulenze e interventi nel campo della psicologia delle organizzazioni). Ha maturato poi esperienze e competenze nella psichiatria di comunità e nella gestione residenziale e ambulatoriale di pazienti con disturbi di personalità e condotte di abuso, nella formazione di volontari e operatori del settore psico-sociale, nella supervisione di equipe, soprattutto nell'area della prevenzione dei rischi e della riduzione del danno. E' professore a contratto di Psicologia del Lavoro presso l'Università degli Studi dell'Insubria, nel Corso di Laurea di Ingegneria per la Sicurezza del Lavoro e dell'Ambiente, e counselor del Servizio di Counseling per studenti presso la medesima Università

1.5.4 Cristina Morelli

Nata a Somma Lombardo (VA) il 27.03.1976, si è laureata in medicina e chirurgia nel 2001 presso L'Università degli Studi dell'Insubria, è specialista in Psicologia Clinica ed iscritta all'elenco degli Psicoterapeuti presso l'Albo dei Medici Chirurghi della provincia di Varese. Svolge attività di psicoterapia, psicodiagnosi, supervisione di équipe, counseling individuale e di gruppo presso il Servizio di Psicologia Medica di IPSE e in strutture private. E' docente di corsi di formazione nell'ambito socio-sanitario rivolti ad operatori e volontari. E ' consulente e vice-presidente presso l'Associazione Varese Alzheimer ONLUS (attività di valutazione diagnostica, riabilitazione, formazione e sostegno ai familiari, coordinamento dei servizi). E' consulente in qualità di medico psichiatra presso comunità di tipo terapeutico-riabilitativo ed educativo .

1.5.6 Sara Veri

Nata il 27.02.1972, si è laureata alla facoltà di Giurisprudenza dell'Università Statale di Milano svolgendo una tesi in Sociologia del Diritto sul tema innovativo "Analisi mass-mediologica sul serial killer come prodotto della comunicazione di massa", pubblicata sulla rivista "Sociologia del Diritto" diretta da V.Ferrari, professore ordinario della cattedra di Sociologia del Diritto presso l'Università degli Studi di Milano. Durante il periodo universitario la stessa si interessa di counseling, di diritto alla salute e riduzione del danno; partecipa al corso di counseling finanziato dalla Regione Lombardia ed organizzato dalla LILA di Como ove diventa counselor e successivamente fonda il settore legale all'intero della LILA. In tale ambito struttura un servizio di consulenza a bassa soglia nonché di formazione specifica rivolto al mondo degli operatori socio-sanitari. In tale veste collabora con la sede Nazionale della Lila, partecipa in qualità di relatrice e formatrice a diversi progetti europei e nazionali sulle tematiche dell'Hiv, dei diritti emergenti di interesse sociale. Riceve l'incarico di svolgere un'analisi sociologica e normativa sul "Il fenomeno dell'Aids e l'ambiente penitenziario." Da parte del Censis- Comunità Europea. Parallelamente alla professione forense, con specializzazione in diritto del lavoro e di famiglia, ha coordinato il Centro a Bassa soglia a Como, partecipato a diversi progetti con la Lila di Milano, ha condotto la formazione degli operatori dell'Asl e Comune di Monza sulla L. 135/90, sulla privacy, segreto professionale, conducendo la formazione sulle medesime tematiche in seno all'Ospedale Sacco di Milano.

1.5.7 Celeste Pellegrini

Nata ad Angera il 13.10.1976, consegue il diploma magistrale con abilitazione all'insegnamento.

Con la scuola triennale di psicomotricità di IPSE acquisisce il certificato di competenza professionale in psicomotricità.

Dopo un corso annuale consegue l'attestato di competenza per operatori di primo livello di Training autogeno, con iscrizione all'albo nazionale di ICSAT.

Abilitata come operatrice di A.A.A. (attività assistita con l'animale) e Onoterapista.

Attualmente iscritta alla facoltà di Psicologia.

Docente di Storia della Psicomotricità e Sviluppo Psicomotorio nella scuola triennale di psicomotricità ad indirizzo integrato, presso IPSE Varese.

Docente di seminari di psicomotricità per insegnanti ed educatori presso IPSE Roma, nell'ambito della prevenzione dei disturbi di apprendimento e deficit di attenzione.

Docente di corsi di formazione per volontari presso l'Associazione Volontari Ospedalieri di Varese e presso l'Associazione Tutela Ammalati Psicici di Tradate, nell'ambito della comunicazione non verbale con il malato.

Ha collaborato con ACOF con interventi nella formazione di psicomotricisti, fisioterapisti e psicologi.

Svolge attività di psicomotricista presso l'istituto IPSE, individualmente e all'interno dell'equipe DSA.

Collabora come psicomotricista con l'associazione Varese Alzheimer.

Fa parte dell'equipe pet therapy di IPSE, come psicomotricista e come onoterapista.

Ha aperto e dirige un centro di onoterapia e riabilitazione equestre.

1.5.8 Chiara Tamborini

Nata a Varese l'1/11/1961, si è diplomata nel 2007 Counselor secondo l'Approccio Centrato sulla Persona (IACP Milano). E' Counselor professionale avanzato ad orientamento Ipnologico Costruttivista presso A.E.R.F. Torino;

Coach e Counselor Analyste Clinique con discussione della tesi a Bruxelles; Facilitatrice di gruppi di automutuoaiuto per l'elaborazione del lutto (Gruppo Eventi Roma); Terapeuta di Primo Livello col metodo psiconcologico Simonton (Simonton Cancer Center Milano). Ha lavorato come educatrice didattico-relazionale con minori (e non) affetti da ritardo cognitivo e/o ipovedenti negli istituti superiori della provincia di Varese. Ha gestito lo Sportello d'Ascolto presso l'Istituto M.L.Keynes di Gazzada (VA). Attualmente svolge la libera professione di counselor.

1.5.9 Elena Veri

Nata il 23.10.1984, psicologa, terapeuta riabilitazione equestre, corresponsabile sezione Lu.Po.RE, socio Jonas Onlus.

1.5.10 Barbara Corsini

Laureata in Psicologia indirizzo Psicologia Clinica e di Comunità presso l'Università di Padova nel 1995 con punteggio 110/110 e la lode, iscritta all'Albo degli Psicologi e degli Psicoterapeuti della Lombardia (n. 4567) nel 1997. Specializzazione presso il Centro Milanese di Terapia della Famiglia di Boscolo-Cecchin nella Scuola di Specializzazione Quadriennale di Formazione alla Psicoterapia Familiare Sistemica nel dicembre 2001. Diploma di istruttore MBRS, Istruttore MBCT e Protocolli Mindfulness-Based conseguito nel 2014.

Dal 1997 lavora come consulente psicologa-psicoterapeuta svolgendo attività clinica rivolta ad adolescenti, adulti, coppie e famiglie presso Enti Pubblici e Privati.

Dal 2003 lavora presso l'ASL di Milano, inizialmente presso il Centro di Terapia Familiare e negli ultimi anni presso il Nucleo Operativo Alcolologia dell'ASL di Milano occupandosi di interventi rivolti a soggetti con problemi di alcolismo e ai loro familiari, conduce gruppi psicoterapeutici e gruppi MBRP (Mindfulness Based Relapse Prevention). Dal 2009 lavora presso Federsed svolgendo attività di counseling e psicoterapie rivolte a soggetti con problematiche di gioco patologico e loro familiari.

Dal 1998 si occupa di formazione nell'area della psicologia, della relazione d'aiuto, di interventi di promozione del benessere emotivo- relazionale, educazione all'affettività e alla sessualità, interventi di prevenzione delle dipendenze per Enti Pubblici e Privati.

Svolge attività clinica privata presso l'Ambulatorio Medico di Vimercate

1.5.11 Barbara Vercelloni

Nata il 11/11/1979, sono Psicologa Psicoterapeuta, specializzata in Psicoterapia Cognitiva dell'Infanzia e dell'Adolescenza presso l'Istituto M.in.D di Novara.

Durante gli Anni Accademici 2004-2005 e 2005-2006 ho maturato esperienze di ricerca e sono stata professore a contratto per lo svolgimento delle esercitazioni pratiche guidate per il corso di Psicologia dell'Educazione presso il dipartimento di Psicologia dell'Università degli Studi di Milano Bicocca.

Ho partecipato a progetti di orientamento scolastico e di screening di prerequisiti ed apprendimenti in scuole dell'infanzia e primarie e svolto progetti di formazione per alunni e insegnanti delle scuole primaria e secondaria presso il Centro di Psicologia Cospes di Novara.

Ho maturato esperienze cliniche presso il Servizio di Neuropsichiatria Infantile dell'Ospedale di Legnano.

Dal 2007 svolgo attività libero professionale a Busto Arsizio e presso lo studio SPC-Studio di Psicoterapia Cognitiva di Borgomanero, occupandomi di diagnosi e trattamento di disturbi specifici dell'apprendimento, ADHD e

altre problematiche evolutive e scolastiche, operando in equipe con logopediste e neuropsichiatri

Dal 2011 collaboro con l'asilo nido "Papero Seduto" di Busto Arsizio, svolgendo attività di osservazione sui bambini e di supervisione e consulenza con educatrici e genitori.

Presso IPSE a Varese svolgo attività di psicoterapia con bambini, adolescenti ed adulti e di diagnosi e trattamento di problematiche scolastiche e disturbi specifici dell'apprendimento.

1.5.12 Michele Palazzetti

Aiuto persone e gruppi a vedere con chiarezza i propri obiettivi e a costruire strategie per raggiungerli. Nel rispetto di sé, delle proprie risorse, del proprio stile, delle proprie esigenze profonde.

Lavoro in equipe con psicologi, psicoterapeuti, psicomotricisti. Sono un professionista dell'unità di corpo e mente, come chiave d'accesso al benessere della persona. So aiutare le persone a scoprirsi, valorizzarsi, realizzarsi.

Nelle aziende e nelle organizzazioni porto creatività, visione e capacità di comunicazione.

Sono un coach, formatore certificato in processi di comunicazione, consulente comunicazione

1.5.13 Matteo Ferri

Nato il 12.04.1973 a Busto Arsizio (VA), Medico Chirurgo, specialista di Neuropsichiatria Infantile.

1.5.14 Sonia Rossato

Nata il 05/01/1958 ad Albizzate (VA), laureata in lingue, ho conseguito il diploma di Counselor presso IPSE S.r.l., con sede in Varese. Ho un Master in "Tutela e diritti dei minori" presso l'Università di Ferrara. Ho collaborato per cinque anni con un consultorio accreditato alla Regione Lombardia con significativa esperienza nella conduzione di gruppi.

1.5.15 Elena Maria Russo

Nata a Vizzolo Predabissi (Mi) il 07.06.1984, si è laureata in Scienze dell'Educazione nel 2007 presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano, si è specializzata in Counselling Rogersiano presso l'Istituto dell'Approccio Centrato sulla Persona di Milano (IACP) nel 2014.

Svolge attività di counselling individuale, di coppia, di gruppo presso proprio studio privato e al Centro Clinico UN MODO DI ESSERE di Milano. E' docente dei corsi triennali di counselling presso l'Istituto dell'Approccio Centrato sulla Persona di Milano (IACP) e presso l'Istituto Psicologico Europeo di Varese (IPSE). E' socia fondatrice dell'Associazione Culturale Rogersianamente-Rivoluzioni Silenziose che promuove l'Approccio Centrato sulla Persona attraverso eventi culturali. Dal 2011 è formatrice accreditata del Gordon Training International ed è quindi autorizzata a svolgere corsi del Metodo Gordon per genitori, insegnanti e operatori sociali.

1.6 Presentazione

L'Istituto Psicologico Europeo (IPSE) nasce nel 1998 dall'unione di professionalità mediche e psicologiche desiderose di promuovere e sviluppare le aree proprie della comunicazione e della relazione soprattutto in ambito sanitario e socio-assistenziale. Le attività dell'Istituto vogliono coprire sia l'area clinica, con particolare attenzione alla psicopatologia non psicotica ed ai disturbi dell'adattamento, sia l'area formativa, rivolta a tutti coloro che vogliono migliorare le capacità relazionali e di comunicazione in ambito professionale e non. L'IPSE, per la

realizzazione delle iniziative proprie dell'Istituto stesso, si avvale dell'esperienza di professionisti particolarmente qualificati nei diversi ambiti specifici.

1.7 Orientamento teorico

IL COUNSELLING INTEGRATO

Descrizione del modello utilizzato nel corso triennale di IPSE – Istituto Psicologico Europeo

“Tratto da Integrative Counselling in Action di Sue Culley e Tim Bond”

Il counselling è un'attività entusiasmante, difficile e complessa che a molti non viene spontanea. È qualcosa che si impara a fare con la teoria, la pratica e la riflessione. Come con operazioni complicate, uno dei modi di imparare è suddividere un'operazione nelle sue componenti. Per esempio si può pensare a quando si impara a nuotare: si iniziano a muovere solo le gambe per poi sincronizzarle col movimento delle braccia. All'inizio ci si sforza di dare un ritmo alla respirazione e i momenti nei quali il viso è fuori dall'acqua sono quasi certamente impacciati.

Gradualmente, si diventa esperti; si smette di pensare alla respirazione e a cosa fare con gli arti; si diventa competenti in modo inconscio o impensato. A questo punto il nuoto non ha nulla a che vedere con i vari momenti di cui è composto. Ha di per sé grazia e fluidità. Come il nuoto va oltre l'unione di movimenti del corpo così, ovviamente, il counselling è più di un insieme di abilità. Tuttavia, sviluppare competenze nel counselling può essere affrontato identificando e praticando le abilità di base della comunicazione, integrandole in un modello che elabori l'intero processo in modo che venga capito, per quanto possa durare a lungo.

In sostanza, essa è basata su competenze, il che significa che ha alla base una serie di abilità di comunicazione delle quali ciascuno di noi ha bisogno per lavorare in modo efficace con i clienti.

Queste abilità sono le componenti base. Ho usato il termine “integrative” per sottolineare che esse sono state combinate secondo specifici ruoli o principi guida. Questo modello fornisce uno schema per organizzare le competenze del counselling in un consistente e significativo insieme. L'insieme è ciò che i clienti portano all'interazione – i loro pensieri, sentimenti, comportamenti e le loro esperienze. L'insieme è “cosa mi sta dicendo il cliente sia verbalmente che non verbalmente” e tutti i counsellor hanno certamente bisogno di modelli per capire e ordinare l'insieme con i loro clienti. Il termine “processo” si riferisce a ciò che sta succedendo tra il counsellor e il suo cliente, a come stanno lavorando insieme. Il “processo del comprendere” significa comprendere il cliente, e il counsellor deve fare ciò con un piano concettuale. Questo piano permette di vedere dove si è in un dato momento e di essere consapevoli di cosa sta succedendo in modo da capire cosa è necessario che accada, se è necessario procedere con il counselling alla conclusione desiderata e convenuta.

Consideriamo ora la struttura del modello.

Obiettivi

Il modello generale che ho usato è quello degli obiettivi. Questo è comune in diversi approcci al counselling e alla terapia. La concettualizzazione del counselling come una serie di tappe comincia a imporre un senso di ordine in ciò che altrimenti sarebbe un'attività caotica e confusa. Io ho semplicemente chiamato gli stadi iniziale, intermedio e finale. In altre parole, ciò che risulta sono diversi punti auspicabili nel processo del counselling ottenuti con efficaci capacità e strategie. Gli elementi del processo sono le strategie e le capacità che usiamo per dare una direzione al nostro counselling e raggiungere il nostro obiettivo. Il modello cerca di ordinare le capacità in una sequenza; di incorporare le capacità in strategie e unificare l'esperienza del counselling, per quanto possa durare, da una a numerose sessioni, concettualizzandolo come una serie di passaggi uniti tra loro. Perciò ho identificato

un obiettivo per ogni passaggio, insieme a strategie e capacità appropriate per raggiungere questo obiettivo. Inoltre il modello fornisce alcune regole o guide linea per condurre il lettore attraverso il counselling.

Strategie

Uso il termine strategia per indicare una procedura. Il counselling è un'attività con uno scopo e bisogna essere chiari su cosa si sta cercando di fare ad ogni passo del processo e si deve sapere perché ci si sta sforzando di raggiungere un dato obiettivo. Per esempio, l'esplorazione è una delle strategie dello stadio iniziale. Si inizierà con l'esplorazione dei clienti per raggiungere diversi obiettivi, uno dei quali è generare un chiaro e reciproco intendimento delle preoccupazioni dei clienti. In sé l'esplorazione non risolverà i problemi. Comunque, una rilevante ed abile esplorazione fornisce le basi per una seguente assistenza ai clienti sia per una maggiore conoscenza personale che finalizzata al cambiamento.

Abilità

Per abilità di counselling intendo la competenza e la preparazione in una comunicazione, acquisita o sviluppata con la formazione professionale. Le capacità delineate in questo modello sono gli strumenti base attraverso i quali elaboriamo strategie e raggiungiamo gli obiettivi di ogni passaggio. Per esempio, parafrasare è una preziosa abilità del counselling. Il suo valore sta nel permettere ai counsellors di arrivare ai clienti quando comunicano attraverso una parafrasi. Un'accurata parafrasi è la capacità chiave per costruire relazioni ed è essenziale per la strategia dell'esplorazione. Guardiamo ora il modello in sé.

Stadio iniziale

Durante lo stadio iniziale del processo di counselling dovremo in primo luogo occuparci della costruzione e della valutazione del rapporto. Ho identificato i quattro seguenti punti per il lavoro di questo stadio.

I punti sono i risultati pianificati o ciò che si vuole conseguire.

Obiettivi

1. Instaurare una relazione di lavoro. Questo è un punto di fondamentale importanza e quello dal quale ritengo dipenda il successo o l'insuccesso del counselling. Ci sarà bisogno di sviluppare un tipo di relazione nella quale l'assistito sia incoraggiato a lavorare. Se i clienti non credono che il counsellor sia una persona fidata che li accoglie con favore, sarà improbabile che si alleino con lui o che gli permettano di conoscerli nei loro vari aspetti, ma sarà più probabile che essi si lascino conoscere solo in modo superficiale.
2. Chiarire e definire i problemi. È ragionevole supporre che se si deve lavorare insieme ai clienti, entrambi, cliente e counsellor, dovranno capire quali problemi e preoccupazioni ci sono. Spesso i clienti sono poco chiari riguardo cosa li turba, oppure possono avere molteplici problemi da trattare e non sanno da dove partire.

3. Fare una valutazione. Con questo intendo il formulare delle ipotesi riguardo a quello che il cliente condivide con il counsellor. Due delle valutazioni che bisognerà fare sono: se il counselling si prospetta essere d'aiuto o meno per quel particolare cliente e se si è disposti o meno a lavorare con lui per aiutarlo a ottenere ciò che vuole.
4. Stipulare un patto. Il counselling è un'attività contrattuale. Il contratto fornisce le linee guida per il lavoro ed è un esplicito accordo tra counsellor e cliente. Il patto garantisce che il counselling è un'iniziativa condivisa e non qualcosa "fatta per" un cliente da un "esperto". È un modo per riconoscere entrambi le responsabilità del cliente verso sé stesso e invitarlo a cooperare.

Strategie

Queste sono le procedure che bisognerà usare per essere in grado di eseguire i punti dello stadio iniziale. Consideriamoli brevemente uno alla volta.

- 1) Esplorazione implica aiutare i clienti a esaminare e delucidare le loro preoccupazioni. Lo scopo è la chiarificazione e la comprensione reciproca.
- 2) Stabilire priorità e focus significa decidere in quale ordine i clienti affronteranno i loro problemi e identificare qual è il nucleo centrale delle questioni che presentano.
- 3) Comunicare un valore centrale è occuparsi di mostrare ai clienti che sono accolti favorevolmente e che sono compresi. Valori centrali di accoglienza e comprensione sono quegli atteggiamenti e quelle convinzioni essenziali a sviluppare e aiutare il rapporto. Accoglienza è tenere in grande considerazione i clienti in quanto esseri umani, rispettare le loro differenze e apprezzare la loro unicità. Capire è l'abilità di veder il mondo dei clienti così come lo vedono loro. Questi valori devono essere comunicati in modo da rispondere ai clienti. Questa è un'importante strategia grazie alla quale si sostiene l'intero processo di counselling.

Abilità base

Queste sono le abilità di base essenziali dalle quali dipende il lavoro degli altri due stadi nel processo di counselling. Possono essere usate in una varietà di combinazioni o sequenze per far funzionare ciascuna delle strategie.

1. Attendere ed ascoltare. Andando con ordine, per capire i clienti e comunicare loro quello che abbiamo compreso, avremo ovviamente bisogno di ascoltarli. Uso il termine "ascolto attivo" per indicare di ascoltare in maniera finalizzata e rispondere in modo tale che i clienti sappiano di essere stati nello stesso tempo ascoltati e compresi. Ho classificato i modi in cui si può rispondere verbalmente ai clienti in due gruppi di abilità, nominati "di restituzione" e "di esplorazione".

2. Abilità di restituzione. La caratteristica distintiva di questo gruppo di abilità è l'identificazione di messaggi centrali del cliente e la restituzione usando le sue stesse parole. Le abilità di riflessione sono preziose per segnare una traccia dei clienti; da qui possiamo seguire una direzione minima. Usare queste abilità ci permette di comunicare e verificare quello che abbiamo compreso e accogliere ciò che i clienti stanno dicendo. Di per sé sono abilità eccellenti per costruire relazioni e ottenere informazioni.

Le abilità di restituzione sono:

- a) riesporre, esprimere in altra forma quelle che crediamo essere parole o frasi significative che il cliente ha usato;
- b) parafrasare, esprimere con parole nostre il messaggio centrale dei clienti;

- c) riassumere, in questo modo si offre ai clienti un sunto delle informazioni che essi ci hanno dato –non come una lista di fatti ma come un’organizzata visione d’insieme di importanti temi, nodi o relazioni.

3. Abilità di esplorazione. Quello che dà origine alle capacità di indagine è il punto di vista o lo stato d’animo di riferimento del counsellor. Quando si fa una domanda, ci si focalizza su ciò che si vuole sapere e non necessariamente su ciò che i clienti vogliono dire; ad ogni modo l’indagine è una parte del counselling. Serviranno informazioni dai clienti e all’occorrenza si potrà desiderare di influenzare la direzione dell’indagine. In generale, le indagini sono interventi che ingrandiscono il controllo del counsellor e, per questa ragione, andrebbero usati moderatamente, in particolare nei primi passi del counselling.

Le abilità nell’indagine sono:

- a) porre le domande. Esistono vari tipi di domanda e diversi modi in cui le domande possono egualmente facilitare o frenare l’esplorazione;
- b) fare affermazioni è un modo più sensibile di porre un’indagine. Per esempio, invece che chiedere a un cliente: “cosa ha fatto lei per turbarti?” , sarebbe meglio dire: “ non so bene cosa lei ha fatto per turbarti”.
Le affermazioni sono meno intrusive e aiutano a controllare meglio che le domande.

4. Essere concreto merita di essere menzionato in special modo. Penso che sia una capacità essenziale da sviluppare per il modo in cui ciò facilita la chiarezza e la comprensione. Questi sono due aspetti di questa capacità. Primo, sarà utile ascoltare attentamente ciò che i clienti stanno dicendo ed essere attenti alle loro generalizzazioni, alla loro confusione e alle loro incertezze. È inutile dire che non sarà possibile essere nelle posizione di chiedere una descrizione più concreta se si è stati disattenti alle imprecisioni in ciò che i clienti stanno dicendo. Secondo, è necessario essere sicuri di essere chiari e specifici in ciò che si sta dicendo ai clienti.

Stadio intermedio

Lo stadio intermedio si focalizza nell’aiutare i clienti a rielaborare i loro problemi e le loro preoccupazioni. La rielaborazione li aiuta a guadagnare nuove e diverse prospettive necessarie a cogliere il problema e agire di conseguenza. Questo è il nucleo del processo del counselling perché, senza un nuovo e differente punto di vista di sé stessi e delle proprie preoccupazioni, è difficile che i clienti cambino. Guardiamo ora gli scopi.

Obiettivi

1. Rielaborare i problemi. I clienti hanno i loro punti di vista e prospettive riguardo i loro problemi. La rielaborazione li aiuta a vedere sé stessi da diverse e più autorevoli prospettive.
2. Mantenere la relazione di lavoro. Questo è un importante scopo per l’intera seduta. La rielaborazione può essere traumatica per i clienti. Le scoperte che loro fanno su loro stessi e sul loro comportamento sono spesso dolorose.
3. Lavorare al contratto. I contratti possono essere rinegoziati come processi di counselling. Comunque, bisognerà tenere a mente il contratto per tutto il tempo. Ciò porterà all’obiettivo concordato con il cliente.

Strategie

1. Comunicare i valori essenziali. I clienti sono più portati ad accettare sfide e più invitati ad esplorare in profondità sé stessi se si sentono abbastanza sicuri con il counsellor e se si fidano.
2. Mettere in discussione. Consiste nell'offrire ai clienti un punto di vista o una prospettiva che è differente dalla loro e che li stimola a riconsiderare la loro posizione o il loro punto di vista. Porta a un'esplorazione più profonda, con la quale i clienti sono incoraggiati ad indagare ciò che hanno precedentemente, consciamente o inconsciamente, trascurato. Ci sono diversi modi di mettere in discussione e ciascuna delle seguenti strategie ha uno specifico obiettivo:
 - a) il confronto è utile per aiutare i clienti ad identificare gli stratagemmi che usano e che impediscono il cambiamento
 - b) dare al cliente una restituzione gli permette di capire come viene percepito;
 - c) dare informazioni può incoraggiare i clienti a vedere loro stessi in maniera differente;
 - d) dare istruzioni significa apertamente dirigere il processo. Quando si dice a un cliente di "fare ciò che si sente in un dato momento", si sta ordinando di fare qualcosa. Piuttosto si stabilirà di comportarsi in un modo che è diverso per loro e che consiste quindi nel mettere in discussione il loro comportamento di sempre;
 - e) confidenza del counsellor. Ciò significa parlare delle proprie esperienze personali. Usato di rado ha l'effetto di far sentire il cliente libero di esplorare i suoi problemi in maniera più significativa .
 - f) l'immediatezza si focalizza sulla relazione che intercorre tra il counsellor e ciò che sta accadendo in un preciso momento. Essere immediati significa offrire ai clienti la propria idea sulla interazione tra i due, e li incoraggia a riflettere su ciò che sta succedendo.

Abilità

Le abilità principali identificate nello stadio iniziale costituiscono le basi per più complesse strategie di discussione dello stadio intermedio. Si possono usare in sequenza o combinate per influenzare i clienti a guardare di nuovo i loro problemi.

Stadio finale

Lo stadio finale propriamente ha a che vedere con il pianificare e intraprendere un'azione effettiva. Questo stadio mette anche a fuoco la fine del rapporto di counselling.

Obiettivi

1. Stabilire un cambiamento appropriato. Se i clienti stanno compiendo un cambiamento, allora avranno bisogno di sapere quali cambiamenti sono possibili e quali specifici risultati desiderano ottenere.
2. Trasferire quanto appreso. Quel che i clienti hanno imparato durante il counselling riguardo i loro comportamenti e le diverse obiezioni dischiuse, dovrà poi essere trasferito nelle vita fuori dalla stanza del counselling. Condizione necessaria a far fronte ai problemi.

3. Attuare il cambiamento. Cambiare implica intraprendere qualche azione. I clienti possono avere bisogno di aiuto per agire. Per esempio, parlare con competenza della collera manifestata non è sinonimo di saperla gestire appropriatamente.
4. Terminare la relazione di counselling. Il rapporto di counselling avrà coinvolto i clienti, i quali saranno entrati in condivisione con il counsellor proporzionalmente a quanto si sono sentiti supportati e a quanto hanno sperimentato l'impegno nei loro riguardi. Questo sarà stato per la maggior parte dei clienti un rapporto molto importante. Arrivare al termine ha a che fare con il riconoscere tanto la perdita del rapporto, quanto l'adempimento del contratto.

Strategie

1. Messa a punto del traguardo. Stabilire un obiettivo appronta un'intelaiatura e un insieme di criteri che permetteranno di identificare e valutare insieme ai clienti, i risultati che essi dicono di desiderare. È una strategia plasmabile a seconda delle situazioni, che tiene conto di diverse tecniche, per esempio fantasie guidate e giochi di ruolo.
2. Pianificazione dell'azione. se i clienti dovranno agire, allora bisognerà scegliere tra tutte le opzioni che essi hanno a disposizione e pianificare la loro azione.
3. Valutazione. L'azione ha bisogno di essere soppesata perché abbia successo. Una questione importante per il cliente è "questa azione mi aiuta a fare fronte meglio ai miei problemi?".
4. Conclusione. Riesaminare il lavoro svolto, aiutare i clienti a identificare i cambiamenti che hanno compiuto, fa parte di questa strategia. I clienti possono avere bisogno di tempo e di spazio per lavorare sui loro sentimenti di tristezza e di perdita.

Abilità

Ancora una volta è l'aspetto comunicativo, più ancora delle strategie, a rappresentare l'abilità fondamentale. Questo modello certamente fornisce un quadro statico di quello che in sostanza è un processo complesso, fluido e mutevole. Il counselling, nella pratica, non è un'operazione ordinata con una struttura definita e punti separati. È molto più complesso e fine, dato che entrambi, counsellor e cliente, procedono seguendo ognuno il proprio metodo. Il modello quindi, semplicemente, rappresenta un piano, una traccia per il counsellor. Non è una descrizione di come i clienti realmente si comportano, e nemmeno di cosa è il counselling.

Comunque, concettualizzare il counselling come una serie di stadi è un tentativo di introdurre qualche punto fisso nel processo. Questi saranno punti dai quali il lavoro dovrà discostarsi per adottare differenti focus. Implicita nella sua struttura è l'idea che certi eventi dovrebbero precedere altri. Per esempio, il traguardo dovrebbe precedere l'azione, altrimenti l'azione potrebbe essere male indirizzata. Usare questo modello ed essere consci delle proprie intenzioni, come pure sviluppare le proprie abilità con la pratica e comunicare ciò che realmente si vuole comunicare mi sembra un modo competente di approcciarsi al counselling.

In un certo senso questo è un meta-modello di counselling, poiché dovrebbe essere integrato con altri approcci teorici. Qualsiasi teoria si scelga di abbracciare, si avrà bisogno di strategie e abilità con le quali implementare tale teoria.

Come il counsellor avrà bisogno, per di fornire modelli di sviluppo sani, di teorie con le quali tentare di spiegare il motivo per cui gli individui si sono evoluti in un dato modo, così gli servirà anche una struttura per comprendere il processo. Questo modello concettualizza i processi e permette di tradurre la teoria in pratica.

La sua efficacia sta nella capacità di fornire una chiara, precisa e accessibile struttura per professionisti.

Comunque, come ogni struttura, a meno che non venga utilizzato con adattabilità e flessibilità, esso tiranneggerà piuttosto che liberare coloro che lo utilizzano.

Per concludere questa panoramica, voglio delineare alcuni presupposti base riguardo la natura umana che sostengono questo modello.

Nozioni base sulla natura umana

Il modo in cui si lavora con i clienti e gli schemi che vengono scelti sono un riflesso dei valori posseduti e dei presupposti riguardo gli altri e riguardo il counselling. Per esempio, se si ripete insistentemente al cliente cosa deve fare, tale comportamento potrebbe essere considerato un riflesso del credere che il cliente non sia in grado di prendere decisioni e che quindi necessiti di un esperto. Comunque, ognuno ha di per sé dei principi che guidano e danno forma alla pratica del counselling. Essere chiari ed espliciti per ciò che riguarda le proprie certezze e le proprie nozioni significa essere disposti a riconsiderarle e modificarle.

Ecco alcuni esempi di queste nozioni:

1. Le persone meritano di essere accettate e capite in quanto umane. Ciò significa fare una distinzione tra i clienti stessi e i loro comportamenti. Sforzarsi di comunicare con loro e valutarli come individui non significa necessariamente accettare o condonare i loro comportamenti.

2. Le persone sono in grado di cambiare. I clienti hanno appreso modi di comportarsi che non sempre gli sono realmente utili. È possibile che essi adottino tipi di reazione ai loro problemi che sono differenti rispetto a quelli di altre persone. Fornire loro un ambiente di supporto dove tentare e cercare nuove idee che non comporta il rischio di rifiuto o di cadere nel ridicolo, li aiuterà a scoprire diverse alternative per ottenere un comportamento soddisfacente.

3. Le persone si creano un loro ordine. Ciò che può sembrare caotico o distruttivo al counsellor, può avere per il cliente un senso di ordine o uno scopo. I clienti dovrebbero essere invitati a variare gradualmente la tendenza ad un'infelice interpretazione e reazione agli eventi. Per esempio, i clienti che non si ritengono particolarmente brillanti, qualora raggiungessero obiettivi insperati potrebbero interpretare il successo come fortuna e non avvertire nessun progresso. Interpretano così le loro esperienze in modo da adattarle al loro schema di visione di sé stessi e del mondo.

4. Le persone sono esperte di sé stesse. I clienti sanno meglio di chiunque altro come si sentono e cosa pensano e credono. Solo loro possono descrivere dolori e delusioni provati, quali le paure e quali i desideri. Potrebbero però avere bisogno di un certo aiuto per farlo.

5. Le persone vogliono realizzare il loro potenziale. I clienti vogliono acquisire maggior consapevolezza e più autocontrollo. Hanno la capacità di scoprire cosa è meglio per loro se gli viene fornito il clima in cui fare questa

scoperta. Sanno pensare per loro stessi e hanno le risorse per rapportarsi nei modi più creativi ai loro problemi e alle preoccupazioni.

6. Il comportamento delle persone è deliberato. Il comportamento dei clienti, per quanto possa apparire controproducente, ha comunque degli scopi. Può essere compreso nel momento in cui lo si considera in rapporto allo scopo da raggiungere.

7. Le persone lavoreranno più duramente per raggiungere obiettivi che si sono posti da sé. Le persone sono più propense a mobilitare le loro risorse e ad impegnarsi per gli obiettivi che loro stesse tengono in considerazione e desiderano, piuttosto che per quelli che vengono loro imposti. Aiutare i clienti ad identificare i propri obiettivi è parte del processo di counselling.

Ad integrazione di tali principi la Scuola IPSE sottolinea il valore dell'approccio bionomico di Johannes Heinrich Schultz e delle leggi della vita che ne descrivono i principi teorici. Si elencano di seguito le leggi suddette:

- Legge generale di lotta;
- Legge dell'impressione espressione;
- Struttura;
- Totalità;
- Ordine;
- Processualità;
- Dinamicità;
- Autoergia;
- Coerenza con il contesto;
- Reagibilità, suscettibilità;
- Autosenso.

Torniamo ora al modello nel dettaglio e partiamo dallo stadio iniziale.

2. Lo Stadio Iniziale: esplorazione, stipulazione del contratto e valutazione.

Lo Stadio Iniziale

Obiettivi (il risultato auspicato)

- stabilire una relazione di lavoro
- chiarire e definire i problemi

- fare una valutazione
- negoziare un contratto

Strategie

- esplorazione
- stabilire priorità e focus
- comunicazione dei valori fondamentali

Abilità di base

- attendere
- osservare
- ascoltare
- abilità di restituzione:
 - riesporre
 - parafrasare
 - riepilogare
- abilità di indagine:
 - porre domande
 - fare osservazioni
 - essere concreti

Obiettivi

Lo stadio iniziale ha i seguenti quattro obiettivi:

1. stabilire una relazione di lavoro;
2. chiarire e definire problemi;
3. fare una valutazione;
4. negoziare un contratto.

Questi scopi forniscono uno schema per focalizzare il lavoro e per valutare sia lo svolgimento sia i progressi. Questi sono punti specifici e appropriati per lo stadio iniziale del counselling più che per ogni altro stadio e se non vengono seguiti accuratamente, è probabile che il counselling non avrà una base abbastanza solida da cui procedere.

Per stabilire una relazione di lavoro

Il counselling è molto più che un insieme organizzato di abilità e strategie costruite in stadi (Bond, 1989). È essenzialmente un'attività umana caratterizzata da un particolare tipo di rapporto tra il counsellor e il cliente. Sebbene una relazione di counselling abbia molto in comune con altre relazioni, per esempio una stretta amicizia, il rapporto di lavoro che si vuole stabilire è però uno degli elementi specifici che la distinguono da altre attività di aiuto. Osserviamo brevemente alcune importanti caratteristiche e dimensioni di questo rapporto di lavoro. Secondo Tyler (1969) e Gilmore (1973) un effettiva relazione di counselling sarà caratterizzata dalle due qualità fondamentali che sono accettazione e comprensione.

Accettazione

Questo concetto è simile a quello che Rogers (1961) chiamava riguardo positivo incondizionato e a quello che Egan (1986) considerava come rispetto. Essenzialmente accettare significa valutare gli altri in quanto umani. I clienti possono sperimentare una varietà di emozioni riguardo a discutere ciò che li riguarda, per esempio si possono vergognare, possono aver paura o sentirsi imbarazzati. Spesso giudicano se stessi duramente e si colpevolizzano da sé prima ancora di essere biasimati da altri. Credo che i clienti che si sentono giudicati o colpevolizzati difficilmente si sentiranno abbastanza sicuri da iniziare ad esplorare fatti ed eventi dolorosi. Certo, per lavorare in modo effettivo con i clienti si avrà bisogno di formulare continuamente giudizi e valutazioni. Per esempio si formuleranno giudizi riguardo al processo di counselling e si deciderà quando intervenire e quando invece rimanere in silenzio. Si valuterà anche l'effettività degli interventi e si faranno valutazioni riguardo agli eventi riportati dai clienti. Ma allo stesso tempo è di vitale importanza che si lavori per mantenere una relazione che sia libera da giudizio riguardo ai clienti come individui degni o indegni. Nessuno di noi si compiace del fallimento, del rifiuto o di etichette quali stupido o pigro. Mentre i clienti hanno spesso un ruolo importante nel creare parte del loro dolore, le strategie che essi hanno adottato sono probabilmente le più creative che hanno per gestire le loro vite. I clienti stanno facendo del loro meglio e quindi non meritano né biasimo né condanna. Accettare i clienti significa premiare e celebrare le loro differenze anche riconoscendo le loro esperienze in quanto utili per essi. L'accettazione non è una attitudine blanda e rassegnata a giustificare un comportamento distruttivo o convinzioni fallimentari. Piuttosto è una qualità forte e potente che riconosce la dignità degli altri e la loro capacità di cambiare. Per comportarsi con accettazione non ci si deve precludere il sottolineare aspetti delle azioni dei clienti che possono dimostrarsi inutili. Nemmeno si esclude la discussione delle possibili conseguenze associate a certe decisioni. Piuttosto implica il ricevere e dare credito a quello che i clienti riportano al counselling e distinguere tra i clienti stessi valutabili in quanto umani e il loro comportamento.

Comprensione

Questo significa cogliere in modo più completo possibile quei messaggi che i clienti stanno cercando di trasmettere sia attraverso il linguaggio verbale che quello non-verbale. Rogers (1951) lo chiamava comprensione empatica e la considerava essenziale per un rapporto terapeutico. Durante lo svolgimento del counselling ci si sforzerà di vedere il mondo dei clienti attraverso le loro prospettive e di essere aperti alle loro esperienze. Poiché siamo tutti esseri separati e unici non è possibile comprendere i clienti in modo completo e assoluto. Nessuno può sperimentare la tua vita come la sperimenti tu. Mentre tu puoi condividere una storia con l'altro, come per esempio appartenere alla stessa famiglia o frequentare la stessa scuola, la tua esperienza individuale di quella storia sarà comunque unica.

L'accettazione e la comprensione sono condizioni basilari e valori importanti di cui si avrà bisogno per esprimersi verbalmente e non verbalmente. Comunicare l'accettazione e la comprensione dei clienti aiuta nel promuovere il rapporto di counselling come un rapporto tra soci. I clienti possono non sentirsi "uguali" o potenti, al contrario facilmente si possono sentire inetti, impotenti e inferiori. Comunque un rapporto in cui sono accettati e dove venga dimostrato un genuino interesse nei loro confronti e una volontà di capire le loro prospettive può avere il potere di renderli attivi nel processo di counselling. Se lo scopo generale del counselling è di dare potere ai clienti, allora questo necessita di essere riflesso nel modo in cui si negozia il rapporto dall'inizio. Altre importanti dimensioni del rapporto di counselling può essere concettualizzato come segue.

Supporto / Discussione

Per supporto intendo essere una fonte di forza stare dalla parte di e non colludere con o soccorrere. Se dare supporto ai clienti è importante nel counselling, esso può essere ancor più fondamentale durante lo stadio iniziale, quando la relazione è fragile. Comunque se i clienti vogliono cambiare devono affrontare quegli aspetti del loro comportamento che fanno da inibizione al cambiamento. Mettere in discussione i clienti vuol dire incoraggiarli a esplorare più profondamente e guadagnare una maggiore auto comprensione. Se le discussioni non sono basate sul supporto verranno probabilmente vissute in maniera distaccata o non affrontate. Al contrario il supporto senza la discussione può non essere di aiuto perché i clienti non sono mai messi nella posizione di andare oltre le proprie limitate prospettive.

Fiducia/sfiducia

Verosimilmente i clienti condivideranno di più e lavoreranno meglio con counsellor di cui hanno fiducia. La fiducia si manifesta generalmente quando gli individui si comportano in modo coerente l'uno verso l'altro e quando dimostrano di accettarsi e capirsi vicendevolmente. Per creare una relazione di fiducia nel counselling si avrà bisogno, quindi, di comportarsi coerentemente nei confronti dei clienti riguardo ad aspetti quali assicurare una certa continuità nel tempo, la confidenza e i limiti personali. Si continuerà a mostrare accettazione e comprensione anche quando i clienti si mostreranno ostili o attaccheranno il counsellor. Essi hanno anche bisogno di confidare nel fatto che non saranno abbandonati e di sapere che il counsellor non modificherà il suo atteggiamento in seguito al loro aprirsi.

Vicinanza emotiva/distanza emotiva

I clienti sopporteranno e contemporaneamente avranno bisogno di variare i gradi della vicinanza emozionale con il counsellor. Esso dovrà mantenere una posizione paradossale di conoscenza dei loro più intimi pensieri e sentimenti, essere emozionalmente vicino a loro e tuttavia rimanere distante abbastanza da mantenere un'utile posizione obiettiva. Si sforzerà di creare un contatto emozionale con loro mentre rimarrà ad una distanza emozionale che gli permetterà di evitare di essere personalmente coinvolto. (Brammer, 1988)

In un certo senso è ingannevole dire della relazione che essa viene stabilita in questo stadio, perché se la si considera come uno strumento da mettere in atto nel lavoro di counselling è qualcosa a cui si assiste per tutta la durata del periodo di contatto col cliente.

Un'utile analogia è questa: il lavoro fatto nello stadio precoce del counselling può essere paragonato al porre sicure fondamenta per un palazzo. Una relazione di counselling ha bisogno di basi solide sulle quali sostenersi e dalle quali svilupparsi.

Chiarire e definire i problemi

Se counsellor e cliente stanno lavorando effettivamente insieme, entrambi avranno bisogno di sapere il più chiaramente e precisamente possibile a quali questioni e preoccupazioni si stanno indirizzando. Si dovrà cercare di stabilire come i clienti vedono sé stessi e i loro problemi; per esempio, cosa credono e sentono così bene, come le loro esperienze, e chi altri è coinvolto. Essi possono anche avere bisogno di chiarire cosa li preoccupa.

Lo Stadio Intermedio: Rielaborazione e Discussione

Lo Stadio Intermedio

Obiettivi (il risultato auspicato)

- rielaborare i problemi
- mantenere il rapporto di lavoro
- lavorare al contratto

Strategie

- mettere in discussione tramite:
 - il confronto
 - dare una restituzione
 - dare informazioni
 - dare direttive
 - la confidenza
 - relazione diretta

Abilità

Le abilità fondamentali sottolineate nel Capitolo 3 forniscono le basi per le suddette strategie.

Lo Stadio Intermedio è rivolto innanzitutto ad aiutare i clienti a vedere sé stessi e i loro problemi in una luce nuova e più efficace. Nello Stadio Iniziale del counselling si era interessati a comprendere i problemi dei clienti dal loro

punto di vista. In questo stadio, li si influenzerà a rivedere i loro schemi di riferimento e ad adottare diversi punti di vista e diverse prospettive. Le più importanti strategie che si utilizzeranno per influenzare i clienti consistono nel “mettere in discussione”. È in questo modo che si stimoleranno i clienti a rivedere e interrogare i loro attuali sistemi di riferimento e ad abbracciare prospettive più liberatorie.

Il lavoro in questo stadio evolve e si sviluppa dal lavoro fatto nello Stadio Iniziale. Questo perché, senza avere una chiara comprensione, non solo di quali problemi affliggono il cliente, ma anche di come esso li interpreta, non si sarà nella posizione di incoraggiarli a sviluppare un nuovo insight. Inoltre, mettere in discussione è una potente strategia per chiedere ai clienti di rischiare di affrontare aspetti di sé stessi e dei loro problemi che essi possono evitare di guardare. Un’effettiva discussione si fonda su una relazione di fiducia nella quale i clienti sanno di essere accettati e capiti.

Strategie

Esistono tre principali strategie che sono strumento per realizzare gli obiettivi o i risultati auspicati nello Stadio Iniziale. Sono:

- 1 esplorazione
- 2 stabilire priorità e focus
- 3 comunicazione delle valutazioni fondamentali

Esplorazione

Esplorare significa aiutare i clienti ad articolare le loro preoccupazioni. Essenzialmente è una procedura chiarificatoria che permette ai clienti di scoprire cosa è importante per loro, esamina i loro comportamenti e consente di trovare significato nei loro sentimenti. Consiste anche nell’aiutarli in quel processo a volte faticoso di condividere le proprie esperienze, speranze e sentimenti. Come counsellor si avrà la responsabilità di facilitare l’esplorazione dei i clienti e bisognerà che entrambi valutino e facciano un monitoraggio del processo. Ci saranno sicuramente tensioni tra il concedere ai clienti lo spazio per dire che cosa è importante per loro e assicurarsi di avere le informazioni che servono ad entrambi per capire e valutare. Ci sarà bisogno di trovare un equilibrio tra incoraggiarli a parlare liberamente e carpire un focus per il lavoro. La domanda seguente aiuterà a fare una valutazione dell’esplorazione.

Quanto è preciso questo cliente? All’inizio di una relazione di counselling, i clienti possono essere vaghi verso ciò che li riguarda: per esempio possono sapere di avere sentimenti “spiacevoli”, ma essere incapaci di distinguerli meglio; oppure possono avere l’impressione che alcuni dei loro comportamenti siano inutili ma non hanno ben chiaro cosa stanno facendo. Possono anche usare dichiarazioni vaghe per proteggersi dalla vergogna e dalla sofferenza che prevedono quando descrivono in termini specifici cosa stanno facendo, provando e pensando. Per esempio un cliente può affermare: “Bene, il mio partner ed io non ci guardiamo più occhi negli occhi e questo è un problema!” quando quello che intende è: “La nostra relazione sessuale è insoddisfacente. Non trascorriamo molto tempo insieme ed io sto pensando di lasciarlo.” Un importante aspetto dell’esplorazione, quindi, sarà incoraggiare i clienti ad essere più precisi riguardo i loro pensieri, sentimenti e comportamenti. Ovviamente bisogna agire con sensibilità verso gli indizi forniti dai clienti e scegliere appropriatamente i tempi per gli interventi. Bisognerebbe prendere in maniera persecutoria ogni vaga dichiarazione e sforzarsi per ottenere una spiegazione esauriente – soprattutto se un cliente è esitante o in difficoltà. Comunque, è improbabile che essere vaghi conduca alla

chiarezza, obiettivo imprescindibile e pieno d'azione. Aiutare un cliente ad essere più preciso promuove chiarezza e comprensione reciproca.

Stabilire priorità e focus

I clienti possono avere una vita complicata o problemi multipli, come dimostra l'esempio seguente. Una cliente, una donna single sulla trentina, è preoccupata riguardo al suo rapporto con i genitori e la sorella. Parla di come essi non la considerino la donna adulta che è e non riconoscano i cambiamenti che ha apportato alla sua vita. Continua parlando dei suoi imminenti esami. Confessa di sentirsi sopraffatta dal lavoro e frequentemente in panico. Durante i suoi momenti di panico, riferisce che la sua mente "diventa vuota". Ha paura di non essere in grado di controllare la sua paura agli esami, di leggere male le domande ed essere bocciata. Aggiunge che la buona riuscita degli esami non è solo importante per la sua carriera, ma che questo le permette anche di essere la figlia che i suoi genitori desiderano. Il counsellor era al corrente della correlazione esistente tra i problemi presentati dalla cliente e di come gli esami imminenti potessero accrescere la consapevolezza della relazione con la famiglia. Comunque, nella discussione, essi concordarono il focus sulle tecniche di preparazione dell'esame, sospendendo il lavoro su rapporto con la famiglia fino al termine degli esami.

Non è possibile per il cliente occuparsi di tutti i problemi in una volta e spesso hanno bisogno di stabilire delle priorità. Le seguenti domande forniscono una check-list che si può condividere con i clienti:

- 1 Quale problema è più importante?
- 2 Quale problema affligge di più il cliente?
- 3 Quale problema, se affrontato, condurrebbe al miglior risultato positivo?
- 4 Quali problemi danno immediata preoccupazione e quali possono essere tralasciati?
- 5 Quale potrebbe essere il più semplice da risolvere per il cliente e che dovrebbe dargli un senso di controllo e di successo?
- 6 Quale problema è appropriato per il counselling e quale sarebbe meglio invece affrontare in qualche altro modo?

Stabilire priorità significa decidere con i clienti quale dei problemi ha la precedenza sugli altri in modo da trovare un focus per il lavoro di counselling.

Comunicazione dei valori fondamentali

Precedentemente ho descritto come un'efficace relazione di counselling sia caratterizzata da valori fondamentali di accettazione e comprensione. L'intenzione nel comunicare questi valori fondamentali è di facilitare una relazione terapeutica che incoraggi i clienti a lasciarsi coinvolgere. Non è sufficiente dare per scontato che i clienti sappiano che sono accettati e capiti. Bisogna anche dimostrare e comunicare questi valori sia verbalmente – cosa si dice – che non verbalmente – come si dice quel che si dice e come ci si rivolge loro. Per concludere, le strategie sono interdipendenti ed egualmente importanti. Per esempio, stabilire delle priorità senza un'adeguata esplorazione è probabilmente inefficace. L'esplorazione sarà plausibilmente inibita se il cliente non si sente accettato e capito. L'elenco delle strategie non è un menù nel senso che si possono scegliere alcune cose e se ne possono tralasciare altre. Devono essere utilizzate tutte se si vuole raggiungere l'obiettivo dello stadio iniziale. Nondimeno è possibile fare, con queste strategie, un uso relativo con diversi clienti e in diverse sessioni. Per esempio, un cliente che ha ben chiaro qual è il problema può aver bisogno di minor tempo per l'esplorazione ma di più per individuare

le priorità. Un cliente che ritorna può avere un'eredità di fiducia nel counsellor che permette di concentrarsi meno sul costruire la relazione.

Lo Stadio Finale : Azione e Chiusura

Lo Stadio Finale

Obiettivi

- stabilire un cambiamento appropriato
- attuare il cambiamento
- trasferire quanto appreso
- terminare la relazione di counselling

Strategie

- messa a punto del traguardo
- pianificazione dell'azione
- valutazione dell'azione e mantenimento del cambiamento
- chiusura

Abilità

Usare le sequenze base di ascolto e discussione

Lo Stadio Finale normalmente è costituito da obiettivo, azione e chiusura. In seguito al lavoro svolto nei due precedenti stadi del counselling, i clienti avranno ottenuto una sorta di chiara comprensione di sé stessi e dei propri problemi che fornisce l'impulso al cambiamento. Pianificare ed intraprendere un'azione effettiva è possibile grazie al lavoro fatto nello Stadio Iniziale e in quello Intermedio. Alcuni clienti, di certo, potranno scegliere di non proseguire oltre con il counsellor. Una volta approfonditi i loro problemi e ottenuto un nuovo punto di vista, sanno chiaramente cosa vogliono fare e decidere di quello che hanno appreso. Altri avranno bisogno di aiuto per stabilire cosa vogliono cambiare e di sostegno per collaudare nuovi comportamenti.

Obiettivi

Ho identificato i seguenti quattro obiettivi per guidare il lavoro di counselling allo Stadio Finale. Sono:

1. stabilire un cambiamento appropriato
2. attuare il cambiamento
3. trasferire quanto appreso
4. terminare la relazione di counselling

Consideriamoli uno ad uno.

Stabilire un cambiamento appropriato

Se i clienti devono far fronte più efficacemente ai loro problemi o risolverli, avranno bisogno di due cose: primo, di identificare gli specifici cambiamenti che vogliono intraprendere, e secondo, di verificare che quei cambiamenti abbiano l'impatto desiderato sui loro problemi. Il fatto che i clienti abbiano esplorato e rivalutato i loro problemi abitualmente significa che sono inclini al cambiamento e che intravedono una potenziale azione. Comunque, ciò non significa necessariamente che essi sappiano precisamente cosa desiderino cambiare. E nemmeno che sappiano come raggiungere tale cambiamento. Un cambiamento generalmente comporta rischi e perdite, così come benefici e guadagni. Oltre all'identificazione dei risultati positivi che i clienti possono ricercare, bisognerà anche valutare con loro quali rischi e costi possono sostenere. Aiutare i clienti a decidere un appropriato cambiamento significa aiutarli a valutare qualunque risultato desiderino, nei limiti delle loro risorse e con costi e benefici accettabili.

Attuare il cambiamento

Può sembrare ovvio ma i clienti devono agire se vogliono cambiare. Devono smettere di fare alcune cose e iniziare a farne altre. Per esempio, un cliente che desidera perdere peso avrà bisogno di cambiare in qualche modo le sue abitudini. Compito del counsellor sarà aiutare i clienti a decidere quale azione intraprendere e come intraprendere tale azione. Ciò significa indagare diverse proposte, sceglierne una che sembri appropriata come pure regolare e ordinare ogni azione. Occasionalmente si potranno fare delle prove con i clienti o coinvolgerli in una sorta di gioco di ruolo come preparazione. Inoltre i clienti possono fallire l'attuazione del cambiamento perché non hanno una gratificazione o un sistema di supporto che li sostenga. Un aspetto importante che favorisce il cambiamento è che sia presente un beneficio che ripaghi i clienti e che provenga da loro stessi.

Trasferire quanto appreso

Attraverso i processi di esplorazione e messa in discussione, i clienti imparano aspetti di sé e dei propri comportamenti. Possono identificare risorse non utilizzate appieno così come abilità che possono aver bisogno di sviluppare. Un assunto base del counselling è che i clienti dovranno essere in grado di trasferire nelle situazioni esterne quanto appreso durante il counselling. Consideriamo gli esempi seguenti.

Rod ha imparato nel counselling ad esprimere appropriatamente i propri sentimenti. Il counsellor lo ha aiutato ad esplorare non solo la negazione dei suoi sentimenti ma anche generalmente quando e con chi. Per permettere a Rod di trasferire la sua conoscenza di sé e delle nuove abilità acquisite, hanno indagato come affrontare situazioni al lavoro e a casa in modo appropriato.

Gina ha scoperto che il suo risentimento verso il partner ha molto a che fare con la sua tendenza a soccorrerlo. Ha usato il counselling per esplorare altri modi di relazionarsi con lui che non implicino il trattarlo come una vittima indifesa, anche quando lui la sollecita. Gina ha inoltre realizzato che la sua tendenza ad assumere il controllo e agire come se gli altri non fossero in grado di gestirsi da soli è uno schema nella sua vita. Ha imparato a trasferire quanto appreso durante il counselling non solo nell'interazione con il partner, ma anche nelle altre relazioni.

Aiutare i clienti a trasferire le loro conoscenze può coinvolgere l'identificazione degli ostacoli al cambiamento e la pianificazione di come superare o minimizzare tali ostacoli. Può anche coinvolgere l'allenamento dei clienti al nuovo comportamento.

Infine, i clienti porteranno via un' "immagine mentale" del counsellor. Un punto di vista del counsellor interiorizzato che sarà una risorsa per i clienti a cui accedere nel momento in cui si troveranno ad affrontare problemi e decisioni future. Un collega mi confidò che frequentemente si domandava che cosa il suo counsellor gli avrebbe detto di fare. Nel fare questo, si concedeva lo spazio per pensare liberamente a ciò che voleva, evitando di fare quei pensieri che "doveva" fare. Insegnare ai clienti questo modello di counselling può anche fornire loro la consapevolezza che possono usarlo per affrontare gli altri problemi che si presenteranno al momento o in futuro.

Terminare la relazione di counselling

Lo Stadio Finale del counselling, insieme alla messa a punto del traguardo e alla pianificazione dell'azione, ha a che fare con la fine della relazione. Per molti counsellor e clienti finire significa riconoscere la perdita della relazione così come la celebrazione di un nuovo apprendimento del cliente. Io ritengo che la fine meriti più pensieri e attenzioni dell'inizio. Per alcuni clienti può essere un momento doloroso che contiene gli echi di altre conclusioni difficili che hanno sperimentato nella vita. È importante, perciò, che sia data loro la possibilità di approfondire cosa significhi la fine della relazione di counselling e che sia pianificata una "buona" conclusione del rapporto.

Certamente, non tutte le conclusioni sono un momento di riflessione soddisfacente. Ci sono volte in cui i clienti vogliono concludere prematuramente. Possono non aver ottenuto ciò che desideravano perché, a dispetto dei migliori sforzi del counsellor, si sono mostrati riluttanti ad affrontare i problemi. I clienti possono qualche volta pensare che il counsellor non è d'aiuto e decidere di voler lavorare con un altro counsellor. Si presenterà anche l'occasione di indirizzare i clienti a qualcun altro poiché si ritiene che i problemi da essi riferiti vadano oltre l'attuale esperienza e pratica. Comunque, si avrà avuto un ruolo importante nella vita del cliente. La fine di questa particolare relazione deve essere riconosciuta più della fine del lavoro di counselling.

Vediamo ora le strategie utili per raggiungere gli obiettivi del counselling nello stadio finale.

Strategie

Messa a punto del traguardo

Il lavoro dei due precedenti stadi del counselling comprendeva aiutare i clienti a capirsi in modo da poter vedere un cambiamento come una possibilità. La messa a punto del traguardo fornisce una strategia razionale per aiutare i clienti a generare e decidere un'opzione di cambiamento.

Delineare traguardi Se i traguardi devono essere possibili e realistici, avranno bisogno di rispondere a criteri severi (Brammer, 1988).

1. i traguardi dovrebbero essere scelti dal cliente;
2. i traguardi devono essere cuciti su misura al cliente;
3. i traguardi devono essere osservabili e valutabili.

Pianificare e intraprendere un'azione

Una volta che i clienti hanno deciso quale obiettivo intraprendere, dovranno considerare come ottenerlo. Il primo passo nella pianificazione dell'azione consiste nell'aiutarli ad individuare quante più opzioni possibile per agire. Ancora una volta, il brainstorming è una tecnica utile con cui collaborare nel produrre possibilità di azione. I clienti possono non riuscire a cambiare perché rimangono intrappolati nelle loro opzioni d'azione limitate.

Valutare e sostenere il cambiamento

Una domanda che può servire per muoversi con il cliente è "Il problema è stato risolto da quest'azione?" Se è così, il cliente può ritenere di aver terminato il suo counselling. Altrimenti, bisognerà indagare che cosa è successo al cliente. A volte agire aiuta i clienti a capire che il problema che avevano sollevato mascherava un altro problema più profondo. Inoltre, i traguardi che il cliente stabilisce possono essere appropriati e bisognosi di una revisione. Infine, i clienti a volte non riescono a ottenere quello che desideravano poiché hanno calcolato tempi d'azione inadeguati. Per esempio, il cliente che prova a discutere con la moglie della loro relazione mentre questa sta mettendo i bambini a letto. Il tempismo è spesso cruciale per la buona riuscita di un'azione.

Conclusione

Concludere è una parte importante del processo di counselling e può avere a che fare con la perdita così come con la celebrazione di un successo.

Consideriamo alcuni dei problemi nella conclusione.

Quando concludere La relazione di counselling è una relazione contrattuale e la fine generalmente arriva quando il cliente ha iniziato ad ottenere o quando si è sufficientemente adattato ai suoi problemi da non avere bisogno di ulteriore assistenza.

Pianificare la fine Una delle caratteristiche distintive della relazione di counselling è la sua natura temporanea. Fin dal principio, tutto il lavoro che i clienti hanno intrapreso li porta verso il momento in cui non avranno bisogno ancora per molto o non desidereranno più il supporto del counselling. Di sicuro bisognerà ricordare al cliente o concordare con esso il numero delle sedute che mancano alla conclusione.

Bisognerà pianificare la fine. La fine del counselling sarà segnalata dal raggiungimento degli obiettivi desiderati dai clienti. Comunque, bisognerà concedere loro un tempo sufficiente per identificare, esplorare ed esprimere i sentimenti riguardo la fine e la perdita della relazione. I clienti avranno trascorso del tempo in compagnia del counsellor rivelando probabilmente più paure nascoste e speranze che non in altri precedenti momenti della loro vita. Il counsellor li avrà "tenuti" quando hanno espresso sentimenti intensi e sarà stato testimone di quel lato di loro che hanno trovato inaccettabile.

Lo Stadio Finale si concentra tipicamente sull'azione e la chiusura.

I traguardi si sono sviluppati da un nuovo insight ottenuto attraverso il procedimento che vede i clienti messi in discussione. Sono “cosa” il cliente vuole ottenere; in altre parole i risultati reputati importanti per l'adattamento del cliente ai suoi problemi.

Per poter “attecchire”, i traguardi devono essere a portata delle risorse del cliente e specifici e chiari.

Il piano d'azione si basa sui traguardi che il cliente ha scelto. Identifica con precisione come il cliente vuole ottenere i propri risultati.

Si arriva alla fine della relazione di counselling abitualmente quando il cliente raggiunge i traguardi stabiliti. Bisogna considerare quale significato il cliente attribuisce alla fine della relazione di counselling.

1.7.1 Definizione sintetica

Integrato

2. Presentazione del corso

2.1 Titolo del corso

Corso triennale di formazione in Counseling Integrato ad Orientamento Bionomico Autogeno

2.2 Obiettivi

Formare alla professione di Counselor, attraverso una preparazione teorica ad orientamento integrato in modo da fornire strumenti e approcci differenti. Alla formazione teorica è associato un percorso personale di strutturazione dell'auto consapevolezza e l'acquisizione di una competenza per la presa in carico del cliente.

2.3 Metodologia d'insegnamento

Gli incontri didattici si dividono in teorici e pratici. Negli incontri teorici vengono esposti i concetti fondamentali attraverso lezioni frontali e commento di materiale bibliografico. Gli incontri pratici prevedono la suddivisione dei partecipanti in piccoli gruppi di apprendimento che svolgeranno compiti inerenti la tematica trattata, con tecniche diverse: visione e commento di filmati, role playing, drammatizzazioni, analisi di griglie ed elaborati. Possono essere progettati brevi corsi residenziali della durata di tre giorni sulla base delle disponibilità degli allievi.

2.3.1 Percorso personale

La formazione personale mista prevede attività di gruppo mirate all'esplorazione dei propri vissuti relativi alle dinamiche proprie della relazione d'aiuto ed agli atteggiamenti relativi le problematiche socio assistenziali proprie dell'intervento di counseling integrato. Le tecniche utilizzate variano da role-playing a percorsi immaginativi guidati e tecniche di autoesplorazione corporea quali il Training Autogeno. La formazione individuale avviene attraverso incontri di un'ora ciascuno con docenti della scuola (psicoterapeuti o counselor) liberamente scelti dall'allievo: all'interno di tali incontri si analizzano le problematiche individuali che possono ostacolare o appesantire l'adeguato svolgimento dell'attività di counselor con particolare attenzione alle resistenze/difficoltà emerse nel percorso formativo sia verso le abilità richieste, sia verso le tematiche proposte. Tale percorso non è assolutamente da considerare di tipo terapeutico e presso la scuola non è possibile seguire una psicoterapia con i docenti della scuola stessa.

2.4 Struttura del corso

Durata espressa in anni:3

Durata espressa in ore: 685

2.5 Organizzazione didattica

2.5.1 Criteri di ammissione

- a) Diploma di laurea triennale.
- 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.

c) Aver compiuto i 23 anni di età

2.5.2 Modalità di ammissione

a) Massimo allievi iscrivibili: 15

b) Per essere ammessi al corso è necessario: svolgere un colloquio di valutazione con il responsabile didattico

2.5.3 Esami

Al termine del I e II anno di corso lo studente dovrà discutere un breve elaborato su tematiche inerenti l'anno di corso. Al termine del III anno, lo studente discute la tesi per il conseguimento del certificato di Counselor.

2.5.4 Assenze

Lo svolgimento del corso prevede la frequenza dell'intero percorso con un massimo di assenze pari al 20% dei moduli teorici, pena il mancato superamento dell'anno di corso.

2.5.5 Materiale didattico

a) Per ogni insegnamento verrà individuato un testo bibliografico obbligatorio e due testi di consultazione opzionali

b) Il corso prevede l'utilizzo di dispense realizzate dai docenti di ogni insegnamento.

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

3. Programma del corso

3.1 Formazione teorico-pratica

3.1.1 Insegnamenti obbligatori

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Storia del counseling	8	Chiara Tamborini
Fondamenti del counseling	28	Pierluigi Pezzotta / Chiara Tamborini
Comunicazione, scelte e cambiamento	20	Cristiano Medeot
Psicologie:		
Psicologia Generale	8	Elena Veri
Psicologia Sociale	8	Elena Veri
Psicologia dello Sviluppo	8	Matteo Ferri
Psicologia Dinamica	12	Elena Veri
Psicologia dei Gruppi	16	Cristina Morelli
Psicologia Cognitiva	12	Barbara Vercelloni
Altre scienze umane:		
Processi decisionali	8	Cristiano Medeot
Le professioni della relazione di aiuto: confini ed elementi di psicopatologia	12	Paola Caligara
Etica e deontologia	12	Sara Veri
Promozione della professione	8	Michele Palazzetti
Subtotale insegnamenti minimi obbligatori	160	

3.1.2 Insegnamenti complementari (specifici della scuola)

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Diritto	4	Sara Veri
Counseling Rogersiano	20	Elena Maria Russo
Counseling Sistemico	16	Barbara Corsini
Counseling Integrato	44	Pierluigi Pezzotta
Dinamica dei Gruppi	20	Cristina Morelli
Dinamica della Coppia	16	Pierluigi Pezzotta

Counseling Aziendale	8	Cristiano Medeot
Counseling Bionomico Autogeno	28	Pierluigi Pezzotta
Counseling a mediazione corporea	16	Celeste Pellegrini
Counseling Dinamico	12	Pierluigi Pezzotta
Counseling Cognitivo	12	Barbara Vercelloni
Seminari di approfondimento	28	
Subtotale insegnamenti complementari	224	\

3.1.3 Totale formazione teorica nei tre anni

Monte ore totale della formazione teorico-pratica	384	\
---	-----	---

3.2 Formazione esperienziale

3.2.1 Percorso personale (scegliere una sola opzione)

TIPOLOGIA	ORE	TRAINER
Formazione personale mista	79	Caligara/Medeot/Morelli/Pezzotta/Tamborini
Subtotale percorso personale	79	\

3.2.2 Supervisione didattica

TIPOLOGIA	ORE	SUPERVISORE
Supervisione didattica	72	Tamborini/Pezzotta/Rossini
Subtotale supervisione didattica	72	\

3.2.3 Tirocinio (minimo 4 convenzioni)

TIPOLOGIA	ORE	ENTE/I CONVENZIONATO/I	SUPERVISORE/I
Tirocinio Formativo		Villaggio del Fanciullo di Morosolo	Simone Feder
Tirocinio Formativo		Croce Rossa Italiana di Tradate	Rosalina Aliverti
Tirocinio Formativo		Associazione SiCura di Gallarate	Anna Laghi
Tirocinio Formativo		AFAIV Onlus di Arcisate	Alessia Tabacchi
Subtotale tirocinio	150		

3.2.4 Totale formazione esperienziale nei tre anni

Subtotale percorso personale + supervisione + tirocinio	301	\
---	-----	---

3.3 Totale formazione nei tre anni

Somma di tutte le attività	685	\
----------------------------	-----	---

4. Bibliografia del corso

4.1 Materie specifiche

4.1.1 Elementi di Psicologia Generale

- a) Fondamenti di psicologia, Anolli L., Darley J., M., Glucksberg S., Kinchla R. A., Il Mulino
- b) Hilgard's Introduzione alla psicologia, Atkinson R. L., Atkinson R. C., Smith E. E., Bem D. J., e Nolen - Hoeksema S., PICCIN
- c) Enciclopedia di Psicologia, Galimberti U., Garzanti Libri

4.1.2 Elementi di Psicologia Sociale

- a) Manuale di psicologia sociale, Mantovani G., Giunti Editore
- b) Introduzione alla psicologia sociale, Attili G, Edizioni Seam
- c) Psicologia sociale, Palmonari A., Cavazza N., Rubini M., Il Mulino

4.1.3 Elementi di Psicologia dello Sviluppo

- a) Teorie dello sviluppo psicologico, Miller P.H. Il Mulino
- b) Psicopatologia del bambino. Marcelli D., Masson
- c) Dizionario di psicologia dello sviluppo, Bonino S. Einaudi

4.1.4 Elementi di Psicologia Dinamica

- a) Manuale di Psicologia Dinamica, Concato G., AlefBet
- b) Apprendere dall'esperienza, Bion W., Armando editore
- c) Elementi di psicoanalisi, Bion W., Armando Editore

4.1.5 Elementi di Psicologia dei gruppi

- a) Psicologia sociale dei gruppi, Brown R., Il Mulino
- b) Elementi di psicologia dei gruppi, Di Maria F. e Falgares G., McGraw-Hill
- c) La sala degli specchi: comunicazione e psicologia grupppale. Strumenti di lavoro per la comunicazione di gruppi in ambito psicoterapeutico e psicosociale, Lo Iacono A. e Milazzo P., Franco Angeli

4.1.6 Teoria e tecnica della comunicazione

- a) Pragmatica della comunicazione umana, Watzlawick P., Beavin J.H., Jackson D.D., Casa Editrice Astrolabio
- b) Le origini della comunicazione umana, Tomasello M., Raffaello Cortina Editore
- c) Verso un'ecologia della mente, Bateson G., Adelphi

4.1.7 Psicopatologia

- a) Introduzione alla psicopatologia descrittiva, Sims A., Raffaello Cortina Editore

- b) Manuale di Psichiatria e Psicologia Clinica, Invernizzi G., McGraw-Hill
- c) Trattato Italiano di Psichiatria, Cassano G.B., Pancheri P., Pavan L., Masson

4.2 Materie specifiche

4.2.1 Elementi di Counseling

- a) Counselling consapevole. Manuale introduttivo, Sanders P., La Meridiana
- b) Apprendere il counselling, Mucchielli R., Erikson
- c) Il counseling nella relazione d'aiuto, Murgatroyd S., Sovera

4.2.2 Storia del Counseling

- a) Dizionario di counselling, Feltham C., Dryden W., Sovera
- b) Psicologia di comunità, Francescato D., Feltrinelli
- c) Pioneers in counseling & development, Heppner P.P., American Counseling Association

4.2.3 Etica e deontologia professionale

- a) Codice di etica e deontologia professionale per i counselor, C.d.A. della Società Italiana di Counseling
- b) Codice Deontologico degli psicologi italiani, Edizioni Giuffrè
- c) Codice della Privacy

4.2.4 Diritto

- a) Manuale di Diritto Privato, Torrente A., Schlesinger P., Edizioni Giuffrè
- b) Legge 154/06
- c) Costituzione della Repubblica Italiana

4.2.5 Counseling Rogersiano

- a) Counseling centrato sulla persona. Teoria e pratica, Mearns D., Thorne B., Centro Studi Erickson
- b) L'arte d'aiutare, Carkhuff R., Erikson
- c) La terapia centrata sul cliente, Rogers C., Astrolabio

4.2.6 Counseling Sistemico

- a) Counselling sistemico: ascoltare, domandare coevolvere, Piroli S., Ed.Uni Nova
- b) Counseling, dalla teoria all'applicazione, Di Fabio A., Giunti
- c) Il colloquio come strumento psicologico - Ricerca, diagnosi, terapia, Lis A., Venuti P., De Zordo M., Giunti

4.2.7 Counseling Integrato

- a) Integrative counselling skills in action, Culley S., Bond T., SAGE
- b) Il counselling in una prospettiva multimodale, Binetti P., Bruni R., Edizioni Magi
- c) Il counselling nell'infezione da HIV e nell'AIDS, Bellotti G.G., Bellani M.L., Mc Grow Hill

4.2.8 Psicologia cognitiva

- a) Storia, teorie e tecniche della psicoterapia cognitiva, Semerari A., Edizioni Laterza
- b) Terapia cognitiva della depressione, Beck A.T., Bollati Boringhieri
- c) Guida al Counselling, Spagnulo P., ECOMIND

4.2.9 Dinamica dei gruppi

- a) Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo, Yalom I.D., Bollati Boringhieri
- b) Trattamenti in setting di gruppo, Del Corno F. e Lang M., Franco Angeli
- c) Counseling psicodinamico di gruppo, Chiodi A., Franco Angeli

4.2.10 Dinamica della coppia

- a) Pragmatica della comunicazione umana, Watzlawick P., Beavin J.H., Jackson D.D., Casa Editrice Astrolabio
- b) Counselling alla coppia e alla famiglia. Un approccio centrato sulla persona, Charles J. O'Leary, Erickson
- c) La relazione di coppia. Strumenti di valutazione, Santona A., Zavattini G.C., Borla

4.2.11 Counseling Aziendale

- a) "Burn out e Organizzazione", Christina Maslach, Michael P. Leiter (Erickson)
- b) "Coaching: pratiche di ascolto e di cure", eraldo cristiano Cassani (Guerini e Associati)
- c) Slides presentate a lezione

4.2.12 Counseling Bionomico - Autogeno

- a) I.H. Schultz, "Psicoterapia bionomica", Masson, Milano, 2001
- b) I.H. Schultz, "Il Training Autogeno", Feltrinelli, Milano, 1993
- c) Quaderni di psicoterapia ed educazione bionomica e autogena, Ed. Formist, Cagliari, 2013/2014

5. Programmi sintetici

5.1 Materie specifiche

5.1.1 Elementi di Psicologia Generale

Introduzione epistemologica e storica alla Psicologia Generale: Principali orientamenti teorici, Metodi di ricerca in Psicologia - I processi psichici: Percezione e Attenzione, Coscienza, Memoria, Apprendimento, Pensiero, Linguaggio, Emozioni, Motivazione

5.1.2 Elementi di Psicologia Sociale

Profilo storico e teorico - La psicologia sociale, la fondazione ed il consolidamento dei grandi sistemi, il ripensamento critico e le nuove prospettive - Vita quotidiana e conoscenza sociale: linguaggio, cultura, schemi pragmatici di ragionamento, il senso comune, la relazione con l'altro e gli atteggiamenti nel contesto sociale - Gruppi ed interazione sociale; i processi di comunicazione; famiglia, identità e transizioni; le istituzioni giuridiche e politiche

5.1.3 Elementi di Psicologia dello Sviluppo

La teoria degli stadi cognitivi di Piaget - La teoria psicoanalitica di Freud - Bowlby: la teoria dell'attaccamento - Le teorie dell'apprendimento sociale - Mahler: il processo di separazione-individuazione - Il contributo di Winnicott - Il contributo di Melanie Klein - Adolescenza e secondo processo di separazione- individuazione

5.1.4 Elementi di Psicologia Dinamica

Storia della Psicologia Dinamica – Epistemologia - Principali costrutti teorici presenti nelle varie correnti psicoanalitiche - Le teorie relazionali e i loro costrutti teorici - L'influenza dei modelli dei sistemi dinamici non-lineari - Lo sviluppo psicologico del bambino - Concetto di transfert in psicologia dinamica e sue evoluzioni

5.1.5 Elementi di Psicologia dei gruppi

Definizione di gruppo – Tipi di gruppo – La formazione del gruppo - Aspetti strutturali del gruppo: i ruoli, la leadership, le norme, le reti di comunicazione, il clima – I processi e i conflitti intra e inter gruppi

5.1.6 Teoria e tecnica della comunicazione

Introduzione alla comunicazione interpersonale - La comunicazione verbale e non-verbale - L'approccio matematico e semiotico - La comunicazione pragmatica - Gli assiomi della comunicazione pragmatica - L'ascolto attivo - Le competenze comunicative - Gli stili di comunicazione - La comunicazione patologica - Origini del linguaggio - La comunicazione cooperativa

5.1.7 Psicopatologia

Introduzione alla psicopatologia - Il DSM-IV-TR - I disturbi della coscienza - I disturbi dell'attenzione - I disturbi della memoria - I disturbi della percezione - I disturbi del pensiero - - La schizofrenia - I disturbi d'ansia - I disturbi dell'umore - I disturbi di personalità - I disturbi del sonno - I disturbi dell'alimentazione - I disturbi psicosomatici

5.2 Materie specifiche

5.2.1 Elementi di counseling

La relazione d'aiuto - Forme d'aiuto - Il processo di facilitazione - Strategie di facilitazione - Le basi dell'aiuto: calore, empatia, autenticità, concretezza

5.2.2 Storia del counseling

Counseling e psicoterapia - Le origini negli USA - Movimenti orientati alla cura della salute olistica - La salute mentale di comunità - La promozione della salute negli anni '80 - Il counseling in Italia - Contesti di counseling

5.2.3 Etica e deontologia professionale

Brevi cenni sul counseling - Epistemologia: l'etica e la deontologia – Normativa deontologica per il counseling – Il Codice Deontologico – I principi fondamentali deontologici – Riservatezza – Il segreto professionale – La privacy

5.2.4 Diritto

Epistemologia - Il diritto – Mediazione, counseling e legge 154/06

5.2.5 Counseling Rogersiano

Crescita e autodeterminazione - La fiducia nell'uomo – Autenticità - Accettazione incondizionata – Empatia - L'organismo - Il campo fenomenologico - Il processo del Sè

5.2.6 Counseling Sistemico

La teoria dei sistemi - Il counseling sistemico come intervento di sviluppo - Le mappe per il colloquio sistemico - Le tecniche del counseling sistemico - Il colloquio sistemico con l'individuo - Il colloquio sistemico con la coppia - Il colloquio sistemico con la famiglia - Esercitazioni

5.2.7 Counseling Integrato

Il counseling: definizione, caratteristiche, obiettivi, strategie – Informative counseling – Problem solving counseling – Decision-making counseling – Crisis counseling – Il modello integrato

5.2.8 Psicologia cognitiva

Concetti di Base - Teoria della Personalità - Fondamenti storici e filosofici delle terapie cognitive: Beck, Ellis ed il modello ABC - Il Costruttivismo- Cenni di Counseling ad orientamento Cognitivo-Comportamentale

5.2.9 Dinamica dei gruppi

I fattori terapeutici della terapia di gruppo – I compiti fondamentali del conduttore – Il counseling di gruppo

5.2.10 Dinamica della coppia

Sviluppo storico della terapia familiare - Modelli teorici della famiglia: l'approccio psicoanalitico e l'approccio sistemico - Ruoli e funzioni nella famiglia - Ciclo della vita familiare - Le crisi e i lutti nella famiglia - La sessualità nella famiglia e la coppia- Modelli di costituzione delle coppie - L'innamoramento - Revisione di alcuni concetti della teoria psicoanalitica relativi all'approccio familiare: narcisismo, identificazioni, super-io, ideale dell'io, ripetizione, istinto di morte.

5.2.11 Counseling Aziendale

Motivazioni individuali al lavoro - Benessere lavorativo, stress e burn-out; mobbing - Comunicazione in azienda - Clima aziendale; Psicologia delle Organizzazioni; conflitti organizzativi

5.2.12 Counseling Bionomico - Autogeno

Teoria e tecnica del Training Autogeno ; il "noi" terapeutico nel contesto di counselling; la concezione bionomica di Schultz: le 8 leggi; la calma come strategia di problem solving; concentrazione passiva e ascolto ego sintonico.

5. Programmi sintetici

5.1 Materie specifiche

5.1.1 Elementi di Psicologia Generale

Introduzione epistemologica e storica alla Psicologia Generale: Principali orientamenti teorici, Metodi di ricerca in Psicologia - I processi psichici: Percezione e Attenzione, Coscienza, Memoria, Apprendimento, Pensiero, Linguaggio, Emozioni, Motivazione

5.1.2 Elementi di Psicologia Sociale

Profilo storico e teorico - La psicologia sociale, la fondazione ed il consolidamento dei grandi sistemi, il ripensamento critico e le nuove prospettive - Vita quotidiana e conoscenza sociale: linguaggio, cultura, schemi pragmatici di ragionamento, il senso comune, la relazione con l'altro e gli atteggiamenti nel contesto sociale - Gruppi ed interazione sociale; i processi di comunicazione; famiglia, identità e transizioni; le istituzioni giuridiche e politiche

5.1.3 Elementi di Psicologia dello Sviluppo

La teoria degli stadi cognitivi di Piaget - La teoria psicoanalitica di Freud - Bowlby: la teoria dell'attaccamento - Le teorie dell'apprendimento sociale - Mahler: il processo di separazione-individuazione - Il contributo di Winnicott - Il contributo di Melanie Klein - Adolescenza e secondo processo di separazione- individuazione

5.1.4 Elementi di Psicologia Dinamica

Storia della Psicologia Dinamica – Epistemologia - Principali costrutti teorici presenti nelle varie correnti psicoanalitiche - Le teorie relazionali e i loro costrutti teorici - L'influenza dei modelli dei sistemi dinamici non-lineari - Lo sviluppo psicologico del bambino - Concetto di transfert in psicologia dinamica e sue evoluzioni

5.1.5 Elementi di Psicologia dei gruppi

Definizione di gruppo – Tipi di gruppo – La formazione del gruppo - Aspetti strutturali del gruppo: i ruoli, la leadership, le norme, le reti di comunicazione, il clima – I processi e i conflitti intra e inter gruppi

5.1.6 Comunicazione, scelte e cambiamento

Introduzione alla comunicazione interpersonale - La comunicazione verbale e non-verbale - L'approccio matematico e semiotico - La comunicazione pragmatica - Gli assiomi della comunicazione pragmatica - L'ascolto attivo - Le competenze comunicative - Gli stili di comunicazione - La comunicazione patologica - Origini del linguaggio - La comunicazione cooperativa

5.1.7 Psicopatologia

Introduzione alla psicopatologia - Il DSM-IV-TR - I disturbi della coscienza - I disturbi dell'attenzione - I disturbi della memoria - I disturbi della percezione - I disturbi del pensiero - - La schizofrenia - I disturbi d'ansia - I disturbi dell'umore - I disturbi di personalità - I disturbi del sonno - I disturbi dell'alimentazione - I disturbi psicosomatici

5.1.8 Psicologia cognitiva

Concetti di Base - Teoria della Personalità - Fondamenti storici e filosofici delle terapie cognitive: Beck, Ellis ed il modello ABC - Il Costruttivismo- Cenni di Counseling ad orientamento Cognitivo-Comportamentale

5.1.9 Promozione della Professione

Concetti base di promozione della professione – elementi di comunicazione ed elementi di marketing per la professione

5.2 Materie specifiche

5.2.1 Elementi di counseling

La relazione d'aiuto - Forme d'aiuto - Il processo di facilitazione - Strategie di facilitazione - Le basi dell'aiuto: calore, empatia, autenticità, concretezza

5.2.2 Storia del counseling

Counseling e psicoterapia - Le origini negli USA - Movimenti orientati alla cura della salute olistica - La salute mentale di comunità - La promozione della salute negli anni '80 - Il counseling in Italia - Contesti di counseling

5.2.3 Etica e deontologia professionale

Brevi cenni sul counseling - Epistemologia: l'etica e la deontologia – Normativa deontologica per il counseling – Il Codice Deontologico – I principi fondamentali deontologici – Riservatezza – Il segreto professionale – La privacy

5.2.4 Diritto

Epistemologia - Il diritto – Mediazione, counseling e legge 154/06

5.2.5 Counseling Rogersiano

Crescita e autodeterminazione - La fiducia nell'uomo – Autenticità - Accettazione incondizionata – Empatia - L'organismo - Il campo fenomenologico - Il processo del Sè

5.2.6 Counseling Sistemico

La teoria dei sistemi - Il counseling sistemico come intervento di sviluppo - Le mappe per il colloquio sistemico - Le tecniche del counseling sistemico - Il colloquio sistemico con l'individuo - Il colloquio sistemico con la coppia - Il colloquio sistemico con la famiglia - Esercitazioni

5.2.7 Counseling Integrato

Il counseling: definizione, caratteristiche, obiettivi, strategie – Informative counseling – Problem solving counseling – Decision-making counseling – Crisis counseling – Il modello integrato

5.2.8 Dinamica dei gruppi

I fattori terapeutici della terapia di gruppo – I compiti fondamentali del conduttore – Il counseling di gruppo

5.2.9 Dinamica della coppia

Sviluppo storico della terapia familiare - Modelli teorici della famiglia: l'approccio psicoanalitico e l'approccio sistemico - Ruoli e funzioni nella famiglia - Ciclo della vita familiare - Le crisi e i lutti nella famiglia - La sessualità nella famiglia e la coppia- Modelli di costituzione delle coppie - L'innamoramento - Revisione di alcuni concetti della teoria psicoanalitica relativi all'approccio familiare: narcisismo, identificazioni, super-io, ideale dell'io, ripetizione, istinto di morte.

5.2.10 Counseling Aziendale

Motivazioni individuali al lavoro - Benessere lavorativo, stress e burn-out; mobbing - Comunicazione in azienda - Clima aziendale; Psicologia delle Organizzazioni; conflitti organizzativi

5.2.11 Counseling Bionomico - Autogeno

Teoria e tecnica del Training Autogeno ; il "noi" terapeutico nel contesto di counselling; la concezione bionomica di Schultz: le 8 leggi; la calma come strategia di problem solving; concentrazione passiva e ascolto ego sintonico.