

# 1. Presentazione della struttura

## 1.1 Denominazione dell'ente che eroga il corso

Professional Counseling School, Via della Condotta, 12 50123 Firenze, CF: 94268670489 telefono 335420102  
[professionalcounselingschool@gmail.com](mailto:professionalcounselingschool@gmail.com), [www.professionalcounselingschool.it](http://www.professionalcounselingschool.it)

## 1.2 Rappresentante legale

Roberta Barsotti

## 1.3 Responsabile didattico

Francesca De Santi

## 1.4 Responsabile della segreteria (primo contatto con gli allievi)

Beatrice Vasetti

## 1.5 Corpo docente

### 1.5.1 Roberta Barsotti

**Roberta Barsotti** Laureata in Psicologia Clinica presso l'Università di Roma e in Pedagogia presso l'Università di Firenze. Specializzanta in Psicoterapia presso la scuola Erich Fromm di Prato ad orientamento psicoanalitico interpersonale umanistico. Iscritta all'Ordine degli Psicologi della Toscana Numero 7368. Counselor Supervisor iscritta all'associazione AssoCounseling numero REG-A0055-2009. Da oltre 15 anni mi occupo di formazione in Counseling e di supervisione a Counselor professionisti.

Specializzata in EMDR (desensibilizzazione e rielaborazione attraverso i movimenti oculari) e Socio della società italiana di EMDR, con la formazione di I e II Livello.

### 1.5.2 Francesca De Santi

**Francesca De Santi**, laureata in Pedagogia, Professional Counselor e Counselor Trainer/Supervisor, iscritta ad AssoCounseling dal 2009 (numero iscrizione A0133), Formatrice, "Esperto in scrittura autobiografica", conseguito presso la Libera Università Dell'Autobiografia di Anghiari. Consulente Autobiografico, sempre presso la Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari.

Dal 2009: colloqui privati, finalizzati al benessere e al potenziamento delle risorse personali e alla docenza presso le scuole di Counseling; conduzione di gruppi, di *laboratori di scrittura* e di *counseling e scrittura di sé*, volti alla crescita e al benessere della persona, anche in contesti residenziali, attraverso la scrittura e in particolare la scrittura di sé.

### 1.5.3 Beatrice Vasetti

**Beatrice Vasetti** Professional Counselor, iscritta ad AssoCounseling dal 2010 (numero iscrizione n.A0303), con specializzazione in "Counseling di coppia" e "Esperto nella conduzione dei gruppi".

Dal 1982 lavora presso un importante Istituto di Credito Fiorentino, con incarichi direzionali e di coordinamento del personale.

A tutt'oggi svolge attività come Counselor in forma privata. Docente dal 2012 c/o le scuole di counseling.

Collabora al progetto "Punto di ascolto" della sigla sindacale UILCA, attraverso la quale vengono periodicamente organizzati laboratori esperienziali per tutti gli iscritti.

#### **1.5.4 Susan Gagliano**

**Susan Gagliano** Laureata in Inglese a Boston College, MA (USA). Professional Advanced Counselor, iscritta ad AssoCounseling dal 2009 con il numero A0042 Formatrice, docente.

Formatrice di insegnanti europei di ogni grado e ordine di scuola nell'ambito del progetto EU "Erasmus +" e per il Comune di Firenze per il progetto "Le Chiavi della Città". Docente madrelingua di inglese. Libera professionista con clienti individuali e gruppi sulla genitorialità dal 2009. Dal 2015 formatrice di insegnanti italiani ed europei in corsi da lei creati sulla motivazione, la comunicazione, la relazione come base per l'apprendimento, la creatività e l'intelligenza emotiva e sociale.

#### **1.5.5 Antonio De Santi**

**Antonio De Santi** Quinquennio filosofico teologico presso lo Studio Teologico Fiorentino con Baccalaureato in Teologia, Dottorato in Teologia. Corso professionale triennale di Grafologia. Docente presso ISSR di Firenze e Liceo Artistico di Firenze.

#### **1.5.6 Maurizio Faggi**

**Maurizio Faggi** Laureato in Storia dell'arte contemporanea e laurea specialistica in Scienze Etnoantropologiche, Professional Counselor iscritto ad AssoCounseling con numero A1040, Maestro d'arte applicata, Docente di lingua e cultura italiana per stranieri.

#### **1.5.7 Ilaria Marina Pacini**

**Ilaria Marina Pacini**, laurea magistrale in Scienze Politiche, Professional Counselor iscritta ad AssoCounseling con numero A1056. Svolge la libera professione con singoli, coppie e gruppi. *"Esperto in scrittura autobiografica"*, conseguito presso la Libera Università Dell'Autobiografia di Anghiari. *Consulente Autobiografico* presso la Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari. Conduce laboratori di counseling con metodologia autobiografica.

#### **1.5.8 Claudia Casula**

**Claudia Casula**, laurea in Medicina e Chirurgia presso l'università di Firenze e specializzazione in Medicina di Emergenza-Urgenza. È docente in corsi di formazione per operatori e volontari del settore socio-sanitario.

Ha al suo attivo esperienze di volontariato in Bolivia presso "Escuela de Enfermeria". Attualmente lavora presso il Pronto Soccorso dell'ospedale di Empoli.

#### **1.5.9 Barbara Livolsi**

**Barbara Livolsi**, laurea in lingue e letterature straniere moderne-lingue e letteratura tedesca. Legale rappresentante dell'associazione Europass, scuola di lingue per stranieri e docente presso la stessa. Facilitatore nei gruppi di auto

mutuo aiuto presso associazione ALPA (liberi dal panico e dall'ansia). Insegnante di yoga e meditazione. Professional Counselor iscritta ad AssoCounseling (REG.A 1100-2013).

## **1.6 Presentazione**

Roberta Barsotti, Francesca De Santi, Beatrice Vasetti, con pratica decennale nella professione e nella formazione di counselor, hanno fondato a Firenze nel 2017 la **Professional Counseling School** con l'intento di creare una scuola di Counseling fatta integralmente da Counselor.

## **1.7 Orientamento teorico**

Lo scopo primario della **Professional Counseling School** è la promozione della "cultura del counseling", come professione e nelle professioni come pratica trasversale, come mezzo di crescita personale.

L'intento è quello di formare professionisti che, sperimentando in prima persona un percorso di consapevolezza e di crescita personale, siano in grado di accompagnare un altro essere umano sano e responsabile di sé nel suo proprio percorso di scelta o cambiamento, in accordo col proprio potenziale evolutivo, orientandolo alla piena consapevolezza delle proprie risorse e punti di forza.

L'obiettivo della Scuola è formare dei counselor che siano in grado di migliorare il benessere e la qualità di vita del cliente attraverso il potenziamento delle proprie risorse personali attraverso una formazione che integri gli aspetti della teoria del counseling con la filosofia e l'antropologia.

### **L'approccio centrato sulla persona**

I modelli umanistici nascono in contrapposizione al pessimismo antropologico della psicoanalisi freudiana, e sono considerati la 'terza forza' accanto a psicoanalisi e comportamentismo. Uno dei maggiori fautori dell'approccio umanistico è Rogers (1961), che ha sviluppato l'approccio denominato "terapia centrata sulla persona", che si basa sul presupposto che è il cliente stesso a determinare quali sono le questioni più importanti e a risolvere i suoi problemi. La persona è considerata in modo positivo, l'idea di base è che tutti stanno combattendo per raggiungere la propria autorealizzazione, che è considerata la spinta dominante e motivante dell'esistenza e determina le azioni che influenzano la persona nella sua totalità (Bishop & Dahir, 2006). Le caratteristiche essenziali del counselor sono l'accettazione incondizionata, l'autenticità e l'empatia, che sono considerate le condizioni di base nelle relazioni d'aiuto e nel processo di counseling. L'attenzione è posta principalmente sugli affetti, con lo scopo di aiutare il cliente a diventare più disponibile verso le esperienze della vita (Meier & Davis, 1993). Il presupposto di partenza è che l'organismo tende a crescere, maturare ed attualizzarsi e il comportamento umano è strettamente correlato alla percezione che l'individuo ha del mondo, attraverso due strutture fondamentali che sono il Sé, che riguarda le esperienze che il soggetto attribuisce direttamente a se stesso, e il mondo oggettivo, che riguarda le esperienze della persona rispetto al campo con cui si percepisce in relazione.

In principio Rogers definì il suo approccio *Terapia non-direttiva* per il ruolo di incoraggiamento e di ascolto svolto dal counselor; più tardi adottò il termine approccio *centrato-sul cliente* per la responsabile totale data ai clienti rispetto alla loro crescita; infine passò ad approccio *centrato-sulla persona*, nell'ottica di un'ulteriore umanizzazione del processo di counseling (Thompson & Rudolph, 2000: 143).

*L'approccio centrato sulla persona* sostiene che ogni persona è in grado di trovare il proprio senso e scopo nella vita. L'autoconsapevolezza aiuta la persona a differenziare se stessa dagli altri, tuttavia ha comunque bisogno di sperimentare nella sua vita accettazione/considerazione positiva per favorire l'emergere del sé. La considerazione

positiva comprende l'amore, il calore, la cura, il rispetto e l'accettazione (Bishop & Dahir, 2006). Partendo dal presupposto che il cliente è il centro del processo di aiuto, Rogers sottolinea l'importanza di aiutare le persone ad apprendere come affrontare le situazioni riconoscendo e utilizzando le proprie risorse. Il counseling, quindi, persegue l'obiettivo di aiutare i clienti a crescere e autorealizzarsi, promuovendo una più realistica percezione di sé, l'accettazione di sé e degli altri, la fiducia, una maggiore capacità di adattamento e integrazione (Rogers, 1961). Inoltre, il cliente impara ad affrontare e gestire le diverse situazioni della vita: nel momento in cui comincia a liberarsi dai meccanismi di difesa e dalle esperienze passate, comincerà ad approcciare il counseling con maggiore apertura all'auto-esplorazione e all'auto-consapevolezza. Il *counseling centrato sulla persona* sostiene il cliente ad imparare a prendere decisioni in modo più maturo, sicuro e consapevole aiutandolo ad acquisire un più realistico senso del sé, ad adattarsi alle situazioni senza soccombere e ad essere meno condizionato e stressato dalle situazioni quotidiane.

### *Concezione della personalità*

Rogers considera l'individuo come un essere razionale, socializzato, realistico e in continua evoluzione, specificando che le emozioni negative e anti-sociali sono solamente il risultato di impulsi di base frustrati, idea questa che deriva dalla gerarchia dei bisogni di Maslow. Secondo Rogers, le persone hanno la capacità di riconoscere i loro disagi/problemi e di attivarsi per risolverli e, poiché sono in grado di controllare e regolare il loro comportamento, la relazione di counseling è solo un mezzo per individuare le risorse personali e sviluppare il potenziale umano. Riassumendo, il counselor ad approccio rogersiano crede che le persone abbiano tutte uguale valore e dignità e quindi meritano rispetto, hanno la capacità di auto-regolarsi e di dare giudizi sensati (quando ne hanno l'opportunità), sono in grado di individuare i propri valori, possono imparare ad essere responsabili in maniera costruttiva, hanno la capacità di trattare/gestire le proprie emozioni-pensieri-comportamenti, hanno a disposizione potenzialità per un cambiamento costruttivo e lo sviluppo personale in direzione di una vita piena e soddisfacente (auto-attualizzazione) (Thompson & Rudolph, 2000).

Secondo la concezione di Rogers della natura umana, se il counselor è in grado di creare un clima confortevole, di non giudizio e accettazione, il cliente saprà fidarsi abbastanza da esprimere le sue idee sulla vita e i problemi che incontra, sentendosi libero di esplorare le sue emozioni, pensieri e comportamenti relativi alla sua crescita personale, al suo sviluppo e adattamento, con conseguente miglioramento di tutti questi aspetti. Il counselor, infatti, parte dal presupposto che le persone hanno la capacità di gestire in modo efficace tutti gli aspetti della loro vita che giungono alla consapevolezza (Rogers, 1951).

### *Ruolo del counselor*

Il counselor, in quanto persona, assume un'importanza vitale nell'approccio rogersiano e deve possedere caratteristiche fondamentali come apertura, comprensione empatica, indipendenza, spontaneità, accettazione, mutuo rispetto e intimità. Probabilmente, l'arma vincente con i clienti è proprio l'attitudine del counselor, che si traduce in congruenza (genuinità), considerazione positiva incondizionata (rispetto) e empatia. Essere congruenti significa che il counselor può mantenere la sua identità e può trasmetterla al cliente, in altre parole non interpreta un ruolo artificiale. Secondo Rogers, si tratta di essere innanzitutto coscienti, per quanto possibile, della propria personalità e dei propri sentimenti per manifestarli al cliente e viverli genuinamente anche in sua presenza. Nonostante sia impossibile raggiungere perfettamente un tale livello di autenticità, più il counselor è in grado di ascoltare con accettazione la sua interiorità e di trasmettere senza paura la complessità dei suoi sentimenti, maggiore è il grado della sua congruenza (Rogers, 1970).

Mearns e Thorne (1999) definiscono la congruenza come un atteggiamento del counselor per cui il suo modo di rispondere al cliente corrisponde, in modo sistematico, ai sentimenti e alle sensazioni che prova nei confronti del

cliente stesso. La congruenza del counselor apporta benefici, poiché aiuta a sviluppare la fiducia nella relazione, facilitando un flusso positivo di energie; permette di utilizzare al meglio la dimensione non verbale della comunicazione e la rende più chiara e comprensibile, nella misura in cui il tono della voce, la gestualità, lo sguardo sono usati in modo significativo e consistente. Inoltre, il fatto che il counselor dimostri di conoscere ed apprezzare i propri sentimenti fornisce un modello anche per il cliente stesso, che accetterà più facilmente i suoi, imparando anche ad esprimerli in modo diretto e onesto nelle sue altre relazioni sociali.

La *considerazione positiva incondizionata* implica la totale accettazione dal parte del counselor nei confronti del cliente in quanto persona in possesso delle potenzialità per realizzarsi al meglio, degna di valore, dignità e in grado di dirigere le sessioni di counseling secondo la sua unicità. Perché il percorso abbia successo, egli deve sentirsi libero di mostrarsi in un'atmosfera di completa accettazione (Thompson & Rudolph, 2000). La finalità di questo atteggiamento è la facilitazione della comunicazione spontanea e naturale da parte del cliente, messo nella condizione di sentirsi compreso, accettato e a proprio agio. La *considerazione positiva incondizionata* è vista come "un atteggiamento interiore del consulente, in forza del quale egli considera il cliente come una persona accettabile e come un oggetto di affetto e di amore". Lo stesso Rogers (1970) sottolinea che si tratta di un impegno affettivo e positivo, di un amore non possessivo, che permette di accettare con calore ogni aspetto del vissuto del cliente.

Il counselor, in questa situazione, si pone in un atteggiamento d'ascolto, mettendosi completamente al servizio dell'altra persona, cercando di comprenderlo a fondo ed evitando che i suoi paradigmi interferiscano nella relazione. Ai fini dell'accettazione non è importante il contenuto verbale della comunicazione, ma i sentimenti che trapelano durante il colloquio. L'accettazione non va comunque confusa con l'approvazione e l'accondiscendenza, bensì implica considerare la persona prima di tutto un essere umano alla ricerca del suo *modo di essere* (Danon, 2000). In questo modo, il cliente ha la possibilità di esplorare nuove dimensioni più profonde della propria interiorità, riacquistando fiducia in se stesso a partire dagli elementi positivi che derivano dal fatto di sentirsi apprezzato come persona (Simeone, 2002).

L'empatia è l'attitudine che sta alla base del processo di counseling (Thompson & Rudolph, 2000). Secondo la prospettiva di Rogers, l'empatia consiste nel percepire correttamente lo schema interpretativo dell'utente, rilevare e comprendere il suo mondo soggettivo, sentire i suoi sentimenti come se fossero propri, ma tenendoli distinti. Avere un atteggiamento empatico con un'altra persona "significa vivere temporaneamente nella vita di un altro muovendocisi delicatamente, senza emettere giudizi [...]. Significa comprendere l'altro nella sua lingua, pensare con le sue parole, scoprire il suo universo soggettivo, [...] per rendere capace una persona di avvicinarsi a se stessa, di imparare, di modificarsi e di evolvere" (Rogers, 1970: 92-93). La definizione più completa di comprensione empatica sembra essere la seguente: "Sentire il mondo personale dell'altro *come se fosse il nostro*, senza mai perdere la qualità del *come se* [...], sentire l'ira, la paura, il turbamento del cliente come se fossero nostri, senza però aggiungervi la nostra ira, la nostra paura, il nostro turbamento" (Rogers, 1970: 92-93).

Per riuscire a mostrare empatia è quindi anzitutto necessario avere una percezione esatta e consapevole dei propri spazi e confini, che derivano dalla precedente accettazione del sé, attivando successivamente una modalità d'ascolto attento, che permette di cogliere e verbalizzare l'esperienza espressa dall'utente nel corso dell'interazione.

In generale, il counselor *centrato-sulla persona* si astiene dal dare consigli o soluzioni, diagnosi, interpretazioni e giudizi, poiché ostacolerebbero pesantemente l'obiettivo di insegnare al cliente come aver cura di sé e implicherebbe che il counselor conosce e comprende il cliente meglio di quanto sappia fare il cliente stesso, presupposto questo totalmente estraneo al punto di vista di Rogers (Thompson & Rudolph, 2000).

Il counseling centrato sulla persona ha a che fare principalmente con l'organizzazione e la funzione del Sé. Il counselor una sorta di 'specchio' oggettivo che riflette il mondo interiore del cliente con calore, accettazione e fiducia.

Questo rispecchiamento permette alla persona di discriminare i suoi pensieri e sentimenti e di iniziare ad esplorarne gli effetti sul comportamento, riuscendo così a vivere in maniera più integrata (Thompson & Rudolph, 2000: 143).

*L'accettazione positiva incondizionata e l'empatia* vanno raggiunte almeno ad un livello sufficiente. Se queste condizioni si verificano e si mantengono per un certo periodo di tempo, non sono necessarie ulteriori elementi per il successo del processo di costruttivo cambiamento personale di cui il cliente ha bisogno.

### **Approccio filosofico al counseling**

La filosofia è da sempre una pratica, poiché si caratterizza come una prassi, un fare, uno specifico modo di agire che si riconosce come filosofico. Fare filosofia significa cercare le possibili ragioni del nostro stare al mondo, significa assumere una determinata condotta nel tentativo di attribuire senso alla vita per favorirne la sua più piena realizzazione: in questo senso "la filosofia è la ripresa della vita nel pensiero" (Brentari et al., 2006).

Fare filosofia in modo esplicito o implicito fa parte delle esigenze irrinunciabili dell'uomo in quanto tale, perché la mente possa progredire verso l'intero bene della persona. La filosofia ha sempre proposto una visione di mondo e, poiché l'uomo è relazione, non può comprendere sé stesso senza comprendere il mondo, solamente all'interno di una visione/proposta di mondo sarà in grado di trovare la propria strada e orientare il suo cammino. A questo proposito il '900, soprattutto a cavallo fra le due guerre mondiali, ci ha regalato una profonda ed originale riflessione sul rapporto fra l'Io e il Tu, fra l'Io e l'Esso (Buber, Ebner, Frankl, Levinas, Guardini).

La filosofia, inoltre, è da sempre pedagogica dal momento che le regole per apprendere sono intimamente legate dalla verità di ciò che viene appreso: le scuole ellenistiche, in particolare, hanno insistito sul fatto che apprendere una dottrina significava assumere una condotta, poiché era impensabile adottare uno stile di vita senza adottare una dottrina.

La filosofia, intesa come impegno per la verità, intesa come accordo tra le costruzioni soggettive e la realtà aiuta la mente a liberarsi dai suoi mascheramenti e dall'autoinganno, dalle cosiddette finzioni dell'Io o "falsi sé" e favorisce quel lavoro su di sé necessario per trovare la propria direzione di senso e postura nei confronti del mondo. Da questa prospettiva si comprende come la filosofia possa essere vista come *terapia dell'anima*, dove il verbo greco *terapeuein* sta ad indicare l'azione di 'mettersi al servizio di'. I 'terapeuti', come spiega Filone di Alessandria nel *De vita contemplativa* (Brentari et al., 2006) erano uomini raccolti in comunità lontane dalla città, che si dedicavano alla cura della loro anima, cioè alla cura di sé stessi, attraverso la contemplazione della verità. Se filosofare è mettersi al servizio della verità in sé, una verità che quindi riguarda anche l'uomo, la filosofia può essere considerata come una via per liberarsi dal dolore e per affrontare le difficoltà della vita, poiché esiste un male di vivere che non ha niente a che fare con le psicopatologie e che affligge in qualche modo tutti gli uomini, impedendo di accedere alla verità sul mondo e su di sé.

La filosofia, quindi, tramanda un'arte del vivere, promuove pratiche di cura e, infine, fornisce una 'terapia' tesa al ben-essere e al ben-vivere, che promuove nella persona una maggiore apertura alla saggezza, intesa come autoconsapevolezza e autoresponsabilizzazione (Dipalo, 2006).

Essendo un modo di vivere (Baracchi, 2006), la via filosofica (che si traduce in vita filosofica) conferisce molta importanza alle pratiche e richiede un forte legame fra teoria e prassi, che si traduce nell'incitamento a cambiare la propria vita. Vivere seguendo la via filosofica significa vivere secondo il bene, nel tentativo di raggiungere la più piena realizzazione di sé coltivando ogni aspetto del proprio essere: razionale, intellettuale, pratico, emotivo, fisico, spirituale. In questo senso, la pratica filosofica comporta la coltivazione di sé.

Ma cosa significa cura di sé? Partendo da una prospettiva non dualistica, aver cura di sé significa aver cura dell'anima nella sua interezza, senza separazione tra anima e corpo, che si traduce in cura del corpo e del comportamento. Il senso della pratica filosofica può essere definito, quindi, in base all'esperienza del sé di cui prendersi cura, in base al modo di intenderlo, che può essere ad esempio come unità psicocorporea, oppure psichica scissa dalla corporeità o ancora ridotta a razionalità. L'aver cura di sé chiama in campo anche il problema della scelta e di come scegliere, poiché chi ha appreso a scegliere (cioè a vivere) bene, in maniera responsabile, ponderata e senza fretta, sarà in grado di percorrere il suo cammino e di affrontare transizioni e cambiamenti con abilità. Nicola Abbagnano, ne *L'Introduzione all'esistenzialismo*, descrive quale sia secondo lui, l'oggetto del filosofare: "I problemi della filosofia concernono veramente l'essere dell'uomo; e non già dell'uomo in generale, ma del singolo uomo, nella concretezza del suo esistere, e sono appelli o richiami a lui rivolti perché venga in chiaro con se stesso, assuma le sue responsabilità e prenda le sue decisioni"(1965)

Ma aver cura di sé implica anche l'andare alla scoperta di sé, cercando di rileggere la trama della propria esistenza attribuendone nuovi significati (Mesirca, 2006).

La filosofia, come il counseling, si rivolge alla componente 'sana' delle persone. Questo non significa che si rivolge 'solo alle persone sane', ma alla dimensione sana/normale delle persone che, come la dimensione del disagio/disturbo psichico, è presente in ognuno. Alla base c'è, quindi, la convinzione che esiste una 'malattia' dei sani che permea ogni aspetto dell'esistenza, e la filosofia vuole essere la risposta al dolore e alla sofferenza che sono presenti nella vita di tutti. Ma fermarsi a questo livello non è sufficiente, poiché si rimane ancora dispersi quando, nonostante affrontati dolori e sofferenze, la vita risulta essere priva di senso e direzione. Per questo è significativo raggiungere una forma consapevole di vita. In questa ricerca consapevole, si tratta di far fronte/rispondere/affrontare le normali inquietudini dell'esistenza, come ad esempio le difficoltà a vivere i cambiamenti identitari (nascite, adolescenza, relazioni tra i sessi, lavoro, vecchiaia, malattia, morte) che si traducono in sentimenti di incapacità a gestire la trasformazione, dando voce alla richiesta di sostegno/cura e legittimandola. Non si tratta, quindi, di guarire da qualche patologia, ma di imparare a condurre la propria vita come investigazione di sé e ricerca di senso, educandosi all'ascolto di sé e dell'altro, ad una pratica della vita e ad una presa di posizione di fronte al mondo. Si apre una visione dell'uomo ottimistica e dinamica, (molto lontana da una visione *comportamentista* del comportamento individuale, visto come una indistruttibile catena di cause-effetti, determinato esclusivamente dall'ambiente) secondo la quale è proprio la *possibilità di scegliere* che va a interferire in modo attivo in quella catena di causa ed effetto. *L'assunzione di responsabilità dell'individuo*, anziché generargli angoscia, diventa la forza propulsiva delle sue potenzialità e della sua capacità di essere e di agire autonomamente.

## **Storia dell'arte esperenziale**

### **Antropologia culturale esperenziale**

Definizione di Umanesimo: corrente di pensiero tesa all'esaltazione del valore e della dignità dell'uomo.

Che la storia dell'arte sia una materia che rientri nel campo dell'umanesimo è ampiamente riconosciuto, così come l'antropologia che -lo dice il nome- tratta lo "studio dell'uomo". Evidentemente anche il counseling si muove in questo territorio ricco e ricettivo e può trarre beneficio da tutte quelle discipline che mettono l'uomo e il suo operato al centro della speculazione intellettuale, emotiva, pratica. È in questa prospettiva che abbiamo pensato di utilizzare la Storia dell'arte e l'Antropologia per arricchire il percorso formativo dei futuri counselor.

Parlare di storia dell'arte significa parlare di passioni, sentimenti, emozioni, creatività, coraggio, idee. Gli spunti di riflessione sull'uomo e sulla sua condizione esistenziale sono praticamente infiniti e questo non può che arricchire di strumenti utili i futuri counselor che proprio su questi aspetti andranno a operare. Ma vorremmo usare la storia dell'arte anche per una finalità più pratica e operativa. Come?

Nel counseling uno degli aspetti più importanti -e spesso dimenticati- è il concetto di contenimento, di limite. Il setting, il tempo dell'incontro, il numero dei colloqui, l'obiettivo del cliente, il non giudizio, il non consiglio, la non interpretazione sono tutti dei contenimenti, dei limiti, dei recinti entro il quale i counselor si devono mantenere ed entro i quali devono imparare ad agire ed ad esprimersi. Per gli aspiranti counselor sembra impossibile potersi muovere dentro quelle che percepiscono come limitazioni che impediscono l'azione: ma non è vero, basta considerare il limite una risorsa.

Anche l'arte -azione creativa per eccellenza- da sempre ha dovuto confrontarsi col limite per esprimersi: lo stile, i supporti, i materiali, la committenza, i costi, il tempo, le dimensioni, tutti contenimenti che non hanno impedito a generazioni di artisti di esprimersi nei modi più diversi e belli. Per questo le lezioni di Storia dell'arte esperenziale vogliono essere in primis una lezione umanistica su un'opera, un artista, un argomento, per poi evidenziare quali sono stati i confini alla creazione e come sono stati superati. Questo introduce ad una parte esperenziale dove gli allievi dato un determinato limite (un materiale, una regola di misure, una committenza etc.) dovranno mettersi in gioco per realizzare una creazione originale e espressiva all'interno del contenimento dato come presupposto. Si cerca così di educare, abituare l'allievo a liberare la creatività in un contesto chiuso e a condurlo con un processo deduttivo alla comprensione della ricchezza, delle possibilità e della bellezza dell'azione anche nel contenimento professionale.

L'Antropologia nasce in epoca coloniale come studio naturalistico dell'uomo visto alla stregua di un organismo naturale da classificare secondo schemi tassonomici. Ben presto si capisce che lo studio dell'uomo è ben più complesso e dove gli elementi ambientali, sociali, emotivi e psicologici sono di determinante importanza. L'Antropologia postmoderna ha poi scoperto l'impossibilità dello studio oggettivo dell'uomo, dell'altro da sé, per il semplice motivo che l'osservante, lo studioso è un portatore di filtri emotivi, culturali, educativi, ambientali che gli impediscono una lettura obiettiva dell'uomo "studiato". Per questo l'Antropologia postmoderna si è concentrata tutta sul rapporto tra osservante e osservato, tra studioso e studiato e in definitiva sulle relazioni umane. Serendipità, non giudizio, non interpretazione, ascolto attivo per la rivelazione autonoma e indipendente dell'altro da sé sono gli elementi base della ricerca antropologica moderna che, anche grazie alla ricerca di psicoantropologi, ha avvicinato in maniera incredibile l'Antropologia postmoderna al counseling. Ci si propone così di fare delle lezioni teoriche che chiariscano da un'altra disciplina le modalità base del counseling, i suoi presupposti, le sue finalità, da implementare con attività esperenziali come interviste, ricerche, incontri con persone conosciute e non dagli allievi per rafforzare il percorso didattico con un processo induttivo e deduttivo.

### **1.7.1 Definizione sintetica**

Umanistico-esistenziale

## **2. Presentazione del corso**

### **2.1 Titolo del corso**

Master triennale in counseling

### **2.2 Obiettivi**

Il progetto formativo ha la finalità di promuovere ed incoraggiare l'allievo su più ambiti: cognitivo, affettivo ed emozionale, al fine di promuovere uno sviluppo ottimale per una crescita sia personale che professionale.

### **2.3 Metodologia d'insegnamento**

Prassi – teoria – prassi: partendo dall'esperienza, sostanziandola con le teorie di riferimento per ritornare poi ad una pratica consapevole.

L'apprendimento è quindi di tipo esperienziale con metodologia di insegnamento che si avvale di lezioni frontali, lavoro di gruppo, laboratori espressivi, di lavoro corporeo, di comunicazione emozionale, di pratica autobiografica.

#### **2.3.1 Percorso personale**

100 ore in modalità gruppale con Gruppi Esperienziali, Gruppi di Incontro, di Scrittura Autobiografica. Roberta Barsotti e Francesca De Santi.

### **2.4 Struttura del corso**

Durata espressa in anni: 3

Durata espressa in ore: 774 (452 ore d'aula, 100 ore di percorso personale, 150 ore di tirocinio, 72 di supervisione)

### **2.5 Organizzazione didattica**

#### **2.5.1 Criteri di ammissione**

- a) Possono accedere al Master coloro che siano in possesso di diploma di laurea triennale o di titolo equipollente e/o equivalente.
- b) Oltre ai requisiti precedenti possono iscriversi al Master coloro che pur non in possesso di diploma di Laurea triennale posseggano diploma di scuola media superiore quinquennale o titolo equipollente/equivalente, possano dimostrare di aver svolto attività lavorativa di almeno sessanta mesi effettivi, anche non continuativi, in ambito: educativo, giuridico, organizzativo, sanitario, scolastico e sociale. La commissione didattica si riserva la verifica di detti requisiti.

#### **2.5.2 Modalità di ammissione**

- a) Massimo allievi iscrivibili: 20
- b) Per essere ammessi al corso è necessario un colloquio individuale motivazionale. La partecipazione al colloquio è gratuita e non vincola all'iscrizione al corso.

#### **2.5.3 Esami**

Elaborato scritto alla fine del primo e del secondo anno da concordare con la commissione interna. Esame finale al terzo anno con prova scritta e discussione tesi su uno degli argomenti trattati durante la formazione.

#### **2.5.4 Assenze**

Assenze previste 20% del monte ore non recuperabili.

### **2.5.5 Materiale didattico**

È previsto il rilascio di dispense per ogni modulo teorico di docenza.

### ***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) 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 di iscrizione in ingresso del discente solo per chi non è in possesso della laurea triennale.

### 3. Programma del corso

#### 3.1 Formazione teorico-pratica

##### 3.1.1 Insegnamenti obbligatori

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Storia del counseling	8	B. Vasetti
Fondamenti del counseling	28	R. Barsotti, F. De Santi
Comunicazione, scelte e cambiamento	28	S. Galliano, M. Faggi
Psicologie	28	R. Barsotti, F. De Santi
Altre scienze umane	28	S. Galliano, M. Faggi, A. De Santi
Le professioni della relazione di aiuto: confini ed elementi di psicopatologia	16	C. Casula
Etica e deontologia	16	I.M. Pacini
Promozione della professione	8	T. Valleri
Subtotale insegnamenti minimi obbligatori	160	

##### 3.1.2 Insegnamenti complementari (specifici della scuola)

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Antropologia	73	M. Faggi
Scrittura Autobiografica	73	F. De Santi, I.M. Pacini
Filosofia	73	A. De Santi
Coaching e PNL	73	R. Barsotti, F. De Santi, B. Vasetti,
	292	
Subtotale insegnamenti complementari		\

##### 3.1.3 Totale formazione teorica nei tre anni

Monte ore totale della formazione teorico-pratica	452	\
---	-----	---

## **3.2 Formazione esperienziale**

### **3.2.1 Percorso personale (scegliere una sola opzione)**

TIPOLOGIA	ORE	FORMATORE
Gruppi di incontro	100	R. Barsotti, F. De Santi.
totale percorso personale	100	

### **3.2.2 Supervisione didattica**

TIPOLOGIA	ORE	SUPERVISORE
Supervisione didattica	72	R. Barsotti ; F. De Santi
Subtotale supervisione didattica	72	

### **3.2.3 Tirocinio (minimo 4 convenzioni)**

TIPOLOGIA	ORE	ENTE/I CONVENZIONATO/I	SUPERVISORE/I
Centro di ascolto		Associazione culturale "Idee in movimento"	R. Barsotti; F. De Santi
Centro di ascolto		Audace Legnaia	R. Barsotti; F. De Santi
Sportello di Counseling		Fondazione solidarietà Caritas ONLUS	R. Barsotti; F. De Santi
Sportello di Counseling		Studio di osteopatia-Firenze Via Masaccio	R. Barsotti; F. De Santi
Subtotale tirocinio	150		

### **3.2.4 Totale formazione esperienziale nei tre anni**

Subtotale percorso personale + supervisione + tirocinio	322	\
---	-----	---

## **3.3 Totale formazione nei tre anni**

Somma di tutte le attività (3.1.3 + 3.2.4)	774	\
--	-----	---

## 4. Bibliografia del corso

- Bert G., Quadrino S., L'arte di comunicare. Dalla pragmatica della comunicazione al counseling sistemico, Change, Torino, 2005
- Dilts R., Grinder J., Programmazione neurolinguistica. Lo studio della struttura dell'esperienza soggettiva, Astrolabio, 1982
- Farneti A., Elementi di psicologia dello sviluppo. Dalle teorie ai problemi quotidiani, Carocci, Roma
- Formenti L., Caruso A., Gini D., Il diciottesimo cammello. Cornici sistemiche per il counselling, Milano, Raffaello Cortina Editore, 2008
- Gunaratana H., La pratica della consapevolezza. In parole semplici, Ubaldini, Roma, 1995
- Kabat-Zinn J., Dovunque tu vada ci sei già. In cammino verso la consapevolezza, Tea, 2009
- Hough M., Abilità di Counseling. Manuale per la prima formazione, Erickson, 1999
- May R., L'arte del counseling, Roma, Astrolabio, 1991
- Mucchielli R., Apprendere il counselling, R., Erikson, 1993
- Rogers C., La terapia centrata sul cliente, Giunti, 2013
- Rogers C., Stevens B., Da persona a persona, il problema di essere umani, Astrolabio, 1987
- Rogers C., Un modo di essere, Giunti, 1980
- Rogers, C.R., Potere personale. La forza interiore e il suo effetto rivoluzionario, Roma, Astrolabio-Ubaldini, 1971
- Quadrino S., Il colloquio di counseling. Metodo e tecniche di conduzione in ottica sistemica, Change, Torino, 2009
- Quadrino S., Capire Capirsi. Il metodo del discorso, Change, Torino, 2005
- Sclavi M., Arte di ascoltare e mondi possibili. Come si esce dalle cornici di cui siamo parte, Bruno Mondadori, Milano, 2003
- Salzberg S., L'arte rivoluzionaria della gioia. Il potere della gentilezza amorevole e il sentiero verso la libertà, Ubaldini, Roma
- Tich Nhat Hanh, La pace è ogni passo. La via della presenza mentale nella vita quotidiana, Ubaldini, Roma, 1993
- von Bertalanffy L., trad.it, Teoria generale dei sistemi. Fondamenti, sviluppo, applicazioni, Milano, Oscar Mondadori Saggi, 2004
- Watzlavick P., Beavin, Pragmatica della comunicazione umana, Astrolabio, 1971

## **5. Programmi sintetici**

### **5.1 Storia del Counseling**

Cenni storici sulle origini e sulla evoluzione del counseling

La relazione di aiuto secondo il pensiero di C.R. Rogers

Ambiti di intervento del counseling

Differenze fra psicoterapia e counseling

Curare e prendersi cura: C. R. Rogers e R. May.

### **5.2 Elementi di Counseling**

Tre fattori facilitanti: congruenza, accettazione positiva incondizionata e comprensione empatica.

Il setting, i primi colloqui e le successive fasi.

L'alleanza di lavoro.

Modalità e tecniche di comunicazione.

I confini della professione

La conclusione della relazione di aiuto: modalità, strumenti per accompagnare il cliente alla fine del percorso.

Simulate e role playing in aula.

Diverse modalità operative mutuata dai diversi modelli teorici.

### **5.3 Comunicazione scelta e cambiamento**

Teorie e tecniche della comunicazione

Gli assiomi della comunicazione

La comunicazione all'interno degli stili relazionali

Il silenzio come forma di comunicazione

T. Gordon, domande aperte e ascolto attivo o riflessivo

Cenni di PNL

### **5.4 Psicologie**

Elementi di psicologia generale:

Cenni di storia della psicologia

Psicologia scientifica: strutturalismo e funzionalismo

La percezione, l'apprendimento, la memoria, motivazioni, emozioni, la personalità, i processi decisionali.

Elementi di psicologia sociale

Stereotipi e pregiudizi

L'identità personale e lo sviluppo sociale del sé

Teoria dei mutamenti sociali

Teoria dell'apprendimento sociale

Elementi di psicologia dinamica

I meccanismi di difesa

Elementi di psicologia dei gruppi

I Gruppi Di Incontro, T-Group, Focus group,

K. Lewin e lo studio dei fenomeni di gruppo.

L'importanza del gruppo nel counseling nei suoi diversi contesti.

Elementi di psicologia dello sviluppo

L'attaccamento e stili di attaccamento

La relazione madre bambino

Winnicott il falso Sé e vero Sé

Bandura: l'apprendimento vicario

## **5. 5 Altre scienze umane**

Storia dell'arte esperienziale: le icone dell'arte mondiale come strumento di riflessione creativa e professionalizzante.

Antropologia culturale: lo studio dell'uomo nell'approccio postmoderno e psicoantropologico alla ricerca di una relazione più consapevole con l'altro da sé.

Filosofia, l'alterità.

5.6 Le professioni della relazione di aiuto: confini ed elementi di psicopatologia

Elementi di psicopatologia.

5.7 Etica e deontologia

Diritto, deontologia ed etica; Le associazioni di categoria e la legge 4/2013.

5.8 Promozione della professione

Elementi di marketing; Promozione della professione; utilizzo di Social Network