

1. Presentazione della struttura

1.1 Denominazione dell'ente che eroga il corso

Scuola Italiana di Counseling Motivazionale Integrato

Tel. 347/5226708; 0532/750772. Fax: 0532/750772. email: ferrara@scuoladicounseling.it . sito web: www.scuoladicounseling.it/ .

Sede legale: via dei Gelsomini, 57. 44123 Ferrara

Codice f. : BMBNTN55D25D548B . P.Iva: 02059790382.

1.2 Rappresentante legale

Antonio Bimbo

1.3 Responsabile didattico

Antonio Bimbo.

1.4 Responsabile della segreteria (primo contatto con gli allievi)

Paola Agni.

1.5 Corpo docente

1.5.1 Antonio Bimbo

TRAINER, SUPERVISOR COUNSELOR ASSOCOUNSELING, AssoCounseling. Sociologo specializzato nella clinica delle dipendenze e in Antropologia Culturale, lavora nel campo del counseling, della formazione e della supervisione in ambito clinico e aziendale. Trainer e Counselor Motivazionale con ventennale esperienza. E' docente e socio fondatore della Scuola Italiana di Counseling Motivazionale, oggi dirige S.I.C.M.I.

Fondatore e responsabile del Centro Servizi Terapeutici "Pratolungo" Sert-Asl Ferrara, ideatore e conduttore dei programmi di crescita e di emancipazione personale che si realizzano tramite i gruppi motivazione, responsabilizzazione e valorizzazione e con colloqui psico- educativi con i pazienti del Servizio.

Counseling motivazionale e consulenza alla persona in ambito privato.

Professore a contratto nell'Università degli Studi di Ferrara, Facoltà di Medicina e Chirurgia, Cattedra di "Counseling motivazionale".

Pubblicazioni: *Il Counseling Motivazionale integrato con le neuroscienze*, Rivista Italiana di Counseling, anno 1°, n. 1, 2014, pp. 14-25.

Emanciparsi dalle dipendenze, Edizioni Franco Angeli, Milano, 1997.

Iniziazione al benessere interiore, Edizioni Mediterranee, Roma, 2002.

Dove nascono i sogni, Manni Editori, Lecce, 2005.

La supervisione degli operatori, in Itaca, n. 19/20, Roma, 2003, pp. 28-35.

Il Counseling Motivazionale e i neuroni specchio, in Atti del Convegno Nazionale “Neuroni Specchio, la relazione empatica tra scienza, filosofia, arte e cura”, Ferrara, marzo 2009.

Counseling Motivazionale, Neuroscienze ed Empatia Corporea nei percorsi di cambiamento, BO, 2010.

La comunicazione, in “Il rischio clinico”, a cura di M. Martini, McGraw-Hill, MI, 2011.

1.5.2 Tiziana Mori

TRAINER, PROFESSIONAL COUNSELOR ASSOCOUNSELING. Assistente Sociale Specialista iscritta all’Albo della regione Emilia Romagna con il n. 1195

Indirizzo Mail tiziana.mori@comune.bologna.it.

Lavoro

Esperienza come Assistente Sociale dal 1991 al 1993 con contratti a tempo determinato presso il Comune di Firenze e l’azienda USL n. 16 “Valdera”

Dipendente del Ministero dell’Interno con la qualifica di Assistente Sociale Coordinatore , in ruolo presso il Nucleo Operativo Tossicodipendenze della Prefettura di Bologna, dal febbraio dal 1993 al 2001. In questi anni di attività, svolgendo una funzione di ascolto-filtro, lo strumento professionale maggiormente utilizzato ed implementato è stato quello del colloquio

Dipendente del Comune di Bologna con la qualifica di Assistente Sociale presso il Servizio per Minori e Famiglie dal 2001; dal 2010 con funzione di Responsabilità e Coordinamento dei Servizi Minori/Adulti del quartiere San Vitale. Rispetto all’attività di presa in carico di situazioni familiari con disagio, per la formazione specifica nell’area della mediazione familiare, ho seguito in particolare separazioni conflittuali e casi complessi.

Tutta l’attività professionale svolta ha richiesto lo sviluppo di specifiche abilità e competenze nella costruzione-gestione della relazione d’aiuto.

Formazione specialistica

Frequenza del corso biennale per Mediatori Familiari Sistemici presso L’Istituto di Terapia Familiare di Siena (biennio 99/00 e 00/01)

Formazione completa al Counseling Motivazionale (Corso Base, Corso Avanzato, cicli di supervisione e formazione per Formatore) dal 97 al 2001. Iscrizione dal 2001 a CMC Italia (associazione dei formatori nel Counseling Motivazionale)

Attività di docenza:

svolta nell’ambito di corsi brevi sul Counseling Motivazionale dal 2006

attività come docente nelle materie del Servizio Sociale Professionale in vari ambiti (Regione, Università, associazioni Onlus ecc) periodo 2007/2010

Attività di Tutor nei tirocini professionali dal 2006

Attività continuativa di docente presso la Scuola Italiana di Counseling Motivazionale dal 2008.

Carmencita Mastroianni

PROFESSIONAL COUNSELOR ASSOCOUNSELING ISCR. N. REG-A0637-2011

Diploma Universitario di Assistente Sociale – conseguito presso il Magistero Sperimentale del Molise – Scuola Diretta a Fini Speciali per Assistenti Sociali – di Campobasso, in data 8 maggio 1985

Votazione 110/110 e lode e dignità di stampa

Diploma Universitario di convalida del titolo di Assistente Sociale – conseguito presso l'Università degli Studi di Perugia in data 18 luglio 1989

Votazione 70/70 e lode

Diploma di Laurea in Scienze del Servizio Sociale – conseguito presso l'Università degli Studi del Molise in data 9 aprile 2003

Votazione 110/110 e lode

Titolo di *Consulente di coppia e Mediatore familiare ad indirizzo sistemico-relazionale*, conseguito presso l'Istituto di Psicoterapia Relazionale - IPR - di Napoli, biennio formativo 2004/2006, in data 30 giugno 2008

Titolo di *Counselor ad indirizzo fenomenologico - esistenziale* – conseguito presso l'Istituto Media Counseling Onlus di Napoli, triennio formativo 2005/2008, in data 13 settembre 2008

Iter Professionale

Iscritta all'Ordine degli Assistenti Sociale della Regione Molise, nella sez. "A" al numero 21;

Coordinatore di equipe ADI presso la Cooperativa Sociale "Spes" di Campobasso negli anni 1988 – 1990;

Coordinatore del Servizio Area Sociale della Prefettura di Campobasso dal 14 ottobre 1991;

Membro dei nuclei regionali incaricati dell'istruttoria, della verifica e della valutazione dei risultati dei progetti ai sensi del T.U. 309/90, della L. 216/91, della L. 45/97;

Coordinatore e Consulente nella materia di servizio sociale nell'ambito di numerosi Gruppi Tecnici interistituzionali, Osservatori Provinciali e Componente del Comitato di Gestione del Fondo Speciale presso la Regione Molise – Legge 11/08/91 n. 266, di nomina del Ministro per la solidarietà sociale, con decreto del 4 agosto 2000;

Direttore di Servizio Sociale, con decreto del Ministero dell'Interno in data 1° ottobre 2002;

Iscritta all'Associazione *CMC – Centre for Motivation & Change Italia*, Associazione Italiana dei formatori al Colloquio Motivazionale, accreditata presso l'E.C.M. al n. 2427, - dal 23 novembre 2002

Fondatore della Scuola Italiana di Counseling Motivazionale, con sedi a Piacenza, Genova e Ferrara – aprile 2008;

Direttore della sede di Campobasso della Scuola Italiana di Counseling Motivazionale dal gennaio 2011;

Docenze:

Supervisore degli allievi tirocinanti iscritti al Corso di Laurea in Servizio Sociale presso l'Università degli Studi del Molise, dal 1999;

Interventi e consulenze presso Istituti di Scuola Media Inferiore e Superiore sui temi del disagio giovanile e della prevenzione alle dipendenze patologiche, dal 1992;

Docente presso la Scuola Italiana di Counseling Motivazionale, presso le sedi di Ferrara dal 2008 e di Campobasso dal 2011;

Pubblicazioni

"Guida ai servizi socio – sanitari assistenziali" – mappa di rete dei servizi pubblici e privati presenti nella Provincia di Campobasso, Prefettura di Campobasso anno 1996, riprodotta su supporto informatico in data novembre 2001, ultimo aggiornamento giugno 2005;

Collaborazione alla stesura della pubblicazione del Ministero dell'Interno – Dipartimento per le Libertà Civili e l'Immigrazione - "Il Colloquio Motivazionale nell'applicazione dell'art. 75 D.P.R. 309/90 – Resoconto di una ricerca

sperimentale sull'efficacia del colloquio", capitolo "La ricerca: ipotesi, intervento, valutazione"; ed. De Ferrari, marzo 2002.

Articolo "Una diversa visione del cliente porta a nuove strategie di inclusione sociale" pubblicato sul testo "Percorsi di inclusione sociale"- AA.VV., aprile 2007.

Paola Agni

PROFESSIONAL COUNSELOR ASSOCOUNSELING. Laurea in Giurisprudenza presso l'Università degli Studi di Ferrara con votazione 107 sopra il 100. Dal dal 28.02.2012 iscritta all'Ordine degli Avvocati di Ferrara. Corso di ALTAFORMAZIONE in Mediazione Familiare concluso nel marzo 2010. Master di mediazione familiare svolto presso il Centro Italiano di mediazione e conciliazione Firera-Liuzzo accreditato AIMEF. 1.6.2014 Diploma in Counselor Motivazionale con lode con una tesi inerente alla famiglia e alle crisi famigliari, presso la Scuola Italiana di Counseling Motivazionale di Ferrara.

Alessandra Matarrese

PROFESSIONAL COUNSELOR ASSOCOUNSELING. 2009-2012: corso triennale "Counseling motivazionale", sede di Ferrara, diplomata con lode in data 2/6/2013, con la tesina finale "Counseling e servizio sociale: dall'accoglienza alla narrazione di sé, a quattro mani". 2002-2004: Laurea di Secondo Livello (specialistica, classe di Laurea 57/S) in Servizio Sociale conseguita presso la LUMSA di Taranto in data 2/4/2005, con la votazione di 110/110 e lode (centodieci e lode), con la tesi "AIDS: scenari storici e sociali di una malattia che cambia". Nominata nell'anno 2013 come membro effettivo della Commissione Esami di Stato per l'abilitazione all'esercizio della professione assistente sociale, sede Parma. Docente presso la Scuola di Counseling Motivazionale, Ferrara. Membro del Consiglio Direttivo.

Giovanni Brighenti

Psicologo/Psicoterapeuta iscrizione albo #2601 - Emilia-Romagna.

Esperienze lavorative:

Psicologo: presso coop sociale ANCORA, coop sociale CIDAS, Scuola Italiana Counseling Motivazionale, Villa Silvia SpA, Villa Giulia Srl, RSA Valleverde, Villa moresco Srl, Villa Margherita, UIL (unione Italiana dei Lavoratori), Formatemp, Associazione Culturale QUO.RE (vicepresidente), S.C.A. SpA, E.N.F.A.P. (Ente Nazionale Formazione Addestramento Professionale), Studio Associato Psicologia ARES, Fon Coop, Rotary Val del Savena, Mondodonna ONLUS, Studio Legale Cocchi-Rizzi, Comune di Bologna, Istituto Comprensivo XII circolo, Istituto Comprensivo Rastignano.

Esperienze formative:

ITFB (Istituto Terapia della Famiglia di Bologna),

Corso di Counseling motivazionale base ed avanzato,

Master biennale in "Clinica della Formazione"

Lara Wielingen

Counselor Motivazionale, diplomata nel 2013. Istruttore socio educativo "Servizio Sociale Comune di Cento (FE) GAFSA/ Gestione Comuni. Pedagogista c/o Fondazione Don Giovanni Zanandrea (centro diurno disabili) e Centro Servizi per le famiglie (Comune di Cento). Laurea in Pedagogia Conseguita il: 12/12/2001 Università:

“Università degli studi di Ferrara – Votazione finale: 105/110 . Specializzazione in “Pedagogia clinica” Master c/o Isfar di Firenze post Università delle professioni (2007/08/09). Master in pedagogia familiare e forense , “ Inpef , Roma “ (2016). socia fondatrice “ Associazione di promozione sociale ACCHIAPPASOGNI “ Ferrara (attività di pedagogista clinico).

1.6 Presentazione

La **Scuola Italiana di Counseling Motivazionale** nasce nel 2008 come associazione tra le sedi di Ferrara, Piacenza e Genova, con otto soci fondatori. Il 18/12/2010 nasce la Scuola Italiana di Counseling Motivazionale sede di Ferrara che si configura come Associazione culturale, autonoma nella gestione didattica e amministrativa dalle altre sedi che fanno riferimento allo stesso modello teorico. L'Associazione viene fondata da Antonio Bimbo (Presidente), Carmencita Mastroianni, Tiziana Mori e Renzo Marsili. Tutti i soci fondatori sono trainer del counseling motivazionale formati alla scuola di Miller e Rollnick e abilitati nel 2001. Il 31/10/2020 nasce **S.I.C.M.I.** Scuola Italiana di Counseling Motivazionale Integrato (ditta individuale) con finalità culturale. S.I.C.M.I. s'ispira alle linee guida di IAMIT (International Association of Motivational Interviewing Trainers) e della associazione di categoria AssoCounseling, s'ispira allo spirito proprio del Colloquio Motivazionale, così come si prefigge di mantenere una salda cooperazione con i trainer, docenti e counselor fondatori della sede ferrarese della Scuola di *Counseling Motivazionale*. S.I.C.M.I. si assume e mantiene tutti gli impegni didattici e programmatici già in essere con la precedente Associazione S.I.C.M. Ferrara di cui, di fatto, si propone di essere la naturale prosecuzione, avendone, tra l'altro, acquisito la proprietà dei loghi, dei siti web e dei relativi indirizzi di posta elettronica.

Le finalità di S.I.C.M.I. sono di offrire formazione allo stile e alle tecniche del counseling e in particolare del counseling motivazionale, la struttura principale offerta è il corso triennale per counselor motivazionale, poi ci sono le attività di counseling, la supervisione ai professionisti della relazione d'aiuto e i corsi di aggiornamento. Altre importanti finalità sono quelle di impegnarsi per diffondere una cultura dell'ascolto e dell'empatia come basi su cui sviluppare una conoscenza sociale del ruolo e delle caratteristiche specifiche del counselor. Da qui conseguono le scelte di impegnarsi nella partecipazione all'associazionismo nazionale, alla pubblicazione di articoli divulgativi e di saggi scientifici sul counseling motivazionale, alla partecipazione a convegni, a corsi di formazione di professionisti della relazione d'aiuto che possano giovare delle competenze di counseling, alla creazione di due siti web specifici e alla presenza assidua in alcuni social network. Parallelamente continua lo studio e la pratica del counseling, aggiornando il modello teorico in un'ottica integrata, principalmente con le neuroscienze, la DBT (Dialectical Behavior Therapy), il counseling sistemico relazionale. In campo locale S.I.C.M.I. opera per creare una rete sia di professionisti che di associazioni, enti e strutture che possano collaborare nel far conoscere il counseling e nell'accogliere gli allievi tirocinanti. Nella stessa direzione vanno le collaborazioni con alcuni media locali, giornali, emittenti radiofoniche, social network.

1.7 Orientamento teorico

Introduzione

La relazione d'aiuto si ha quando vi è un “incontro” tra due persone, di cui una si trovi in condizioni di criticità/confusione/confitto/disabilità/ambivalenza (rispetto ad una determinata situazione o a un determinato problema che vive e che si trova a dover gestire) e un'altra, invece, dotata di un grado di competenza/abilità, rispetto alle stesse situazioni o tipo di problema.

Stabilire un contatto, una relazione che sia d'aiuto, significa rendere possibile un processo di

maturazione/chiarificazione/comprendimento/apprendimento che porti la persona a cambiare e rispondere in modo più soddisfacente al proprio ambiente ed alle proprie esigenze interne ed esterne.

Molte relazioni amicali, familiari, di vicinato sono relazioni d'aiuto, caratterizzate in genere da un elevato grado di reciprocità e di mutualità, come pure hanno tratti simili alcune relazioni professionali quali: insegnante – allievo, medico – paziente, sacerdote – fedele, avvocato – assistito.

La "competenza professionale nell'aiuto" consiste nell'operare in modo consapevole, controllato ed intenzionale all'interno di una relazione, diversamente da come opererebbe chiunque in contesti di vita spontanei.

Nella relazione d'aiuto, quindi l'operatore professionale è chiamato ripetutamente a porre se stesso come "catalizzatore", acceleratore, di processi di crescita, senza alterare gli elementi presenti in tali processi; compito che richiede innanzitutto crescita personale continua, disponibilità e padronanza di abilità pratiche molto precise.

Cenni storici del counseling motivazionale

L'approccio motivazionale ha una matrice rogersiana, infatti tra tanti studiosi che si sono occupati della relazione d'aiuto e del ruolo dell'operatore all'interno di essa, di particolare interesse è il contributo fornito da Carl Rogers su questi temi.

Carl Rogers, nato nel 1902 negli Stati Uniti, laureato in psicologia, a partire dal 1928 si è impegnato nel lavoro di ricerca e sperimentazione nell'ambito del colloquio clinico. Ha lavorato, rivestendo ruoli di responsabilità, in diversi Centri universitari ed Istituti di ricerca statunitensi; è famoso per aver elaborato il "metodo del colloquio non direttivo centrato sul cliente".

Il termine "cliente" è stato adottato deliberatamente da Rogers, (al posto di soggetto, paziente, malato, utente) come pure il termine "counsellor" (al posto di terapeuta, professore, educatore), per denotare l'originalità di una relazione nella quale la persona sceglie di farsi aiutare ma non abbandona né la sua libertà, né la sua responsabilità nella soluzione delle sue difficoltà.

Le scienze umane applicate devono a Carl Rogers tre "conquiste" essenziali:

- lo spostamento di enfasi, nell'ambito della relazione d'aiuto, dal ruolo dell'operatore/esperto al ruolo del cliente/persona portatore del problema. L'attore principale del processo d'aiuto è individuato sempre più chiaramente in colui che questo aiuto ricerca e richiede; l'aiuto quindi non consiste tanto nel proporre soluzioni quanto piuttosto nel togliere ostacoli (emozionali, cognitivi, oggettivi) rendendo così possibile il dispiegarsi di energie/potenzialità che la persona possiede.
- lo spostamento di enfasi dalle abilità tecnico – procedurali alle cosiddette qualità umane (genuinità, coerenza, disponibilità, sensibilità, creatività) dell'operatore d'aiuto. Nella relazione d'aiuto si auspica un incontro tra persone "vere". Ciò premesso non significa creare una dicotomia o contrapposizione tra doti personali ed abilità tecniche, significa piuttosto riconoscere una sorta di "primato" delle qualità personali, quali fondamento su cui si innestano proficuamente le abilità tecniche più specifiche.
- la focalizzazione sul processo di aiuto, in particolare sull'insieme di condizioni "interne" alla relazione, che la rendono efficace. Studiare analiticamente la relazione d'aiuto significa aver chiara l'esatta articolazione delle abilità specifiche richieste all'operatore.

Partendo proprio dalle intuizioni di Carl Rogers, negli anni '80 il metodo del Colloquio Motivazionale nasce parallelamente in America e nel Regno Unito ad opera di William Richard Miller e Stephen Rollnick.

William Richard Miller (nato nel 1947) ha conseguito il dottorato di ricerca in psicologia clinica della University of Oregon nel 1976 è Professore emerito di Psicologia e Psichiatria e affiliato presso il Centro su alcolismo, abuso di

sostanze e dipendenze (CASAA) dell' Università del New Mexico (UNM) dal 1976.

Il suo interesse scientifico primario è nella psicologia del cambiamento, ma la sua ricerca si estende al trattamento di comportamenti di dipendenza e di autoregolamentazione, al rapporto tra spiritualità e psicologia, alla motivazione al cambiamento e alla psicologia pastorale.

E' stato visiting scholar presso la Oregon Health & Science University, la University of New South Wales a Sydney, Australia, la Stanford University, l'Università di Bergen e la Clinica Hjellesstad in Norvegia.

E' uno degli scienziati di fama mondiale riconosciuti dall'Institute for Scientific Information.

Stephen Rollnick è uno psicologo clinico e Distinguished Professor Onorario, presso l' Institute of Primary Care & Salute Pubblica, Facoltà di Medicina, Università di Cardiff, Galles, Regno Unito, oggi in pensione.

Si è laureato in psicologia a Città del Capo in Sud Africa, ha completato una formazione nel campo della ricerca a Glasgow (Scozia), e poi si è trasferito a Cardiff (Galles), dove ha conseguito il dottorato di ricerca. Ha lavorato come medico nel Servizio Sanitario Nazionale del Regno Unito per 16 anni, inizialmente nel settore dipendenze, occupandosi poi delle cure primarie di salute mentale.

Attualmente lavora nell'ambito di programmi rivolti ad adolescenti in stato di gravidanza, a bambini affetti da HIV-AIDS in Africa e al tema della compliance farmacologica in diversi settori.

E' co-fondatore di PATA (Paediatric Aids Treatment for Africa) e del Motivational Interviewing Network of Trainers (MINT), una rete internazionale per i formatori del Colloquio Motivazionale.

Miller e Rollnick hanno elaborato il Colloquio Motivazionale che costituisce un approccio completo. Lo stile di guida che lo contraddistingue infatti costituisce un perfetto equilibrio tra la centratura sul cliente di matrice rogersiana e l'orientamento all'obiettivo proprio degli approcci cognitivo-comportamentali.

Il risultato è la creazione di un metodo originale che propone all'operatore abilità, tecniche e strategie che trovano il loro significato all'interno di una cornice di valori legata al modo di intendere il ruolo di accompagnamento del cliente lungo il percorso di cambiamento.

Il modello del Colloquio Motivazionale si fonda su uno spirito di innovazione e ricerca e questo lo rende una struttura viva e dinamica in continuo perfezionamento.

E' un laboratorio in cui, a partire dagli ideatori, impegnati nel campo delle tossicodipendenze si è sviluppata una rete internazionale di professionisti [MINT](#) (Motivational Interviewing Network of Trainers), che con passione ed entusiasmo, verificano continuamente la loro esperienza in nuovi ambiti di applicazione e con diverse fasce di popolazione.

In Italia è stato introdotto negli anni '90 da Gian Paolo Guelfi, il quale ha condotto una ampia azione formativa su tutto il territorio nazionale, soprattutto nell'ambito delle dipendenze patologiche.

Nel 2000 Miller e Rollnick, con Guelfi, hanno tenuto a Santa Margherita Ligure un Training for New Trainers (TNT) che ha consentito la costituzione di un gruppo di formatori italiani multiprofessionali i quali, nel 2001, hanno fondato l'Associazione Centre for Motivational and Change CMC - Italia, la prima associazione italiana gemellata in Europa, con associazioni olandese e belga, e che ha curato per anni la formazione e la traduzione dei principali testi sul Colloquio Motivazionale, nonché l'elaborazione e la validazione di diversi strumenti valutativi della motivazione.

Dai membri dell'Associazione CMC Italia nel 2007 si è formato un gruppo che ha fondato la Scuola Italiana di Counseling Motivazionale con sedi a Ferrara, Piacenza, Genova e, nel 2011, a Campobasso.

La Scuola Italiana di Counseling Motivazionale è nata per offrire una preparazione individuale approfondita al

counseling, nelle relazioni professionali di aiuto in campo educativo, sanitario, sociale, assistenziale, organizzativo e psicologico, attraverso una formazione professionale specialistica sul Counseling Motivazionale.

La cornice teorica di riferimento è la [Motivational Interviewing](#), come delineato nei lavori di W.R. Miller e S. Rollnick, che lo definiscono: *“Uno stile di comunicazione collaborativo e orientato, che presta particolare attenzione al linguaggio del cambiamento, progettato per rafforzare la motivazione personale e l'impegno verso un obiettivo specifico, attraverso la facilitazione e l'esplorazione delle ragioni proprie della persona per cambiare, il tutto in un'atmosfera di accettazione e aiuto”*.

L'approccio metodologico

Il Colloquio Motivazionale, introdotto nella pratica clinica da William R. Miller e Stephen Rollnick, è da anni riconosciuto come uno dei più potenti strumenti professionali per gli operatori delle relazioni d'aiuto.

Il Colloquio Motivazionale si basa su un paradigma di pensiero che permette di aiutare ogni persona a cambiare la propria vita, reimpostando degli stili disfunzionali di «essere» e di «fare» in accordo con le sue disposizioni interiori. È un approccio che consente di «agganciare» non il problema della persona bensì la sua motivazione, per rinforzarla progressivamente, incontro dopo incontro.

Il Counseling Motivazionale è un insieme di principi guida, strumenti e strategie per condurre una relazione professionale di aiuto in tutti gli ambiti in cui è necessario stimolare l'aumento della consapevolezza in vista di un cambiamento del comportamento, degli atteggiamenti e degli stili di vita.

Il Counseling Motivazionale è uno stile di relazione che all'interno di una atmosfera empatica, di accoglimento e comprensione, è orientato a favorire il superamento delle difficoltà di adattamento che la persona presenta o di affiancarla e sostenerla nella modificazione di uno stile di vita divenuto problematico, in quanto non salutare o di ostacolo alla realizzazione personale e al conseguimento di alcune priorità esistenziali.

Il Counseling Motivazionale può essere utilizzato per cercare di risolvere un problema delimitato oppure per sostenere trasformazioni dell'individuo in aree più generali della sua vita. In questo modo, l'iniziale prendersi cura di sé, che permette l'adesione al percorso di counseling, può trasformarsi in un processo attivo di crescita globale orientato allo sviluppo del benessere personale.

Di seguito viene illustrata, per così dire, l'architettura dell'approccio motivazionale nel suo complesso:

Lo spirito del Colloquio Motivazionale

Accettazione

Empatia

Valore assoluto della persona

Sostegno

Valorizzazione dell'autonomia

Collaborazione

Evocazione

Propensione all'aiuto

I processi

Stabilire una relazione

Focalizzare

Evocare

Pianificare

Le abilità

Ascolto riflessivo
Domande aperte
Riassumere
Sostegno
Dare informazioni

Evocare Affermazioni Orientate al Cambiamento (AOC)

Il metodo sviluppa due aspetti distinti e complementari che integrano i due aspetti fondamentali della relazione di aiuto: l'accettazione incondizionata della persona e la tensione verso il cambiamento:

- è centrato sulla persona, avendo come punto di partenza essenziale la comprensione della visione del mondo di chi chiede aiuto; al centro del percorso di counseling viene posta la persona, le sue rappresentazioni e i suoi vissuti, le sue potenzialità e i suoi valori;

- è a direzione attiva, nel senso che impiega tecniche specifiche per attivare i cambiamenti e le trasformazioni desiderabili e necessarie per la persona, utilizzando attivamente sue risorse.

Il "cambiamento" nell'approccio motivazionale

Nell'approccio motivazionale il cambiamento viene considerato come il mutamento dinamico di un equilibrio, di una omeostasi: le motivazioni che provocano la modificazione di una abitudine o di un comportamento, anche disfunzionale, maturano a partire da una progressiva accumulazione di fattori negativi (perdite, costi, pericoli) che, emergendo alla coscienza, superano gli effetti positivi (vantaggi, benefici) per cui l'abitudine o il comportamento stesso si era generato e mantenuto.

Il crescente disagio derivante dall'accrescimento della consapevolezza dei fattori negativi, e le aspirazioni al cambiamento che si fanno strada, possono essere, in determinate condizioni, la spinta che porta la persona ad assumere una decisione.

Solo la persona può determinare tale processo, l'operatore può facilitarlo (od ostacolarlo).

L'empatia è il fondamento dello stile motivazionale e la base della relazione d'aiuto.

Nell'ottica motivazionale, la comparsa di una resistenza al cambiamento, o il suo inasprimento, è un segnale che deve indurre l'operatore a cambiare strategia:

La resistenza infatti, non è considerata una caratteristica peculiare (interna) del cliente, ma è piuttosto una informazione sul risultato dell'interazione tra la persona e il sistema d'aiuto, evidentemente non "sintonizzati" in modo adeguato.

Esistono per situazioni diverse, obiettivi specifici che possono essere perseguiti, ed altri impossibili da raggiungere; questo non può mai essere imposto, solo negoziato con la persona, nel rispetto della sua autodeterminazione, della sua visione del mondo.

E' essenziale nel colloquio cogliere lo stato motivazionale in cui si trova la persona per calibrare su di esso gli obiettivi dell'intervento.

Lo stato motivazionale della persona riguarda:

- la sua percezione del problema
- il malessere e il disagio che lo spingono a cambiare
- le sue aspirazioni e i suoi obiettivi
- la sua fiducia nel cambiamento
- i suoi punti di forza

- le sue difficoltà.

Nella relazione terapeutica (dal greco: *therapeúō* = io mi prendo cura), se l'operatore sceglie un intervento non appropriato allo stato motivazionale, cioè un intervento "non-centrato-sul-cliente", incorre nel rischio di attivare le resistenze anziché il cambiamento.

Nel C.M. non è previsto forzare la persona verso soluzioni ritenute "migliori", secondo una visione dell'operatore, rispetto ad altre, più ambite dalla persona stessa.

La domanda "che cosa motiva le persone a cambiare" non conosce risposte semplici.

La motivazione al cambiamento nasce quando le persone percepiscono una discrepanza, un divario tra come sentono di essere e come vorrebbero sentirsi, tra il proprio comportamento abituale e importanti *valori e obiettivi personali*, quando cioè percepiscono una frattura interiore.

La motivazione al cambiamento produce effetti quando le persone si sentono sufficientemente ottimiste e fiduciose rispetto alla possibilità di conseguire il risultato per cui sono chiamate ad impegnarsi, hanno cioè alti livelli di auto-efficacia.

La motivazione al cambiamento si concretizza quando le persone riconoscono il problema, ne sono preoccupati; esprimono volontà di affrontarlo e superarlo.

I "tre fattori" della motivazione al cambiamento.

Frattura interiore, Autoefficacia e Disponibilità al cambiamento sono i fattori che sostengono la motivazione al cambiamento e sono legati da relazioni abbastanza stabili.

Questo modello "a tre fattori" della motivazione al cambiamento comportamentale combina:

Modello transteorico degli stadi del cambiamento e Counseling Motivazionale in un tutto coerente e praticabile.

Il Modello transteorico degli Stadi del Cambiamento.

Il modello transteorico degli stadi del cambiamento è la descrizione delle attitudini e dei comportamenti delle persone rispetto ai processi decisionali e di cambiamento, nel loro sviluppo "naturale" o assistito. (Prochaska e DiClemente 1983).

Tale modello fornisce strumenti utili:

- per la comprensione del processo di cambiamento
- per la adozione degli obiettivi terapeutici più appropriati in ogni stadio.

Il processo del cambiamento è stato raffigurato attraverso una sequenza di STADI nei quali le persone evidenziano i modi con cui pensano, iniziano e mantengono i nuovi comportamenti.

Come counselor è possibile aiutare i clienti in ogni punto del processo di cambiamento utilizzando le appropriate strategie motivazionali che sono specifiche dello stadio del cambiamento individuale.

Le abilità motivazionali.

Le principali abilità del Counseling Motivazionale sono:

- Formulare domande aperte
- Praticare l'ascolto riflessivo
- Riassumere
- Sostenere e confermare
- Dare informazioni
- Evocare Affermazioni Orientate al Cambiamento

Formulare domande aperte.

Esistono vari modi di fare domande. Ai fini pratici ed operativi dividiamo le domande a seconda dell'effetto che hanno sulle persone a cui sono rivolte, in domande *aperte* e domande *chiuse*.

Domande aperte. Sono domande alle quali non si può rispondere sbrigativamente o con un sì/no e, quindi, incoraggiano l'interlocutore a parlare e a rappresentare la propria situazione. Le domande aperte hanno l'effetto di convogliare sul cliente l'attenzione dell'operatore e il focus dell'intervento. Esse sono un mezzo per mantenere il contatto tra cliente e operatore, stimolando la conversazione e l'approfondimento dei temi perché stimolano il cliente a spiegarsi ulteriormente.

Domande chiuse. Sono domande che permettono una risposta breve e non stimolano quindi la conversazione. Le domande chiuse, generalmente, producono risposte che parlano di ciò che è certo e assodato e i cui contenuti hanno un carattere di indiscutibile immutabilità. In questo modo, esse rendono difficile l'esplorazione e limitano l'orizzonte della conversazione, anche se forniscono informazioni puntuali.

Non diciamo che le domande chiuse siano cattive di per sé, ma che spesso sono controproducenti in contesti come quello dell'inizio di una relazione d'aiuto o in altre situazioni difficili come quella di una scarsa motivazione. Il loro problema principale è che, chiedendo una risposta precisa, esigono che la persona abbia chiarezza quando, probabilmente, è confusa.

Il medesimo effetto pratico delle domande chiuse è riscontrabile in altri tipi di domande, come le domande *troppo aperte* (cosa mi dice oggi...?), che non consentono di capire dove l'operatore vuole arrivare e fanno quindi pensare che quest'ultimo abbia un controllo occulto del dialogo, ovvero che sia completamente privo di orientamento e direzione. Anche le domande *alternative* non sembrano essere buoni strumenti per favorire l'esplorazione in quanto comunicano che i termini dell'opposizione sono decisi dall'operatore e non dal cliente; quest'ultimo viene quindi escluso dalla possibilità di decidere i percorsi e i passaggi logici del dialogo e, in certi casi, del trattamento. Infine le domande che iniziano con "*perché*" sembrano limitare le capacità di espressione in quanto fanno riferimento ad una linearità causale rigida e possono far pensare che l'operatore stia sollecitando un "giudizio" dal cliente (e che forse ne ha in mente uno): in generale contrastano con un clima di apertura, non giudicante e di accettazione.

Praticare l'ascolto riflessivo.

L'ascolto riflessivo è la comunicazione di una ragionevole supposizione sul significato delle parole del cliente, restituita dall'operatore sotto forma di affermazione.

Il termine riflessione si propone come una sintesi dei due significati letterali che ha: si riflette *come uno specchio*, si riflette *come un sistema mentale*. Il primo significato esprime il fatto che si restituisce all'interlocutore materiale che è suo; come da uno specchio la restituzione non sarà perfetta perché varierà con l'angolazione, la luce, la forma dello specchio. Il secondo significato esprime il pensiero dell'ascoltatore rispetto a ciò che ha ascoltato, la elaborazione mentale di tale comunicazione e la nuova formulazione volta a testare la corrispondenza del significato attribuito alla comunicazione stessa con quello voluto da colui che ha parlato. Questi due significati si fondono nella pratica dell'ascolto riflessivo.

Vi sono differenti livelli di riflessione, che è appropriato usare in situazioni diverse; si consiglia di usare livelli di approfondimento progressivamente maggiori quanto più la conoscenza del problema si approfondisce, cominciando dai livelli più elementari.

Una affermazione del cliente può essere sottolineata, enfatizzata, esaltata, valorizzata in una sua parte o in un'altra, o in toto; al contrario può essere de-enfatizzata, compressa, trascurata. (Miller e Rollnick usano in

proposito i termini inglesi intraducibili di *overstate* e di *understate*).

Il modo come la riflessione dell'operatore verrà restituita rende per lui possibile introdurre più o meno leggere accentuazioni che sono l'espressione di quale è l'ipotesi sottostante che l'operatore vuole testare, verificare con il cliente.

L'ascolto riflessivo ha lo scopo di *verificare* il significato delle parole del cliente, *farlo continuare* a parlare sull'argomento, *chiarire* i significati espressi, *fare supposizioni* sui significati inespressi, *sottolineare* ed *amplificare* aspetti particolari, *de-enfatizzare* aspetti particolari.

L'ascolto riflessivo ha la capacità di restituire l'attenzione dell'operatore, di generare un feedback controllato, di comunicare accettazione e comprensione. Le principali modalità dell'ascolto riflessivo sono:

Ripetizione semplice;

Parafrasi;

Riformulazione;

Riflessione del sentimento;

Riassumere

Nel C.M. riassumere è una applicazione speciale dell'ascolto riflessivo. Nel corso di una sessione di CM, periodicamente l'operatore effettua un riassunto, e lo stesso fa in momenti chiave del colloquio: quando volge al termine, quando si profila una svolta. Un riassunto è dunque un ascolto riflessivo grande e complesso.

Sostenere e confermare

Durante un processo di cambiamento è molto importante offrire esplicitamente rinforzi positivi e sostegno al cliente. Il sostegno diretto è fondamentale quando ricadute o eventi particolari hanno abbassato il livello di autoefficacia del cliente, quando ha difficoltà ad esplorare l'area problematica, è in ansia o è difeso, deve essere rinforzato nel suo tentativo di cambiamento o necessita di un aiuto per cambiare prospettiva.

Promuove la percezione su aspetti positivi di sé, legittima l'esperienza del cliente, normalizza l'ambivalenza, offre nuovi modi di vedere, comunica interesse per il cliente, offre rinforzi positivi.

Occorre prestare molta attenzione nel sostenere e confermare in quanto, se l'operatore non fonda l'intervento su elementi realistici, in cui egli stesso crede, corre il rischio di offrire banali rassicurazioni che hanno l'effetto di ostacolare ulteriormente il colloquio.

Dare informazioni

Le informazioni costituiscono dei richiami a dati di realtà e vanno comunicati in modo neutro, chiaro e puntuale.

Evocare Affermazioni nella direzione del cambiamento

Il colloquio motivazionale è "orientato" in quanto ha lo scopo di riconoscere, evocare ed utilizzare le Affermazioni Orientate al Cambiamento (AOC). Tali affermazioni sono frasi del cliente in cui sono presenti: riconoscimento del problema - volontà di cambiare - preoccupazione – fiducia e ottimismo. In base alla teoria dell'autopercezione si assume che il cliente rinforzi il processo di cambiamento quando esprime con sue parole affermazioni dal carattere di quelle qui richiamate.

Esistono alcune tecniche specifiche:

Guardarsi indietro;

Guardare avanti;

Esplorare i valori;

Ipotizzare il peggio;

Utilizzare la bilancia decisionale;

Schierarsi per il non cambiamento, ovvero il “paradosso terapeutico”.

I processi motivazionali:

- Stabilire una relazione, ingaggiare il cliente nella relazione (Engaging)
- Focalizzare, mettere nel mirino un problema, un aspetto, un obiettivo (Focusing)
- Evocare, fare emergere il punto di vista del cliente (Evoking)
- Pianificare, individuare un punto di partenza, priorità, un percorso (Planning)

Gli aggiornamenti: il Counseling Motivazionale Integrato®.

Miller e Rollnick (2014), hanno sempre evidenziato il carattere transteorico del C.M. e la sua utile sinergia che con altri approcci (coerenti nelle linee guida) che rende possibili più ampie applicazioni e soprattutto migliori risultati.

Miller e Rollnick (2014) nel descrivere la comunicazione trasformativa operata dal Counseling Motivazionale, ricordano un importante principio della psicologia della percezione, secondo il quale, quando una persona dà voce a ciò che sente, chi l'ascolta fa esperienza delle sue emozioni e della sua rappresentazione del mondo. A questo, i due autori, aggiungono che il fatto di entrare in una sintonia espressiva con l'interlocutore dipende non solo dal percepire e accogliere i vissuti che il suo parlare producono, ma anche dal fatto di restituirli e rispecchiarli al parlante. La rappresentazione di sé che l'interlocutore riceve (che origina da tale rispecchiamento) ha il potere di rendere più probabile un cambiamento, poiché è connessa con un afflusso d'energia, con una diversa angolatura e con un'immagine/mappa di sé più dettagliata. Il significato di una battuta di ascolto riflessivo dà luogo ad ulteriori catene di significato, mentre sentiamo un nostro stato interiore prendere voce e forma dal nostro interlocutore. Un'affermazione contenente le due facce della situazione, o anche la ripetizione semplice di una o più parole chiave del discorso del nostro cliente, espresse con empatica centratura sulla persona, possono far balenare un piccolo *satori*, il termine Zen che sta per illuminazione: qualcosa che apre le porte dell'intuizione, della percezione, l'insight nei processi creativi. La relazione rispecchiante, vale a dire empatica, è la condizione essenziale per l'ascolto profondo e per la conoscenza dell'esperienza soggettiva del cliente, aspetti di per sé forieri di ricontestualizzazioni, rielaborazioni e riattivazioni capaci di elicitarne l'uscita dalla criticità.

Iacoboni (2008) precisa che il processo di rispecchiamento è immediato, non si può parlare di imitazione, ma di comprensione diretta, esperienza interiore che si traduce in azione senza la mediazione dell'astrazione logica. L'attivazione empatica psicocorporea permette, quindi, di partecipare all'azione dell'altro senza doverlo imitare, permette di ascoltarlo profondamente, di stare nella relazione, di sentirlo, di comprenderlo, di entrare in rapporto senza dover necessariamente essere d'accordo con i suoi contenuti.

L'empatia, ricorda Gallese¹ (2013), avviene soltanto in un processo di sintonizzazione psico-fisica: è l'accesso diretto all'altro mantenendo i propri confini che permette la comprensione profonda. In questo senso l'empatia è ad attivazione biocorporea (neuromodulatori, prossemica posturale, mimica, sensomotoria, regolazione emozionale). La dinamica corporea intensifica la dinamica cerebrale riguardante le emozioni e le relazioni, stimolando la produzione neuro-modulatoria di dopamina, acetilcolina e serotonina. Tutti questi neuromodulatori sono attivatori di circuiti neuronali che estendono non soltanto la dinamica momentanea (riducono il senso di disagio e predispongono l'esplorazione), ma anche la memoria a lungo termine. Così, a differenza del counseling

¹ Gallese, insieme a Giacomo Rizzolatti e Leonardo Fogassi, ha ricevuto nel 2007 il Grawemeyer Award per la psicologia.

esclusivamente verbale, l'integrazione con attivazioni corporee lascia sia tracce mnestiche profonde, subcorticali, che esplicite, cioè, corticali (Cozolino, 2008).

Il funzionamento del SNC, attraverso il cervello, si attua solo se interconnesso con il corpo. Si può dire che il corpo (cervello compreso) è preparato per guidare l'organismo a sviluppare se stesso anche nella percezione di sé in relazione all'ambiente. Inoltre, il corpo nelle relazioni interpersonali gioca un ruolo fondamentale visto che l'intersoggettività (le relazioni tra individui) è a monte del livello di comunicazione verbale, avviene cioè attraverso processi pre-verbali di sintonizzazione e di *simulazione incarnata* (Gallese, 2006).

L'osservazione di un'azione induce l'attivazione dello stesso circuito nervoso deputato a controllarne l'esecuzione, quindi l'automatica simulazione della stessa azione nel cervello dell'osservatore che si riverbera nell'attivazione psicocorporea, comprese le sensazioni propriocettive e interocettive, cioè la somma di sensazioni che determina un sentimento generale di benessere o di malessere, di affaticamento, di energia, di confusione o di chiarezza (Gallese, 2007). La mente, come già sosteneva Bateson (1977) non è solo interiorità, ma è prodotta anche dagli stati mentali attivati dal corpo, il tutto in assoluta connessione con il nostro essere nel mondo.

I neuroni specchio, che si attivano nell'osservazione dell'altro, sono neuroni senso-motori, che generano e preparano la loro finalità ultima che è l'attivazione corporea. Dunque, inizialmente (sia a livello ontogenetico che filogenetico) la relazione umana non si produce attraverso il linguaggio e la conoscenza cognitiva, ma attraverso l'esperienza corporea che si attiva e sviluppa con la vicinanza, l'osservazione e il contatto con l'altro. Il motto cartesiano *Penso dunque sono*, andrebbe riformulato in *Sento dunque sono*.

La percezione di sé è la consapevolezza del corpo vivo, cioè della sua attivazione psicofisica. La vista della vita psichica dell'altro ci fa conoscere la nostra così come si presenta osservata dall'esterno (Gallese, 2007). L'empatia corporea rappresenta una capacità innata, strutturata dall'apprendimento. Il counselor che sta in risonanza psicofisica con la persona sta favorendo la rinascita di questa competenza emotivo-relazionale, lo sblocco del ciclo delle emozioni e quindi la strutturazione del Sé (Stern, 2005).

L'ascolto riflessivo e l'empatia corporea, l'accoglienza e il rispetto della prossemica emotiva della persona, aiutano la ricerca, tramite domande sonda, riflessività e attivazioni psicocorporee, delle connessioni e dei luoghi in cui le parole e le emozioni prendono corpo, si affacciano timidamente o urlano di uscire dall'inibizione e richiedono di essere accolte profondamente. L'attivazione dei neuroni specchio nella relazione professionale d'aiuto in tal modo strutturata mette in moto un circolo virtuoso che può essere rappresentato ricorrendo a un'immagine orbicolare così sintetizzata (Iacoboni, 2008).

Accoglienza empatica ↓
Interazione sociale positiva ↓
Attivazione di afferenze sensorie da parte di stimoli non fastidiosi ↓
Attivazione clima empatico ↓
Stimolazione di effetti antistress ↓
Stimolazione dell'attaccamento e del legame ↓
Stimolazioni mentali, sensoriali positive ↓
Sviluppo clima empatico ↓
Promozione di elaborazioni/apprendimenti trasformativi
(promozione del senso di benessere).

Sinossi di un percorso di Counseling Motivazionale Integrato.²

- Dalla parola all'emozione all'immagine al gesto al corpo alla parola -

A mo' di esempio, il C.M.I. può essere descritto come un processo dinamico composto fino a cinque stadi, a seconda dell'obiettivo concordato con il cliente.

Stadio 1. L'accoglienza motivante: sintonia empatica, domande aperte e ascolto riflessivo, cogliere parole e gesti chiave.

Stadio 2. Ascolto riflessivo focalizzato sul sentire e domande sonda per approfondire la narrazione, la sintonizzazione e il profilo motivazionale/emozionale (i tre fattori del cambiamento e il ciclo emozionale).

Stadio 3. Dare corpo alle parole, esperire la narrazione. Aiutare la persona a sentire dove risuonano le parole chiave, dove si collocano e quali sensazioni producono. Domande sonda, riflessività del sentimento e riflessività amplificata per far emergere dalla parola l'emozione e le sue radici corporee. Si lavora sulla consapevolezza e prime modulazioni; uso orientato dell'ascolto riflessivo

Stadio 4. Intraprendere elaborazioni, progetti e azioni per il cambiamento dentro il setting (costruire immagini, piani di lavoro, decision making, simulate, real playing) e fuori (le cose da fare per raggiungere gli obiettivi, verifiche comportamentali ed emozionali).

Stadio 5. Controllo ecologico. Ogni cambiamento rispetta l'ecologia interna se si armonizza con i criteri, i valori, le regole, i sentimenti, le finalità della persona, altrimenti nascono disagi, resistenze, insoddisfazioni, ritorni ai vecchi comportamenti. La persona viene invitata a fare una ricognizione: della qualità dei suoi stati d'animo, delle sue emozioni, delle sue condizioni di vita, dei suoi rapporti nei contesti di riferimento, di quanto si sente soddisfatto, della voglia di continuare e rinforzarsi nei propri cambiamenti.

Naturalmente non si tratta di un processo lineare, con una sequenza logica, predefinita, siamo più vicini all'immagine di una danza, un percorso con passaggi avanti e indietro con un ritmo condiviso, rispettoso dei movimenti e delle scelte del cliente.

Mi piace collegare questi stadi che noi chiamiamo il ciclo vitale del percorso di counseling con le parole di Rollo May (1991). Il compito del counselor è quello di assistere la persona nella ricerca del suo vero Sé e poi di aiutarlo a trovare il coraggio di essere quel Sé e potrà farlo accompagnandolo nell'identificazione e nell'espressione delle sue emozioni.

Studi di efficacia del C.M.³

Quale strumento standardizzato e guidato tramite manuale, Miller e coll. (1992 e seg.) hanno sviluppato il protocollo definito Motivazionale Enhancement Therapy (MET). Nel 1999 il NIDA (l'istituto governativo Usa che definisce le politiche americane sulle droghe) ha inserito la MET tra gli approcci a cui è riconosciuto un fondamento scientifico (National Institute of Drug Abuse – National Institutes of Health 1999). Nel 2012 in Italia è uscito il volume edito dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri, dipartimento politiche antidroga, dal titolo *Diagnosi e intervento precoce dell'uso di sostanze nei minori*. Il libro riconosce come metodologia elettiva il Counseling Motivazionale e lo riporta in copertina.

² Per approfondire lo stile e le strategie del C.M.I. con l'uso di domande sonda, frasi direzionali, riflessività e attivazioni psicocorporee, vedi: A. Bimbo, *Il Counseling Motivazionale integrato con le neuroscienze*, Rivista Italiana di Counseling, anno 1°, n. 1, 2014, pp. 14-25.

³ Tratto da: Guelfi G.P., *Le basi teoriche del colloquio motivazionale*, Retrieved from <http://www.motivareallasalute.it>

Il C.M. è stato al centro di due importanti studi multicentrici che ne hanno valutato l'efficacia comparata, il Project MATCH (Project MATCH Research Group 1993, 1998), che fu sviluppato utilizzando la MET (Miller e coll. 1992) negli Stati Uniti; e lo studio UKATT (UKATT Research Team 2005 a e 2005 b) in Gran Bretagna.

Un notevole sviluppo ha raggiunto la letteratura scientifica volta alla verifica dell'efficacia del metodo clinico del C.M.: oltre 200 tra trial clinici controllati, revisioni sistematiche e metanalisi (Burle e coll. 2003, Dunn e coll., 2001, Hettema e coll., 2005) che complessivamente hanno dimostrato effetti positivi del C.M. in numerosi campi di attività e applicazione. Un interessante aspetto emerso in questi studi è stato quello della particolare efficacia del C.M. quando applicato in associazione ad altri trattamenti attivi, Miller e Rose (2009).

Conclusioni

La scientificità del CM si fonda sul fatto che l'approccio è:

Basato su Evidenze Scientifiche di Efficacia (come dimostrato da oltre 200 studi clinici)

Relativamente breve (rientra infatti anche tra le terapie brevi efficaci)

Descrivibile (anche se l'uso dei manuali è da considerare con prudenza)

Caratterizzato da meccanismi di funzionamento osservabili

Verificabile (sia nella proposta che negli esiti)

Riproponibile in diverse aree problematiche (questo costituisce il maggior ambito di ricerca e sperimentazione).

Applicabile in modo positivo in ambiti culturali diversi (formatori di 48 nazionalità, tradotto in 24 lingue).

Complementare ad altri metodi ed approcci caratteristici delle relazioni d'aiuto.

Integrabile con la formazione di un'ampia fascia di counselor e operatori multiprofessionali.

Bibliografia:

- Ammaniti M., Gallese V., (2014), *La Nascita dell'Intersoggettività. Lo Sviluppo del Sé tra Psicodinamica e Neurobiologia*, Raffaello Cortina Editore.
- Bateson, G. (1977) *Verso un'ecologia della mente*, Adelphi.
- Beauregard M., (2009), Effect of mind on brain activity: evidence from neuroimaging studies of psychotherapy and placebo effect, *Nord J Psychiatry*, 63: 5-16.
- Bimbo, A., (2011) *La Comunicazione*, pp. 65-84, in "La gestione del rischio Clinico", Mc Graw Hill.
- Bimbo, A., (2014), *Il Counseling Motivazionale integrato con le neuroscienze*, *Rivista Italiana di Counseling*, anno 1°, n. 1, 2014, pp. 14-25.
- Cozolino L., (2008) *Il cervello sociale*, *Neuroscienze delle relazioni umane*, Raffaello Cortina Editore.
- Damasio A.R., (2000), *Emozione e coscienza*, Adelphi.
- Edelman G. M., (2007), *Seconda natura. Scienza del cervello e conoscenza umana*. Raffaello Cortina.
- Gallese V. (2013) *Corpo non mente. Le neuroscienze cognitive e la genesi di soggettività ed intersoggettività*. *Educazione Sentimentale*, 20: 8-24.
- Ibidem, (2007), *Dai neuroni specchio alla consonanza intenzionale. Meccanismi neurofisiologici dell'intersoggettività*, *Rivista di Psicoanalisi*, LIII, 1, 197-208.
- Gallese V., Migone P., Eagle M. N., (2006), *La simulazione incarnata: i neuroni specchio, le basi neurofisiologiche dell'intersoggettività ed alcune implicazioni per la psicanalisi*, *Psicoterapia e Scienze Umane*, 3: 543-580.
- Guelfi G.P., *Le basi teoriche del colloquio motivazionale*, Retrieved from <http://www.motivareallasalute.it>
- Iacoboni M., (2008) *I neuroni specchio, Come capiamo ciò che fanno gli altri*, Boringhieri.
- Laborit H., (1986), *L'inibizione dell'Azione*, Il Saggiatore.

- 🚩 LeDoux J., (1998) *Il cervello emotivo. Alle radici delle emozioni*, Baldini e Castoldi.
- 🚩 Liss J., (2006), *Psicoanalisi e Neurofisiologia*, in *Ricerca Psicoanalitica*, XVII, 3.
- 🚩 Ibidem, (2004), *L'ascolto profondo*, La meridiana.
- 🚩 May R., (1991), *L'arte del counseling*, Astrolabio, 1991.
- 🚩 Miller, W., Rollnick S., (2014), *Il colloquio motivazionale. Aiutare le persone a cambiare*. Erickson, Trento.
- 🚩 Ibidem, (1991), *Motivational interviewing. Preparing people to change addictive behavior*, New York, NY, US: Guilford press.
- 🚩 Ibidem, (2013), *Motivational Interviewing*. DVD..
- 🚩 Ibidem, (2004), *Il Colloquio Motivazionale – Preparare la persona al cambiamento*, Edizioni Centro Studi Erickson. Trento.
- 🚩 Poli E. F., (2020) *Le emozioni che curano*, Edizioni Mondadori.
- 🚩 Prochaska J.O., DiClemente C.C., (1992), *Stages of change in the modification of problem behaviors*, *Prog Behav Modif*; 28: 183-218 PMID 1620663.
- 🚩 Rizzolatti G., Sinigaglia C., (2006) *So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio*, Raffaello Cortina Editore.
- 🚩 Rosengren D. B., (2011), *Guida pratica al counseling motivazionale - Manuale per i professionisti sociali e sanitari*. Edizioni Centro Studi Erickson. Trento.
- 🚩 Stern D.N., (2005), *Il momento presente. In psicoterapia e nella vita quotidiana*, Raffaello Cortina Editore.

1.7.1 Definizione sintetica

Counseling motivazionale

1.8 Costi

5.700,00 euro IVA inclusa

2. Presentazione del corso

2.1 Titolo del corso

Corso triennale per counselor motivazionale

2.2 Obiettivi

S.I.C.M.I. persegue due obiettivi tra loro sinergici: la serietà nella preparazione professionale e il benessere con cui il professionista può operare. Per questo, accanto a una formazione cognitiva viene dato ampio spazio alla crescita personale attraverso attività esperienziali autoesplorative, relazionali e formative.

Il primo anno di corso ha come obiettivi l'approfondimento della conoscenza delle modalità personali di interazione, la sperimentazione delle caratteristiche e dei principi della relazione d'aiuto, la facilitazione all'ascolto e alla espressione personale. Vengono proposti i principi e le tecniche di base del Counseling Motivazionale e i fondamenti delle teorie bio-psico-sociali dei sistemi umani.

Il primo anno di corso affronta le tematiche essenziali dell'aiuto professionale e i fondamenti del corretto atteggiamento del counselor nei confronti della persona che chiede aiuto. Costituisce la base su cui vengono sviluppate le abilità specifiche del Counseling Motivazionale ed è quindi propedeutico all'approfondimento delle tematiche specifiche affrontate nei successivi anni di corso.

Il secondo anno di corso ha come obiettivi l'utilizzo delle abilità acquisite nel primo anno per sostenere le risorse della persona, orientare l'interazione verso il cambiamento, evocare e rinforzare la motivazione. Viene approfondita la sperimentazione delle caratteristiche e dei principi della relazione d'aiuto e vengono sperimentate ed integrate le tecniche complesse del Counseling Motivazionale con apporti di altre metodiche ad esso affini.

Il terzo anno di corso ha come obiettivo l'approfondimento e l'organizzazione delle abilità acquisite nei primi due anni di corso per una efficace applicazione del Counseling Motivazionale in campi specifici di intervento. Vengono approfondite le peculiarità del counseling individuale, di coppia, familiare, con i gruppi e con le organizzazioni. Viene favorito un approfondimento delle modalità personali di interazione al fine di utilizzare attivamente ed intenzionalmente le proprie caratteristiche individuali per orientare la relazione di aiuto verso obiettivi utili e possibili. Vengono condotte supervisioni personali sulla applicazione delle abilità complesse di counseling.

Schematicamente.

- Conoscenza delle modalità personali di interazione
- Sperimentazione delle caratteristiche e dei principi della relazione d'aiuto in counseling
- Facilitazione all'ascolto e alla espressione personale
- Fare esperienza delle dinamiche di: Ascolto, Empatia, Comprensione
- Apprendere le abilità di conduzione di una sessione di counseling individuale
- Apprendere le abilità di conduzione di una sessione di counseling di gruppo
- Apprendimento dei principi e delle tecniche del Counseling Motivazionale e dei fondamenti delle teorie bio-psico-sociali dei sistemi umani

- Apprendimento di un corretto atteggiamento del counselor nei confronti della persona e del contesto che chiede aiuto
- Fare esperienza delle dinamiche di: Sostegno, Orientamento, Motivazione
- Fare esperienza delle dinamiche di: Integrazione bio-psico-sociale, Benessere socio-relazionale ed emotivo
- Fare esperienza delle dinamiche di: Evoluzione, adattamento e Cambiamento.

2.3 Metodologia d'insegnamento

La Scuola Italiana di Counseling Motivazionale Integrato fonda la sua attività su una metodologia didattica interattiva (gruppi d'incontro, simulate, role-playing, real-playing, fish bowl). Il processo formativo pone particolare attenzione alle dinamiche del gruppo e alla partecipazione dei singoli, è orientato all'apprendimento esperienziale, alla comprensione empatica e alla maieutica. Questo metodo intende sviluppare la capacità professionale del counselor di collocarsi in una posizione eterocentrata, da cui osservare l'altro, la qualità della relazione e anche se stesso. La formazione al Counseling Motivazionale, come percorso interdisciplinare, coinvolge diversi aspetti tra loro correlati: la dimensione teorico-concettuale (il sapere), la dimensione esperienziale (il fare) e la dimensione personale (il sentire). Il percorso formativo della Scuola Italiana di Counseling Motivazionale Integrato ha lo scopo di fornire una preparazione individuale approfondita al counseling, nelle relazioni professionali di aiuto in campo consulenziale, educativo, sanitario, assistenziale, organizzativo.

Il corso triennale propone una formazione pratico-esperienziale non assimilabile ad un percorso di studi di tipo cognitivo e implica la disponibilità ad un percorso di conoscenza e sviluppo personale, condotto sia all'interno dei moduli esperienziali del corso (laboratori), sia con esperienze specifiche di elaborazione e supervisione personale, individuale e in gruppo. Condizioni essenziali per imparare ad aiutare gli altri. La formazione si basa su un modello integrato, operativo ed evidence based, in primis collegato al counseling motivazionale di Miller e Rollnick, arricchito con l'approccio psicocorporeo, le neuroscienze, l'artcounseling e l'approccio sistemico. Questo permette al counselor di acquisire un modo d'essere e di fare capace di cogliere le esigenze della persona e della situazione senza arroccarsi forzatamente a un unico modello di riferimento.

2.3.1 Percorso personale

La capacità di offrire una efficace relazione di aiuto è favorita da una serie di attività esperienziali:

- un percorso di conoscenza e sviluppo personale a livello emozionale, cognitivo e relazionale, attraverso colloqui con docenti counselor (Antonio Bimbo, Carmencita Mastroianni, Tiziana Mori, Paola Agni, Alessandra Matarrese), in numero da concordare, comunque non inferiore a tre.
- un percorso di conoscenza e sviluppo personale a livello emozionale, cognitivo e relazionale, attraverso il lavoro dei gruppi d'incontro mensili della durata di due ore, condotti da docenti counselor o psicoterapeuti (Antonio Bimbo, Carmencita Mastroianni, Tiziana Mori, Giovanni Brighenti, Paola Agni, Alessandra Matarrese).
- un percorso di conoscenza e sviluppo personale a livello emozionale e relazionale, attraverso il lavoro dei gruppi "Il corpo motivazionale", con metodologia integrata tra counseling motivazionale, neuroscienze e Skills Training DBT oriented (Dialectical Behavior Therapy), durata due ore, frequenza mensile, 3° anno

(Antonio Bimbo).

- un percorso di conoscenza di sé e delle proprie radici attraverso il lavoro di costruzione e presentazione in gruppo del Genogramma, condotto da docenti counselor o psicoterapeuti (Carmencita Mastroianni, Tiziana Mori, Giovanni Brighenti) in sessioni di 3 ore collocate nel 3° anno.
- un percorso di conoscenza di sé e del proprio modo di stare nella relazione d'aiuto, attraverso supervisioni in gruppo condotte da counselor (Antonio Bimbo, Carmencita Mastroianni, Tiziana Mori, Paola Agni, Alessandra Matarrese), in sessioni di tre ore collocate mensilmente nel 3° anno.
- un percorso di conoscenza di sé e del proprio modo di stare in gruppo e nella relazione d'aiuto, attraverso role-play, real-play e fish bowl condotti da counselor (Paola Agni, Antonio Bimbo, Carmencita Mastroianni, Alessandra Matarrese, Tiziana Mori, Giovanni Brighenti), in sessioni di tre ore collocate mensilmente nel triennio.

2.4 Struttura del corso

Durata espressa in anni: 3

Durata espressa in ore:695

2.5 Organizzazione didattica

2.5.1 Criteri di ammissione

a) Diploma di laurea triennale. *oppure*

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

c) Inserire eventuali altri criteri proposti dalla scuola e proseguire eventualmente la lista.

2.5.2 Modalità di ammissione

a) Massimo allievi iscrivibili: inserire il numero degli allievi. 12 annualmente.

b) Per essere ammessi al corso è necessario: inserire eventuali richieste (test, colloquio, selezione, etc.).

Scheda conoscitiva di preiscrizione con curriculum; Colloquio di ammissione.

2.5.3 Esami

Annualmente viene svolta dai docenti referenti dell'annualità una verifica di apprendimento e di adeguatezza professionale. Verifica svolgimento tirocinio. Esame finale con discussione tesi teorico-pratica su argomenti di pertinenza la professione del counselor; la commissione è composta da almeno tre docenti counselor, di cui uno esterno al team didattico del 3° anno.

2.5.4 Assenze

Fino ad un massimo del 20%, dal 21% al 49% sono da recuperare, dal 50% in su non si è ammessi all'anno successivo.

2.5.5 Materiale didattico

Le dispense della scuola e dei docenti vengono fornite mensilmente, insieme alle slide delle lezioni. Le schede di lavoro, i questionari di verifica dei colloqui dai diversi punti di vista (osservatore, cliente, counselor), le schede di analisi degli stadi del cambiamento vengono fornite relativamente agli argomenti trattati.

2.6 Documenti da rilasciare al discente

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

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

3. Programma del corso

3.1 Formazione teorico-pratica

3.1.1 Insegnamenti obbligatori

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Storia del counseling	8	Paola Agni
Fondamenti del counseling	28	Alessandra Matarrese
Comunicazione, scelte e cambiamento	28	Carmencita Mastroianni, Antonio Bimbo
Psicologie	28	Giovanni Brighenti, Ilaria Bimbo
Altre scienze umane	28	Antonio Bimbo, Lara Wielingen
Le professioni della relazione di aiuto: confini ed elementi di psicopatologia	16	Giovanni Brighenti
Etica e deontologia	16	Paola Agni
Promozione della professione	8	Antonio Bimbo, Paola Agni
Subtotale insegnamenti minimi obbligatori	160	\

3.1.2 Insegnamenti complementari (specifici della scuola)

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Lo stile e le abilità di base del Counseling Motivazionale	16	Carmencita Mastroianni
Conoscenze e tecniche del Counseling Motivazionale	34	Carmencita Mastroianni, Tiziana Mori
Metodi e tecniche complesse del counseling motivazionale	18	Carmencita Mastroianni, Tiziana Mori
Elementi di counseling del cambiamento	10	Tiziana Mori
Il Counseling Motivazionale Integrato e le Neuroscienze	36	Antonio Bimbo
Laboratorio esperienziale di tecniche di comunicazione	22	Antonio Bimbo, Carmencita Mastroianni
Laboratorio esperienziale sulle abilità del counseling e delle relazioni di aiuto	26	Carmencita Mastroianni, Tiziana Mori
Laboratorio esperienziale sulle abilità del Counseling Motivazionale	36	Paola Agni, Carmencita Mastroianni, Alessandra Matarrese, Tiziana Mori
Laboratorio esperienziale sulle abilità del Counseling Motivazionale Integrato	25	Antonio Bimbo
Supervisione sull'applicazione delle abilità di counseling	72	Antonio Bimbo

Subtotale insegnamenti minimi obbligatori	295	\
---	-----	---

3.1.3 Totale formazione teorica nei tre anni

Monte ore totale della formazione teorico-pratica	455	\
---	-----	---

3.2 Formazione esperienziale

3.2.1 Percorso personale

TIPOLOGIA	ORE	TRAINER
Formazione personale mista	90	Antonio Bimbo, Carmencita Mastroianni, Tiziana Mori, Giovanni Brighenti, Ilaria Bimbo
Subtotale percorso personale	90	\

3.2.2 Supervisione didattica

TIPOLOGIA	ORE	SUPERVISORE
Supervisione didattica	72	Antonio Bimbo, Giovanni Brighenti.
Subtotale supervisione didattica	72	\

3.2.3 Tirocinio (minimo 4 convenzioni)

TIPOLOGIA	ORE	ENTE/I CONVENZIONATO/I	SUPERVISORE/I
Inserimento nella struttura La piazzetta – housing sociale per mamme con bambini e anziani autosufficienti. Obiettivi del tirocinio: offrire uno spazio di ascolto agli ospiti presenti nella struttura, facilitando il loro progetto di autodeterminazione. Principali attività del tirocinio: colloqui individuali con ospiti della struttura; debriefing con gli operatori di riferimento; partecipazione alle riunioni dello staff.	150	Cooperativa sociale Dai Crocicchi, soc. coop.va arl, Bologna.	Antonio Bimbo

Inserimento nel progetto "Accoglienza persone emigrate". Obiettivi del tirocinio: offrire uno spazio di ascolto alle persone provenienti da paesi extracomunitari, facilitando il loro progetto di inserimento nella realtà locale. Principali attività del tirocinio: colloqui individuali; debriefing con gli operatori di riferimento; partecipazione alle riunioni dello staff.	150	CIDAS, Soc. Cooperativa Sociale a r.l. Ferrara.	Antonio Bimbo
Durante le 90 ore svolte nelle carceri di Modena e Castelfranco Emilia si svolgeranno prioritariamente attività legate alla partecipazione a colloqui di sostegno e alla progettualità esterna nel percorso trattamentale ai detenuti, in collaborazione con gli operatori coinvolti negli stessi percorsi.	90	Asl Modena, Medicina penitenziaria/Sert/Intramuraria.	Antonio Bimbo
L'attività di tirocinio consiste principalmente nel collaborare con gli incontri settimanali con i pazienti e le loro famiglie, al fine di cogliere l'andamento della situazione, i bisogni di cura, di sostegno e di assistenza.	60	Ausl Modena, Dipartimento Rete Locale di Cure Palliative.	Antonio Bimbo
Il tirocinio si realizzerà presso lo Sportello di mediazione e Progetto dimittendi della Casa Circondariale di Bologna. Obiettivi. Il progetto si compone di 2 macroaree: lo sportello di ascolto e mediazione; il progetto di sostegno all'uscita dal carcere.	150	Cooperativa Sociale Società Dolce, Bologna	Antonio Bimbo
Subtotale tirocinio		\	\

3.2.4 Totale formazione esperienziale nei tre anni

Subtotale percorso personale + supervisione + tirocinio	312	\
--	-----	---

3.3 Totale formazione nei tre anni

Somma di tutte le attività	695	\
----------------------------	-----	---

4. Bibliografia del corso

- ✚ Bateson, G. (1977) *Verso un'ecologia della mente*, Adelphi.
- ✚ Beauregard M., (2009), *Effect of mind on brain activity: evidence from neuroimaging studies of psychotherapy and placebo effect*, Nord J Psychiatry, 63: 5-16.
- ✚ Bimbo, A., (2011) *La Comunicazione*, pp. 65-84, in "La gestione del rischio Clinico", Mc Graw Hill.
- ✚ Ibidem, (2014), *Il Counseling Motivazionale Integrato con le neuroscienze*, pp. 14-25, in "Rivista Italiana di Counseling", Milano.
- ✚ Cozolino L., (2008) *Il cervello sociale*, Neuroscienze delle relazioni umane, Raffaello Cortina Editore.
- ✚ Damasio A.R., (2000), *Emozione e coscienza*, Adelphi.
- ✚ Edelman G. M., (2007), *Seconda natura. Scienza del cervello e conoscenza umana*. Raffaello Cortina.
- ✚ Gallese V. (2013) *Corpo non mente. Le neuroscienze cognitive e la genesi di soggettività ed intersoggettività*. *Educazione Sentimentale*, 20: 8-24.
- ✚ Ibidem, (2007), *Dai neuroni specchio alla consonanza intenzionale. Meccanismi neurofisiologici dell'intersoggettività*, *Rivista di Psicoanalisi*, LIII, 1, 197-208.
- ✚ Gallese V., Migone P., Eagle M. N., (2006), *La simulazione incarnata: i neuroni specchio, le basi neurofisiologiche dell'intersoggettività ed alcune implicazioni per la psicanalisi*, *Psicoterapia e Scienze Umane*, 3: 543-580.
- ✚ Guelfi G.P., *Le basi teoriche del colloquio motivazionale*, Retrieved from <http://www.motivareallasalute.it>
- ✚ Iacoboni M., (2008) *I neuroni specchio, Come capiamo ciò che fanno gli altri*, Boringhieri.
- ✚ Laborit H., (1986), *L'inibizione dell'Azione*, Il Saggiatore.
- ✚ LeDoux J., (1998) *Il cervello emotivo. Alle radici delle emozioni*, Baldini e Castoldi.
- ✚ Liss J., (2006), *Psicoanalisi e Neurofisiologia*, in *Ricerca Psicoanalitica*, XVII, 3.
- ✚ Ibidem, (2004), *L'ascolto profondo*, La meridiana.
- ✚ May R., (1991), *L'arte del counseling*, Astrolabio, 1991.
- ✚ Miller, W., Rollnick S., (2014), *Il colloquio motivazionale. Aiutare le persone a cambiare*. Erickson, Trento.
- ✚ Ibidem, (1991), *Motivational interviewing. Preparing people to change addictive behavior*, New York, NY, US: Guilford press.
- ✚ Ibidem, (2013), *Motivational Interviewing*. DVD..
- ✚ Ibidem, (2004), *Il Colloquio Motivazionale – Preparare la persona al cambiamento*, Edizioni Centro Studi Erickson. Trento.
- ✚ Poli E. F., (2020), *Le emozioni che curano*, Edizioni Mondadori.
- ✚ Prochaska J.O., DiClemente C.C., (1992), *Stages of change in the modification of problem behaviors*, *Prog Behav Modif*; 28: 183-218 PMID 1620663.
- ✚ Rizzolatti G., Sinigaglia C., (2006) *So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio*, Raffaello Cortina Editore.
- ✚ Rosengren D. B., (2011), *Guida pratica al counseling motivazionale - Manuale per i professionisti sociali e sanitari*. Edizioni Centro Studi Erickson. Trento.
- ✚ Stern D.N., (2005), *Il momento presente. In psicoterapia e nella vita quotidiana*, Raffaello Cortina Editore.

5. Programmi sintetici

5.1 Titolo dell'insegnamento

LE ABILITA' DI BASE DEL COUNSELING MOTIVAZIONALE

14 ore PRIMO ANNO

DOCENTE: Carmencita Mastroianni

Obiettivo: Presentare e fare sperimentare le abilità di base del Counseling Motivazionale, che costituiscono il nucleo centrale dell'approccio motivazionale, curando in particolare che l'apprendimento sia somatizzato ed ancorato ad uno stile relazionale coerente.

Traccia: Partendo dalla definizione di Colloquio Motivazionale, " uno stile di comunicazione collaborativo e orientato, che presta particolare attenzione al linguaggio del cambiamento, progettato per rafforzare la motivazione personale e l'impegno verso un obiettivo specifico, attraverso la facilitazione e l'esplorazione delle ragioni proprie della persona per cambiare, il tutto in un'atmosfera di accettazione e aiuto", vengono presentate le abilità di base, nel rispetto dello spirito motivazionale, caratterizzato da:

Collaborazione: "Se tratti una persona per come è, resterà quello che è, ma se la tratti per ciò che dovrebbe e potrebbe essere, diverrà ciò che dovrebbe e potrebbe essere". (Goethe); il cliente è l'esperto di se stesso, come l'operatore è l'esperto della professione ed è interessato a capire quello che il cliente pensa e sente. Quindi nello stile motivazionale la collaborazione implica dinamismo reciproco, è esplorare piuttosto che esortare, sostenere piuttosto che persuadere o discutere, tendere piuttosto che costringere al cambiamento, monitorare le aspettative dell'altro dal momento che il processo interpersonale è un incontro di aspirazioni solitamente diverse.

Accettazione: non significa necessariamente approvare le azioni o lo status quo della persona con cui collaboriamo. (Rogers) La profonda accettazione è data dal riconoscimento: dell'*Assoluto valore della persona*, un totale rispetto dell'altro che attribuisce valore alle sue ragioni; dall'*Accurata empatia*, al cui opposto troviamo l'imposizione della propria prospettiva, con il presupposto che quella dell'altro sia irrilevante ed errata; la *Valorizzazione dell'autonomia* al suo opposto c'è il tentativo di forzare le persone all'azione, esercitando un controllo su di loro; il *Sostegno*, ovvero la ricerca ed il riconoscimento delle risorse e degli sforzi della persona; il suo opposto è ricercare l'errore, il fallimento.

Evocazione o maieutica: che vuol dire tirar fuori la "wisdom", la saggezza, la visione del cliente, il lavoro sulla ambivalenza risulta in questo fondamentale. "Non io ho quello che ti serve, ma tu hai quello che ti serve", che implica una focalizzazione sulle risorse che si presuppone le persone posseggano già ed il processo per renderle consapevoli e spendibili.

Propensione all'aiuto (compassion) che non prevede il "soffrire insieme" né il provare simpatia, implica invece la promozione attiva del benessere altrui, considerando prioritarie le esigenze dell'altro. Se manca la "compassion", le altre tre componenti diventano una forma di manipolazione, la professione d'aiuto si assimila ad un modo per vendere un prodotto e si ha un focus eccessivo sulle tecniche.

"Il linguaggio non solo riflette gli atteggiamenti, ma li modella. Gli atteggiamenti non solo si riflettono nel linguaggio, ma ne vengono influenzati attivamente"(W.R.Miller; S.Rollnick,2014).

Sulla base di questo assunto, la metodologia e le tecniche presentate tendono riflessivamente ad accogliere, accettare e comprendere profondamente l'altro e contemporaneamente a guidarlo strategicamente verso la realizzazione degli obiettivi autodeterminati, utilizzando i quattro processi fondamentali del Colloquio Motivazionale, che sono stati integralmente adottati dal Counseling Motivazionale:

- ✚ stabilire la relazione (engaging);
- ✚ puntualizzare e focalizzare (focusing);
- ✚ evocare (evoking);
- ✚ concordare un piano (planning)

La didattica sarà supportata da musica, proiezione di slides e video.

Argomenti:

Le tecniche di base dell'Ascolto Riflessivo;
Le Domande aperte;
Il Riassunto;
Il Sostegno e la Conferma;
Il fornire Informazioni;
L'Evocare Affermazioni Orientate al Cambiamento (AOC)

Attività esperienziali:

- Esercitazione “Gruppo Continuo”

Finalità:

Il Gruppo Continuo è uno strumento per l'apprendimento consapevole dell'approccio e metodologia motivazionali.

Partendo da una situazione esperienziale ogni partecipante ha la possibilità di sperimentare una serie di ruoli (parlante, ascoltatore, osservatore), senza soluzione di continuità.

Il GC si differenzia quindi dalle consuete metodologie di didattica attiva, per il fatto che il gruppo non viene semplicemente “trattato” in modo motivazionale, viene “informato e preparato” a questa esperienza.

Ciò permette ad ogni singolo allievo di formarsi all'approccio motivazionale, mentre consapevolmente ne percepisce gli effetti e allo stesso tempo lo sperimenta direttamente ed indirettamente, attraverso i vissuti personali relativi all'esperienza dei tre ruoli.

Le caratteristiche principali del GC sono quindi:

- l'esplicitazione e chiarificazione di queste finalità, che rende maggiormente consapevole tutto il processo di apprendimento ed interiorizzazione;
- la continuità e fluidità di passaggio fra il momento teorico, il momento esperienziale, il momento operativo e il momento valutativo, che permette un'esperienza cognitiva, pratica ed emotiva completa;
- l'esposizione e condivisione di precise regole di conduzione e sviluppo del GC.

Queste tre caratteristiche connotano il GC, applicato in diversi contesti (scuola, corso, gruppo in formazione permanente, equipe professionale, ecc.), come strumento specifico, unico ed originale per la formazione motivazionale.

Svolgimento:

Il Gruppo Continuo si avvale di sei cartellini contrassegnati da lettere: tre di colore rosso (E = etichettare/interpretare; I = interrompere; C = consigliare) che costituiscono le principali trappole comunicative; tre cartellini di colore verdi (D = domandare in modo aperto; R = riflettere; E = esprimere il proprio stato) che costituiscono le principali abilità comunicative del Counseling motivazionale.

Le persone parlano spontaneamente tra di loro, avendo però cura di utilizzare le abilità e di evitare le trappole, riconoscendo le diverse modalità con l'assegnazione reciproca dei cartellini.

Quando vengono messe in campo delle trappole il processo comunicativo si sospende per concentrarsi sul vissuto che ha dato vita al blocco che in questo modo viene superato.

Bibliografia:

- Miller W. R.; Rollnick S.; *Il Colloquio Motivazionale*. 3° edizione. Edizioni Centro Studi Erickson. Trento 2014.

- Miller W. R.; Rollnick S.; Moyers T.; *Motivational Interviewing*. DVD 2013.
- Rosengren D. B.; *Guida pratica al counseling motivazionale - Manuale per i professionisti sociali e sanitari*. Edizioni Centro Studi Erickson. Trento 2011.
- Miller W. R.; Rollnick S.; *Il Colloquio Motivazionale – Preparare la persona al cambiamento*. Edizioni Centro Studi Erickson. Trento 2004.

5.2 Titolo dell'insegnamento

PRINCIPI E FONDAMENTI DEL COUNSELING MOTIVAZIONALE

14 ore PRIMO ANNO

DOCENTE: Carmencita Mastroianni

Obiettivo: Miller e Rollnick hanno elaborato il Colloquio Motivazionale che costituisce un approccio completo. Lo stile di guida che lo contraddistingue infatti costituisce un perfetto equilibrio tra la centratura sul cliente di matrice rogersiana e l'orientamento all'obiettivo proprio degli approcci cognitivo-comportamentali.

Il risultato è la creazione di un metodo originale che propone all'operatore abilità, tecniche e strategie che trovano il loro significato all'interno di una cornice di valori legata al modo di intendere il ruolo di accompagnamento del cliente lungo il percorso di cambiamento.

Traccia:

Il Colloquio Motivazionale, introdotto nella pratica clinica da William R. Miller e Stephen Rollnick, è da anni riconosciuto come uno dei più potenti strumenti professionali per gli operatori delle relazioni d'aiuto.

Il Colloquio Motivazionale si basa su un paradigma di pensiero che permette di aiutare ogni persona a cambiare la propria vita, reimpostando gli stili disfunzionali di «essere» e di «fare» in accordo con le sue disposizioni interiori. È un approccio che consente di «agganciare» non il problema della persona bensì la sua motivazione, per rinforzarla progressivamente, incontro dopo incontro.

Il Counseling Motivazionale è un insieme di principi guida, strumenti e strategie per condurre una relazione professionale di aiuto in tutti gli ambiti in cui è necessario stimolare l'aumento della consapevolezza in vista di un cambiamento del comportamento, degli atteggiamenti e degli stili di vita.

Il Counseling Motivazionale è uno stile di relazione che all'interno di una atmosfera empatica, di accoglimento e comprensione, è orientato a favorire il superamento delle difficoltà di adattamento che la persona presenta o di affiancarla e sostenerla nella modificazione di uno stile di vita divenuto problematico, in quanto non salutare o di ostacolo alla realizzazione personale e al conseguimento di alcune priorità esistenziali.

Il Counseling Motivazionale può essere utilizzato per cercare di risolvere un problema delimitato oppure per sostenere trasformazioni dell'individuo in aree più generali della sua vita. In questo modo, l'iniziale prendersi cura di sé, che permette l'adesione al percorso di counseling, può trasformarsi in un processo attivo di crescita globale orientato allo sviluppo del benessere personale.

Il metodo sviluppa due aspetti distinti e complementari che integrano i due aspetti fondamentali della relazione di aiuto: l'accettazione incondizionata della persona e la tensione verso il cambiamento:

- è centrato sulla persona, avendo come punto di partenza essenziale la comprensione della visione del mondo di chi chiede aiuto; al centro del percorso di counseling viene posta la persona, le sue rappresentazioni e i suoi vissuti, le sue potenzialità e i suoi valori;

- è a direzione attiva, nel senso che impiega tecniche specifiche per attivare i cambiamenti e le trasformazioni desiderabili e necessarie per la persona, utilizzando attivamente sue risorse.

Nell'approccio motivazionale il cambiamento viene considerato come il mutamento dinamico di un equilibrio, di una omeostasi: le motivazioni che provocano la modificazione di una abitudine o di un comportamento, anche disfunzionale, maturano a partire da una progressiva accumulazione di fattori negativi (perdite, costi, pericoli) che, emergendo alla coscienza, superano gli effetti positivi (vantaggi, benefici) per cui l'abitudine o il comportamento stesso si era generato e mantenuto.

Il crescente disagio derivante dall'accrescimento della consapevolezza dei fattori negativi, e le aspirazioni al cambiamento che si fanno strada, possono essere, in determinate condizioni, la spinta che porta la persona ad assumere una decisione.

Solo la persona può determinare tale processo, l'operatore può facilitarlo (od ostacolarlo).

La didattica sarà supportata da musica, proiezione di slides e video.

Argomenti:

Lo spirito del Colloquio Motivazionale

Accettazione

Empatia

Valore assoluto della persona

Sostegno

Valorizzazione dell'autonomia

Collaborazione

Evocazione

Propensione all'aiuto

Attività esperienziali:

 Esercitazione "Le Carte dei valori di William R. Miller"

Finalità:

I valori sono il riflesso del modo d'intendere il mondo, del modo di muoversi dentro di esso delle regole che ogni persona individua come buone per la propria esistenza.

Con il sistema dei valori si entra nel cuore dell'identità di una persona, dove la struttura della sua esperienza soggettiva assume un ruolo di primo piano. Accettare ed essere centrati sulla persona significa accoglierne i valori, comprenderne la mappa di riferimento.

Svolgimento:

Vengono presentati 80 cartellini che presentano altrettanti valori. Ogni partecipante seleziona 10 cartellini nei quali riconosce dei valori particolarmente significativi per la propria vita.

Viene poi chiesto di ridurre il numero di dieci prima a 5, poi a 3, poi ad 1.

In tal modo ogni persona è messa nella condizione di operare una scala di priorità valoriale, all'interno di una più generale riflessione sul sistema dei valori di riferimento.

Successivamente ogni partecipante presenta il valore unico rappresentativo di sé.

Segue un debriefing dell'esperienza.

Bibliografia:

- Miller W. R.; Rollnick S.; *Il Colloquio Motivazionale*. 3° edizione. Edizioni Centro Studi Erickson. Trento 2014.
- Miller W. R.; Rollnick S.; Moyers T.; *Motivational Interviewing*. DVD 2013.
- Rosengren D. B.; *Guida pratica al counseling motivazionale - Manuale per i professionisti sociali e sanitari*.

Edizioni Centro Studi Erickson. Trento 2011.

- Miller W. R.; Rollnick S.; *Il Colloquio Motivazionale – Preparare la persona al cambiamento*. Edizioni Centro Studi Erickson. Trento 2004.

5.3 Titolo dell'insegnamento

FONDAMENTI DEL COUNSELING E DELLA RELAZIONE DI AIUTO.

14 ore PRIMO ANNO; 14 ore SECONDO ANNO.

DOCENTE: Alessandra Matarrese.

Obiettivo. Apprendere i principi basilari del counseling, partendo da una definizione della materia e da una differenziazione rispetto ad altri tipi di relazione di aiuto (es. psicoterapia).

I principi operativi e metodologici di base, inizialmente enucleati in teoria dovranno poi essere sperimentati e fatti propri dagli allievi. La circolarità teoria-prassi-teoria favorirà la loro interiorizzazione, sostenendo un processo che trasformerà le tecniche in un vero e proprio modo di essere.

Traccia. Il counseling non è “dare consigli”, non è dire alle persone cosa fare o non fare, non è prescrizione né costrizione. Il counseling è una relazione di aiuto che si fonda su alcuni principi fondamentali, enunciati da Rogers: ascolto attivo, accettazione positiva incondizionata, empatia, sospensione del giudizio, centratura sul cliente.

Il counseling si fonda sul principio che la persona possiede già dentro di sé le risorse per affrontare le difficoltà.

Lo strumento che favorisce il cambiamento e la valorizzazione delle risorse della persona è la stessa relazione che si instaura tra professionista e cliente. Il counselor non interviene sulla struttura della personalità né offre soluzioni predefinite, ma guida il cliente nella scoperta delle sue risorse attraverso un colloquio professionale, orientato, strategico, per superare situazioni difficili, per prendere una decisione, per attuare un cambiamento.

E', dunque, necessario, che lo stesso counselor abbia fatto un suo percorso personale di crescita, di conoscenza, al fine di evitare giudizi e pregiudizi e di mettersi “liberamente” a disposizione dell'altro, accogliendolo con i suoi schemi, i suoi principi, i suoi valori.

La relazione di aiuto ha delle sue caratteristiche generali: il setting (contesto), il contratto, il diritto alla riservatezza, lo stile professionale. Nello svolgimento della professione, dovranno essere rispettate delle “regole” ben precise, dettate dall'etica professionale. Il counselor dovrà essere competente, chiaro e utilizzare un linguaggio semplice e comprensibile ai suoi clienti.

Le emozioni rivestono un ruolo prioritario nella relazione di aiuto. Il counselor competente è colui che riconosce le emozioni proprie ed altrui, che aiuta il cliente a dare un nome alle proprie emozioni. Riconoscerle e gestirle è una delle abilità più importanti in un percorso di counseling.

L'empatia, la sintonizzazione, la facilitazione viaggiano sulle onde emotive della relazione.

La formazione personale e professionale del counselor si sviluppa in due direzioni: una generale, trasversale sul counseling; una più specifica, definita in base alle inclinazioni di ognuno. Il counseling è un'attività il cui obiettivo è il miglioramento della qualità di vita del cliente, pertanto è applicabile ad una moltitudine di situazioni che possono essere vissute dalle persone. Si rivolge a singoli, famiglie, gruppi e istituzioni e può essere erogato in vari ambiti, quali privato, sociale, scolastico, sanitario, aziendale.

La caratteristica imprescindibile che fa di una persona un counselor è la propensione all'aiuto. Le conoscenze, le abilità, le attitudini, da sole, non bastano.

La didattica sarà supportata dalla proiezione di slides.

Argomenti.

Counseling: definizione e obiettivi, ambiti di intervento, differenze con altri tipi di relazione di aiuto.

Rogers e May: alle origini del counseling.

Empatia, calore, genuinità.

Approccio centrato sulla persona.

Ascolto attivo e autoascolto.

Abilità di base del colloquio di counseling.

La relazione di aiuto: definizione e caratteristiche.

Il counselor: la persona e il professionista ai aiuto.

Le emozioni nella relazione di aiuto.

Attività esperienziali.

Verranno proposte agli allievi attività esperienziali, real e role playing al fine di sperimentare i vari fondamenti illustrati.

in cerchio, verrà proposto al gruppo un argomento (es. fatto recente di cronaca o notizia di interesse collettivo) sul quale ogni membro sarà chiamato ad esprimere la propria opinione. Si osserverà il modo di ognuno di intervenire, il rispetto dell'opinione altrui e dei tempi, eventuali giudizi o pregiudizi emersi, la capacità di ascolto e la tolleranza.

Debriefing

Stare nella relazione. Contatto visivo dinamico. In coppia, uno di fronte all'altro, guardarsi mantenendo il contatto visivo per qualche minuto. I partecipanti potranno avere il bisogno poi di sviluppare un contatto fisico (stringersi le mani, abbracciarsi) o allontanarsi. Debriefing.

In triade. Ruolo counselor, ruolo cliente, ruolo osservatore. Il cliente inizia con questa frase "una cosa che mi piace di me è...". Il counselor dovrà utilizzare le abilità di base e sperimentare la propria capacità di ascolto ed empatica. 10 minuti, invertendo successivamente i ruoli. Alla fine, restituzione tecnica (sono state utilizzate le tecniche? Quali?) ed emotiva (come si sono sentiti i partecipanti nei vari ruoli?).

Pensare, fare, sentire: storia della ragazza in aeroporto. Verrà letta la prima parte di una storia, rispetto alla quale sarà chiesto ai corsisti di esprimere come, al posto della protagonista, si sarebbero comportati, cosa avrebbero pensato e provato. Verrà poi letta l'ultima parte, con la stessa consegna. Le due parti della storia sollecitano due diversi modi di sentirsi. Debriefing su come si sono sentiti gli allievi, rispetto alle reazioni e alle emozioni provate.

Il senso delle parole. "Siete un gruppo di esploratori e vi trovate nella foresta africana per studiare le usanze della tribù Ubungai e comprenderne la lingua e la mentalità. Mentre passeggiate tra gli alberi, annotando piante ed animali, la vostra guida, un indigeno della tribù, grida "Gavagai!" mentre un coniglio passa davanti a voi...Scrivete, su un foglio, gli ipotetici significati della parola GAVAGAI... La sera incontrerete il più anziano saggio del villaggio e a lui porrete domande, che vi aiuteranno a confermare o meno il significato che avevate ipotizzato. Scrivete tutte le domande che gli porrete...". Lettura dei significati e delle domande ipotizzate. Debriefing.

Bibliografia:

- Danon M., *Counseling: la relazione che promuove la crescita personale*, Red edizioni, Milano, 2016
- Liss J., *L'ascolto profondo*, La Meridiana, Bari, 2004.
- Marchino M., Mizrahi M., *Counseling*, Ed. Frassinelli, Trento, 2007.
- May R., *L'arte del counseling. Il consiglio, la guida, la supervisione*, Astrolabio, Roma 1991.
- Murgatroyd S., *Il counseling nella relazione di aiuto*, Sovera ed., Roma, 2008.

- Rogers Carl R., *Un modo di essere*, G. Martinelli & C. s.a.s., Firenze, 1983
- Scott T. Meier e Susan R. Davis, *Guida al counseling*, Franco Angeli, Milano, 2005.

5.4 Titolo dell'insegnamento

Storia del counseling. Ore 8. Docente: Paola Agni.

Le radici del counseling.

Per definire il counseling o counselling (termine più utilizzato in Inghilterra) è auspicabile ripercorrere le più importanti tappe rispetto alla storia e allo sviluppo del counseling e ponderare la peculiare modalità di diffusione territoriale del counseling.

È di estrema importanza infatti, per un counselor o comunque un soggetto che svolge una professione di aiuto, capire come mai, il counseling ha trovato origine e come e perché si è diffuso, oltre a capire ed individuare i limiti della portata di questo strumento.

In primis, è fondamentale porre l'attenzione sulla circostanza che il counseling è una professione non certo recente, ma che trova origini nella psicologia, nella antropologia, nella filosofia e nella pedagogia. Proprio per questo motivo è estremamente importante studiare il counseling mediante un collegamento diretto a tutte le materie che in qualche modo, e più o meno a seconda del modello, lo hanno influenzato.

La diffusione e lo sviluppo del counseling, va individuato in relazione ad un nuovo contesto culturale e per ragioni politiche, sociali, ed economiche che hanno reso necessario l'intervento di un nuovo strumento, strumento di importanza fondamentale al quale è stato dato il nome di counseling.

Data l'importanza che il counseling ha immediatamente rivestito, per i risultati ottenuti, sono stati predisposti interventi volti a rafforzare e riproporre il counseling come strutturato all'interno della società (prima di tutto lo sviluppo del counseling avviene in America, pertanto si studia il modello americano di diffusione).

Esistono molti filoni diversi di counseling, che propongono scuole differenti, anche se i tratti fondamentali del counseling sono i medesimi. Esiste pertanto, un nucleo centrale del counseling ed elementi che si caratterizzano per differenziare le varie scuole di pensiero di counseling.

Accanto allo sviluppo del Counseling in America, è fondamentale prendere coscienza della diffusione dello stesso in Europa ed in particolare in Italia. Possiamo anticipare che in Italia, lo sviluppo del counseling è certamente influenzato da tre direttrici fondamentali: la Legge sul divorzio, l'ordinamento della professione di psicologo e la Legge Basaglia.

In questo modulo, mediante l'analisi delle origini del counseling sia da una prospettiva territoriale, che storica e culturale, si cerca di valutare criticamente la funzione e le caratteristiche del counseling, cercando così di far emergere i punti di differenza rispetto alle discipline che in qualche modo gli sono affini e dall'altro valutare i punti caratterizzanti, nonché i punti di forza di questo istituto.

BIBLIOGRAFIA

- Di Fabio A., *Counseling dalla teoria all'applicazione*, Giunti editore.
- Folberg M., Salem C., *Mediazione familiare*, Amore editore.
- Edelstein C., *Il counseling sistemico pluralista*, Erickson editore.

5.5 Titolo dell'insegnamento

COMUNICAZIONE, SCELTA, CAMBIAMENTO. 14 ore PRIMO ANNO

DOCENTE: Paola Agni

Obiettivo: Apprendere i principi generali della comunicazione come aspetto imprescindibile dell'esperienza umana. Divenire consapevoli delle personali dinamiche comunicative e relazionali. Apprendere e fare propri elementi di comunicazione efficace. Proporre l'empatia come esperienza di comprensione profonda che trasforma.

Traccia: I temi della Comunicazione, della Relazione, dell'Empatia, dell'Ascolto, si svolgono lungo un continuum basato contemporaneamente sul "capire" e sul "sentire", lavorando costantemente sull'aspetto personale (quanto ci si sente ascoltati e compresi, quanto si riesce a dare fiducia ed affidarsi, quanto si percepisce che l'altro è interessato a noi e viceversa quanto ciascuno pensa di saper comunicare, di interessare relazioni significative, di riuscire ad esprimere empatia) e su quello professionale (quanto ciascuno percepisce il senso di responsabilità nel comunicare, quanto riesce a stabilire una relazione centrata sull'altro rimanendo presente a se stesso e distinguendo sé dall'altro).

Questo processo, che si pone all'inizio del percorso formativo, è altamente complesso e dinamico perché, mentre vede il singolo direttamente interessato, è finalizzato anche alla formazione del gruppo, che assume un'importanza vitale in tutto il processo di apprendimento, in quanto la gestione delle sue dinamiche stimola e sostiene la crescita dei singoli.

La Comunicazione viene presentata nei suoi elementi strutturali di base, i 5 assiomi, che ne mettono in evidenza le caratteristiche strutturali per passare alle caratteristiche personali "naturali" che ostacolano o facilitano la creazione di una Relazione di fiducia.

Dall'analisi degli atteggiamenti relazionali spontanei si evidenziano i blocchi e le trappole della comunicazione in contrapposizione ad atteggiamenti ed espressioni che facilitano la relazione.

Si introducono quindi gli elementi della Comunicazione efficace, dell'Ascolto e dell'Empatia.

In particolare riguardo al tema dell'Empatia è di importanza fondamentale, in questa fase, uscire dai luoghi comuni e presentare la differenza tra simpatia ed empatia, che è alla base del processo di immedesimazione che non deve diventare identificazione.

Ascolto e autoascolto, Empatia e autoempatia, due processi paralleli nei quali sono chiare le correlazioni ed integrazioni bio-psico-sociali che danno vita ad una comunicazione autentica e congruente e ad una relazione significativa e trasformativa.

La didattica sarà supportata da musica, proiezione di slides e video.

Argomenti:

I principali assiomi della comunicazione

Contenuto e relazione: aspetti principali della comunicazione

Comunicazione non verbale: la prossemica

Comunicazione disempatica: blocchi e trappole della comunicazione

Comunicazione empatica: empatia, ascolto e autoascolto

Lateraltà e nodo narrativo

Tipi di empatia: aspetti cognitivi, emotivi ed evolutivi

Il modello della circolarità empatica.

Empatia e riflessività

Attività esperienziali:

Esercitazione "Io in relazione con..."

Finalità: Fare una comunicazione al gruppo di aspetti personali, più o meno intimi, utilizzando un doppio canale: quello non verbale simbolico (disegno) e quello verbale (racconto)

Svolgimento: Ciascun allievo rappresenta, attraverso un disegno, come si vede nelle relazioni personali.

Presenta al gruppo la sua rappresentazione, senza che diventi oggetto di interpretazione da parte di qualcuno.

Esercitazione "Il disegno in coppia"

Finalità: Lavorare sulle modalità comunicative non verbali e paraverbali, aggiungendo un'ulteriore modalità di espressione che è quella grafica. Punto importante è sempre l'ascolto globale dell'altro, al di là delle parole, con la creazione di un dialogo attraverso il disegno. Il prodotto finale sarà un disegno di entrambe le persone che si sarà sviluppato come in un dialogo

Svolgimento: Si formano delle coppie. La consegna è di non utilizzare mai l'espressione verbale: prima del via si decide chi nella coppia inizia il disegno, poi le due persone si mettono intorno al loro foglio (meglio se sul pavimento).

La prima persona inizia una rappresentazione grafica, quando si sente pronta passa il pennarello o fa capire all'altro che può continuare il disegno, uno dei due può anche interrompere l'altro mentre disegna, inserendosi, ecc. Ognuno può usare i colori che vuole.

La coppia insieme decide come concludere entro i dieci minuti

Alla conclusione, si lascia alle coppie il tempo per un feedback fra di loro su come è andata, su come si sono sentiti.

Successivamente feedback in plenaria con focalizzazione sui punti importanti dell'esperienza di comunicazione e di ascolto delle esigenze dell'altro.

Esercitazione "La percezione delle forme"

Finalità: Evidenziare le differenze tra una comunicazione circolare e una comunicazione caratterizzata da vincoli

Svolgimento: Le slide mostrano delle composizioni geometriche.

Si invitano per ogni composizione due allievi: uno dei quali dovrà descrivere la composizione, l'altro dovrà riprodurla su un foglio.

Primo esercizio: Comunicazione monodirezionale: uno descrive e l'altro riproduce il disegno senza poter fare domande (si possono inserire ulteriori vincoli come ad esempio il non essere l'uno di fronte all'altro, essere schermati...)

Secondo esercizio: Comunicazione con limitazione del feedback: chi riproduce il disegno può fare domande, chi descrive può rispondere solo "sì" o "no" (anche in questo caso possono essere inseriti altri vincoli).

Terzo esercizio: Comunicazione con feedback pieno: sia chi descrive che chi riproduce il disegno può fare domande e dare risposte libere (in questo caso non ci sono vincoli posturali e i due sono di fronte).

Alla fine di ogni esercizio, si chiede ad ogni partecipante come si è sentito.

Esercitazione "L'uovo prossemico"

Finalità: Sperimentare quale distanza fisica ed emotiva poniamo rispetto all'Altro.

Svolgimento: Un allievo si pone al centro della stanza ad occhi chiusi mentre quattro persone gli si pongono equidistanti ai quattro punti cardinali di fronte, alle spalle, a destra e a sinistra.

A turno si avvicinano lentamente verso la persona posta al centro, annunciando l'avvicinamento al compagno.

Quanto quest'ultimo sente che si alzano i livelli di allarme e prima che la vicinanza venga percepita come

“disturbante”, ferma l'avvicinarsi dell'altro.

Quanto tutti hanno completato l'avvicinamento l'allievo al centro verifica quale distanza ha creato tra i vari compagni, quali sono le caratteristiche che distinguono i diversi punti cardinali e la grandezza dell' "uovo prossemico" ossia dello spazio descritto con i compagni.

Esercitazione “Canne al vento”

Finalità: Sperimentare la fiducia negli altri e la capacità di lasciarsi andare, abbandonando il controllo delle situazioni.

Svolgimento: Un allievo si pone al centro del gruppo che fa cerchio attorno a lui. Con un sottofondo musicale si facilita la concentrazione dell'allievo che deve tenere i piedi uniti e fare grounding.

Appena pronto comincia ad oscillare in tutte le direzioni spostando progressivamente il baricentro fino a lasciarsi cadere, mantenendo i piedi uniti e fermi sul pavimento.

Il gruppo sorregge la caduta e contemporaneamente spinge il compagno verso altra direzione.

Debriefing del singolo e del gruppo.

Esercitazione “La guida per ciechi”

Finalità: Sperimentare la fiducia negli altri e la capacità di lasciarsi andare, abbandonando il controllo delle situazioni

Svolgimento: A turno i corsisti si sperimentano nel ruolo del cieco e della guida che lo accompagna lungo un percorso, cercando di fare sperimentare un'esperienza avventurosa.

Esercitazione “Espressione degli atteggiamenti spontanei nella relazione di aiuto”

Finalità: Prendere coscienza delle spontanee modalità relazionali.

Svolgimento: Vengono proposti tre frammenti della parte iniziale di un colloquio. A ciascun frammento sono associate otto possibili risposte che un “counselor” può dare per continuare il colloquio.

Leggere attentamente ciò che dice la persona, cercando di immaginare la situazione descritta,

leggere quindi le otto risposte e valutare quanto piace ciascuna di esse, quanto è sentita vicina a ciò che si risponderebbe in una situazione simile. Dare un “voto” a ciascuna risposta, mettendo una croce sul numero che corrisponde alla valutazione, nella scala a fianco alla frase.

L'elaborazione finale dell'esercitazione permette la costruzione di un istogramma che rileva le caratteristiche relazionali dominanti che possono essere delle trappole comunicative o delle abilità relazionali.

Esercitazione “Patch Adams semplice”

Finalità: Far sperimentare ai partecipanti la complessità della comunicazione e dell'ascolto semplice.

Svolgimento: I partecipanti vengono messi a coppie, possibilmente fra persone che non hanno conoscenza reciproca.

Nella coppia c'è un parlante ed un ascoltatore. Chi parla, deve, per cinque minuti, esprimersi su qualcosa di sé, della sua vita, in generale, che lo rende felice.

Chi ascolta, non può parlare, deve mantenere un minimo di contatto fisico ed il contatto oculare con il parlante. Assolutamente non può fare alcun intervento verbale, di nessun genere.

Al termine dei cinque minuti, si invertono i ruoli, con le stesse regole. Importante è mantenere i cinque minuti dello svolgimento del colloquio, perché in realtà parlare per cinque minuti è faticosissimo e così ascoltare senza poter

intervenire.

Al termine delle due interazioni, su cartellone con pennarello si chiede al gruppo, tornato in plenaria, cosa è stato facile e cosa più difficoltoso nell'interpretazione di entrambi i ruoli.

Verranno fuori le tendenze di ognuno rispetto alle proprie consuetudini comunicative, chi ha faticato a non parlare, chi a parlare per cinque minuti, chi a tenere il contatto oculare, chi a toccare l'altro o a farsi toccare, ecc....

Esercitazione "Rispecchiarsi"

Finalità: Sperimentare una vicinanza emotiva attraverso la sintonia e la creatività.

Svolgimento:

Step 1

Si sceglie un compagno e si decide chi è A e chi è B stando in piedi uno di fronte all'altro, quando la musica comincia A lentamente inizia a muovere le mani e le braccia con gesti garbati, poi via via anche il tronco, la testa, le gambe e tutto il resto del corpo come più preferisce; B rispecchia le azioni di A, riproducendo ogni movimento nello stesso momento.

Step 2

Si invertono i ruoli.

Step 3

Nessuno dei due guida l'azione, si rispecchiano reciprocamente, lasciando che l'iniziativa nasca da una sintonia comune e che fluisca.

Step 4

Si rispecchiano reciprocamente le espressioni emotive, i sentimenti che si colgono nella corporeità e nei movimenti dell'altro.

Step 5

I partecipanti si riuniscono in un gruppo di quattro persone in cui ognuno rispecchia armoniosamente e reciprocamente i movimenti degli altri.

Step 6

Gradualmente i gruppi si riuniscono fino a che l'intero gruppo sia riunito in cerchio e tutti quanti continuano a muoversi armoniosamente.

Debriefing.

Esercitazione "Mimare le emozioni"

Finalità: Riconoscere le emozioni e riproporle facendole passare attraverso un'esperienza personale.

Svolgimento:

Step 1

Vengono consegnate delle carte rosse che rappresentano delle emozioni dal tono deciso, ciascun allievo sceglie una carta. Si formano delle coppie e a turno ognuno rappresenta la carta/emozione scelta, l'altro deve rispecchiarla come se fosse uno specchio e deve indovinare di quale emozione si tratti.

Step 2

Vengono consegnate delle carte blu che rappresentano delle emozioni più sfumate, ciascuno a turno ne sceglie una e la rappresenta al gruppo il quale deve individuare di quale emozione si tratti.

Esercitazione "L'altro me"

Finalità: Elicitare il riconoscimento e la verbalizzazione delle emozioni che sottostanno alla narrazione, attraverso

un'esperienza empatica.

Svolgimento: Un partecipante dice: “ una situazione che voglio raccontare è..”

Un altro corsista si dispone alle spalle del primo, stabilendo un contatto fisico “link corporeo”, e periodicamente con una pressione della mano, segnala l'impulso ad esprimere qualcosa. L'altro interrompe il flusso del racconto e lascia spazio al compagno che verbalizzerà l'emozione che ha percepito “sotto” la narrazione.

Esercitazione “La stanza del cliente”

Finalità: Sperimentare uno spazio immaginario del counselor, che è dedicato alla creazione e al mantenimento di una rappresentazione, di un'idea dell'esperienza del cliente.

Svolgimento: Si lavora con il gruppo sulla metafora della casa/operatore. L'operatore è una casa fatta di tante stanze quanti sono i bisogni e le funzioni personali e relazionali.

Si costruisce una “stanza degli ospiti” che è la stanza del cliente.

Esercitazione “Oltre la notizia”

Finalità: Sperimentare il linguaggio del giudizio (disempatico) e quello della comprensione (empatico)

Svolgimento: Si propone una notizia di attualità e si divide il gruppo in due.

Il primo gruppo dovrà fare una lettura degli avvenimenti mantenendosi sui fatti, sul contesto ambientale e sociale.

Il secondo gruppo farà una lettura che tenga conto dei vissuti dei protagonisti dell'avvenimento.

I gruppi si raccontano le conclusioni a cui sono pervenuti.

Bibliografia:

- Watzlawick, P., Beavin, J.H., Jackson, D.D. (1967). *Pragmatica della comunicazione umana*. Roma: Astrolabio, 1971.
- Gordon T., *Relazioni efficaci. Come costruirle. Come non pregiudicarle*. La meridiana, 2014 Collana: Partenze
- Mucchielli R., *Apprendere il counseling - Manuale di autoformazione al colloquio di aiuto*. Erikson, 2016 nuova edizione
- Carkuf R., *L'arte di aiutare nel metodo di Carkhuff, Tecniche base di counseling professionale*. Erikson, 2005. Maria Luisa Raineri (a cura di).
- Rogers C. R., (2000) *La terapia centrata sul cliente*, Firenze, Psycho.
- Rogers, C. R., (1983) *Un modo di essere*, Firenze, Psycho.
- Rogers, C. R.; Kinget, G. M. (1970) *Psicoterapia e relazioni umane. Teoria e pratica della terapia non direttiva*, Torino, Bollati Boringhieri.
- Edward T. H., *La dimensione nascosta*, 1966, tr. it. Milano: Bompiani

5.6 Titolo dell'insegnamento

Counseling del cambiamento.

Docenti: Tiziana Mori, Carmencita Mastroianni, Antonio Bimbo.

Insegnamento suddiviso nelle tre annualità:

primo anno Elementi di counseling del cambiamento (6 ore)

secondo anno Approfondimenti di counseling del cambiamento 1 (12 ore)

terzo anno Approfondimento di counseling del cambiamento 2 (20 ore)

Obiettivo.

Sperimentare un percorso di crescita personale che abbia la finalità di recuperare i significati legati alle “proprie radici” (valori, miti e storie familiari).

Attraverso tale percorso sperimentare uno spazio di riflessione e di ri-lettura che favorisca la comprensione e la co-costruzione, insieme al docente e ai compagni del gruppo, di rappresentazioni (anche di tipo simbolico) del proprio stile di relazione e di ascolto nel qui ed ora.

Imparare ad utilizzare la ri-lettura della propria storia e le proprie rappresentazioni per ipotizzare percorsi di cambiamento accedendo e valorizzando risorse personali, familiari e del contesto sociale secondo una visione ecologica.

Apprendere conoscenze teoriche sulla famiglia come sistema vivente e sullo sviluppo bio-ecologico dell'essere umano.

Apprendere tecniche motivazionali e di matrice sistemico-relazionale per sviluppare percorsi di counseling narrativo-biografico.

Sperimentare strumenti professionali specifici.

Traccia. Parte integrante nel percorso di formazione di un counselor è il processo di auto-ascolto e di apprendimento che favorisce una maggiore consapevolezza del “proprio esserci nel mondo”: come l'allievo si relaziona all'altro, le sue premesse, i significati simbolici legati alla comunicazione, all'interazione, ai legami.

Questo insegnamento, che si sviluppa sulle tre annualità tiene insieme i differenti livelli dell'apprendimento: cognitivo, esperienziale e della crescita personale.

Gli apprendimenti cognitivi su cui si focalizza riguardano i valori, la famiglia, la crescita e lo sviluppo della persona.

I valori sono il riflesso del nostro modo di intendere il mondo, determinano le nostre convinzioni, credenze ed agiti.

Ogni persona interagisce con la realtà attraverso una ri-strutturazione e codifica della propria esperienza soggettiva, ricondotta all'interno di quella che si può definire la propria “mappa del mondo”.

Vengono quindi presentati gli elementi che influiscono sulla percezione di un evento e le funzioni ed essi collegati, all'interno di un processo multidimensionale di interazioni tra il piano del comportamento, dell'ambiente e dell'attribuzione dei significati e dei valori agli eventi.

La famiglia è presentata come sistema vivente in interazione, secondo l'approccio sistemico-relazionale. Lo scopo è fornire agli allievi conoscenze ed elementi teorico-concettuali che permettano loro di riconoscere e comprendere lo svolgersi ed i significati dell'interazione umana, con riferimento alla famiglia reale e alla famiglia interiorizzata.

Lo sviluppo umano viene presentato secondo il modello della teoria bio-ecologica di Bronfenbrenner che descrive il soggetto in interazione simultanea con diversi sistemi di relazione, che lo influenzano in modo diretto ed indiretto, accompagnandone il percorso di crescita e di sviluppo delle proprie risorse personali, familiari, ambientali.

Il livello di apprendimento esperienziale è strettamente connesso a quello della crescita personale e si realizza mediante la sperimentazione, con gli altri e su di sé (nel doppio ruolo di counselor e di cliente), di strumenti specifici per l'esplorazione del sistema dei valori e delle vicende familiari, attraverso interazioni in coppia, in triade e di gruppo.

E' così che si realizza un doppio apprendimento: la capacità-competenza di sviluppare percorsi di counseling di tipo biografico-narrativo mediante l'uso di strumenti specifici ed una maggiore consapevolezza sul proprio mondo interno ed esterno, passato e presente.

L'insegnamento Elementi di counseling del cambiamento (primo anno) si sviluppa in una prima fase di presentazione frontale sul tema dei valori ed in una seconda fase di laboratorio mediante la conoscenza e la sperimentazione dello strumento lo “Scudo dei valori”.

L'insegnamento Approfondimenti di counseling del cambiamento 1 (secondo anno) prevede una prima fase di

presentazione teorico-concettuale sul tema della natura ecologica dello sviluppo umano, una seconda fase laboratoriale mediante la conoscenza e la sperimentazione dello strumento "La mappa delle risorse e delle relazioni", una terza fase frontale sul tema della famiglia (legami, confini, ruoli, principi di funzionamento) ed una quarta fase esperienziale di conoscenza della strumento "Genogramma familiare".

Vista la complessità di quest'ultimo strumento, in Approfondimenti 1 ne viene proposto un approccio "leggero", gli allievi sono guidati a sperimentarlo come modalità per la raccolta ed organizzazione delle informazioni, in interazioni di coppia che prevedono lo scambio di ruoli.

Viene realizzata la costruzione grafica, mediante i simboli convenzionali, del proprio Genogramma senza però richiedere una narrazione più approfondita (di tipo relazionale e simbolico) della storia familiare.

In Approfondimenti del counseling del cambiamento 2, insegnamento che si colloca al terzo anno ad un livello cioè avanzato della formazione professionale e della crescita personale dell'allievo, vengono proposte:

l'esperienza diretta della ri-costruzione e narrazione della propria storia familiare, su almeno tre generazioni, al gruppo-classe;

l'utilizzo delle skills training per aiutare la persona a migliorare le proprie skills life attraverso l'approccio della DBT (Dialectical Behavior Therapy) che propone un percorso esperienziale di crescita personale.

Argomenti.

- I valori.
- La mappa del mondo.
- Gli elementi che influenzano la percezione.
- Le aree che afferiscono al sistema dei valori.
- Elementi della teoria bio-ecologica dello sviluppo umano: i sistemi in relazione.
- La famiglia come sistema vivente.
- Il ciclo di vita della famiglia.
- Le rappresentazioni della famiglia: la famiglia reale e la famiglia interiorizzata.
- La struttura della famiglia: ruoli, confini, legami.
- Gli strumenti come mediatori della relazione
- Lo scudo dei valori.
- La mappa delle risorse e delle relazioni.
- Il genogramma familiare.
- La narrazione della storia familiare

Attivazioni esperienziali.

Sperimentazione dell'utilizzo dello Scudo di valori secondo livelli crescenti di complessità: fase uno lavoro individuale di costruzione del proprio Scudo dei valori, fase due esplorazione in coppia (con scambio di ruoli) dello Scudo realizzato mediante le tecniche del counseling, fase tre costruzione ed esplorazione dello Scudo dei valori dell'altro, in coppia con cambio dei ruoli, mediante le tecniche del counseling.

Sperimentazione dell'utilizzo della Mappa delle risorse e delle relazioni secondo livelli crescenti di complessità: fase uno lavoro individuale di costruzione della propria Mappa, fase due esplorazione in coppia (con scambio di ruoli) della Mappa realizzata mediante le tecniche del counseling, fase tre costruzione ed esplorazione della Mappa dell'altro, in coppia con cambio dei ruoli, mediante le tecniche del counseling.

Sperimentazione dell'utilizzo del Genogramma familiare secondo livelli crescenti di complessità: fase uno lavoro

individuale di costruzione del proprio Genogramma attraverso i simboli convenzionali, fase due esplorazione in coppia (con scambio di ruoli) del Genogramma realizzato mediante le tecniche del counseling, fase tre costruzione ed esplorazione del Genogramma dell'altro, in coppia con cambio dei ruoli, mediante le tecniche del counseling.

Ri-costruzione e narrazione della propria storia familiare mediante la tecnica del Genogramma fotografico (in gruppo). Uso di: domande aperte circolari, ascolto riflessivo circolare, ipotizzazione, ristrutturazione e restituzione.

Restituzione simbolica del Genogramma familiare (in gruppo).

Il counseling e lo sviluppo delle skills life.

Abilità interpersonali.

Abilità di regolazione emozionale.

Abilità di centratura e connessione.

Bibliografia.

- ✚ U. Bronfenbrenner, (2002), *Ecologia dello sviluppo umano*, Il Mulino, BO.
- ✚ E.Scabini, (1997), *Psicologia sociale della famiglia Sviluppo dei legami e trasformazioni sociali*. Borlati Boringhieri, To .
- ✚ M.Cheli, F.Mantovani e T. Mori (2015), *La valutazione sociale delle cure parentali. Manuale per l'operatore*, Franco Angeli, Mi.
- ✚ Marsha M. Linehan (2015), *DBT Skills Training Manuale*, Raffaello Cortina Editore (MI).
- ✚ Montegano S., Pazzaglia A., (2007), *Il Genogramma: teatro di alchimie familiari*, Franco Angeli, MI.
- ✚ D. Demetrio, (1996), *Raccontarsi. L'autobiografia come cura di sé*, Raffaello Cortina editore, MI.
- ✚ C. Rogers, (1983), *Un modo di essere*, Psycho, FI.

5.7 Titolo dell'insegnamento

Elementi di psicologie dell'individuo.

Docente: Giovanni Brighenti. Insegnamento del 1° anno 14 ore

Obiettivo. Conoscenza delle teorie psicologiche della persona

Traccia. La psicologia della persona si rifà al concetto classico di personalità elaborato dalle teorie freudiane. Si analizza la teoria psicoanalitica quindi il concetto di inconscio, i meccanismi di difesa, la psicopatologia della vita quotidiana, i concetti di transfert e controtransfert, il principio di piacere e di realtà il concetto di attività e passività.

Verranno presi in esame anche i modelli successivi alla teoria classica freudiana. Saranno anche illustrati modelli alternativi rispetto alla teoria freudiana come l'approccio sistemico relazionale della famiglia. Quindi saranno esaminati i concetti di omeostasi, ridondanza, la teoria del doppio legame della comunicazione, la definizione di sistema umano e la teoria della complessità relazionale.

Argomenti.

Teoria psicoanalitica freudiana

Gli sviluppi della psicoanalisi la psicologia dell'io

Il modello di Palo Alto

La teoria sistemico relazionale della famiglia

Prima e seconda cibernetica

Attivazioni esperienziali.

Non previste

Bibliografia.

- 📖 S. Freud Introduzione alla psicoanalisi
- 📖 S Freud psicopatologia della vita quotidiana
- 📖 P. Watzlawick pragmatica della comunicazione umana
- 📖 S Minuchin famiglia e terapia della famiglia

5.8 Titolo dell'insegnamento

Elementi di psicologie dello sviluppo.

Docente: Giovanni Brighenti, Ilaria Bimbo.

Insegnamento del 2° anno 14 ore

Obiettivo. Conoscenza delle teorie dello sviluppo evolutivo

Traccia. Il seminario tratta delle principali teorie dello sviluppo psicosessuale a partire dalla teoria pulsionale di Freud attraverso la presentazione del modello delle fasi evolutive rispetto alle zone erogene. Il concetto di istinto e pulsione, il complesso di Edipo e la sua risoluzione.

Il seminario prevede inoltre l'illustrazione dei modelli successivi alla teoria freudiana classica come il modello delle relazioni oggettuali della scuola inglese della Klein ed il modello di psicologia dell'Io postulato da Anna Freud e dai suoi allievi. Sarà inoltre presa in considerazione la teoria dell'attaccamento di John Bowlby ed i suoi sviluppi recenti. Saranno illustrate anche le teorie di Jean Piaget sullo sviluppo cognitivo.

Argomenti.

Teorie dello sviluppo psicosessuale

Teoria psicoanalitica freudiana

Gli sviluppi della psicoanalisi infantile: la teoria kleiniana

Altri contributi: Winnicott, Mahler, Anna Freud

La teoria dell'attaccamento di Bowlby

la teoria dello sviluppo cognitivo di Jean Piaget

Attivazioni esperienziali.

Non previste

Bibliografia.

- 📖 S. Freud Tre saggi sulla sessualità
- 📖 J Bowlby Attaccamento e perdita
- 📖 M Klein la psicoanalisi dei bambini
- 📖 D. Winnicott gioco e realtà
- 📖 M Klein invidia e gratitudine
- 📖 J Piaget Lo sviluppo mentale del bambino e altri studi di psicologia

5.9 Titolo dell'insegnamento

Altre scienze umane (ore 28). **Antropologia culturale.** Docente: Antonio Bimbo.

Obiettivo. Migliorare la comprensione dell'Altro da Sé attraverso l'esperienza d'incontro, di ascolto profondo, di sospensione del giudizio da cui scaturiscono possibilità evolutive anche per il proprio Sé.

Traccia. Il counseling si inserisce nell'area antropologica del bisogno di evoluzione personale, di congruenza tra il voler essere e il sentire di essere, esplora e affronta le criticità del ciclo vitale, del disagio esistenziale. E' centrato sull'ascolto profondo per l'esplorazione e la comprensione dei mondi possibili sottesi all'incontro con l'Altro. Il counseling è una professione della relazione d'aiuto, fondata sull'empatia e l'exotopia⁴ (la capacità antropologica di cogliere le specificità nel mondo espressivo dell'altro, accettandolo in quanto altro da sé). L'exotopia poggia su una scelta di alterità, in cui la differenza è considerata una condizione necessaria alla comprensione. Nel confronto con l'alterità, le nostre reazioni divengono materiale indispensabile per la comprensione e questo proprio attraverso l'accoglienza di cornici diverse. L'Autrice esplora come l'Autoreferenzialità sia correlata all'Etnocentrismo che rappresenta un Sistema difensivo di sé, della propria visione del mondo, delle proprie convinzioni, del proprio sistema valoriale. Mentre la Centratura sull'Altro porta il counselor allo stare in ascolto/osservazione/accettazione, porta alla comprensione di un'altra persona/cultura. Il rispetto delle sue condizioni permette l'emergere del suo progetto contestualmente significativo, a patto che il counselor esca dalla propria weltanschauung per accorgersi e accogliere quella dell'altro. Nell'antropologia culturale la comprensione delle azioni e delle convinzioni di altri esseri umani si basa sulla riflessività interazionale e non sull'oggettività. Per l'antropologo la comprensione dell'altro è costruita intersoggettivamente. Afferrando il significato profondo dell'Altro, scopriamo più a fondo il significato della nostra identità. Altro strumento chiave dell'Antropologia é *Lo shock culturale*. La reazione culturale e psicologica che si scatena quando ci si trova di fronte a una persona, a una società diversa e sconosciuta e non si comprende quel che accade. Le sue componenti sono sia emotive che cognitive. Le reazioni a questo tipo di tensione sono svariate e possono includere disorientamento, giudizio, conflitto, adesione ideologica, rabbia, depressione. Lo shock culturale è un passaggio fisiologico, un'esperienza, direi necessaria, nella comprensione dell'altro e nel cambiamento di sé. Ogni persona di fronte al disorientamento emotivo-culturale percepito dal non comprendere l'Altro può reagire autocentrandosi, cioè rifugiandosi nelle proprie cornici o può continuare a stare con l'Altro, continuando ad ascoltarlo.

Contenuto prioritario.

L'Antropologia culturale come premessa e supporto metodologico all'operatività del Counselor. Un contributo alla costruzione di una dimensione professionale nella Percezione dell' Altro da sé, attraverso momenti di riflessione e di esercitazione sui rapporti tra Contesti, Culture e Mappe cognitive.

Argomenti.

- Antropologia culturale: quando nasce e che cos'è.
- Significato di culture e di pluralismi culturali.
- La realtà, i modelli cognitivi e le immagini del mondo.
- Il rapporto tra mappa e territorio.
- I percorsi di lettura di un contesto.
- Il significato dei miti e dei simboli nella vita quotidiana.
- Il rito e la legittimazione del cambiamento.
- La percezione dell'Altro.
- L'osservazione partecipante.
- Lo shock culturale.
- Lo stile e il metodo antropologico nella professione del counselor.

Alcuni concetti-chiave dell'Antropologia culturale.

⁴ Vedi M. Sclavi, *Arte di ascoltare e mondi possibili*, B. Mondadori, 2003.

CULTURA.

Si intende l'insieme delle condizioni di vita, di produzione di beni materiali (case, oggetti, armi...) e di sussistenza, i modi di pensare e di attribuire significati agli eventi naturali e soprannaturali, l'organizzazione delle parentele, della vita sociale e le modalità di trasmissione delle informazioni di un popolo in un dato periodo storico.

IMMAGINE del MONDO.

Contiene i modi che una persona ha di vedere, sentire e attribuire un senso e un valore a sé, agli altri, alle relazioni, agli eventi ed alle cose. E' in stretto rapporto con la sua cultura.

SHOCK CULTURALE.

E' la perdita di certezze, la confusione che nasce dal contatto con culture molto diverse dalla nostra, in cui gli abituali strumenti di spiegazione, interpretazione ed organizzazione di ciò che vediamo e sentiamo ci appaiono fuori uso, o, perlomeno, insufficienti per cogliere l'insieme di quanto ci sta succedendo. Le reazioni possono essere almeno due: 1) La costruzione di una muraglia difensiva che ci fa negare la realtà diversa dalla nostra, frammentandola e separandola da noi. Ci sentiamo rassicurati ma rimaniamo chiusi nella nostra fortezza fatta di giudizi e pregiudizi. 2) La ricomposizione dei diversi tasselli che danno un senso al puzzle, integrando e modificando la nostra immagine del mondo, la nostra capacità di percepire modi di fare e dire diversi dagli usuali. La strada può essere quella di prestare più attenzione a ciò che si vede e si sente, rispetto alla nostra voglia di giudicare e incasellare. Inizialmente avremo meno sicurezze, ma lavoreremo sull'affinamento del nostro sistema sensoriale, che porta alla possibilità di comprendere davvero le altre persone, cioè alla capacità di vedere, ascoltare e sentire quello che gli altri stanno facendo dicendo e provando.

Attivazioni esperienziali.

Gli esercizi *Uscire dalle cornici*, *Due abitudini di pensiero*, *La terra sta morendo*, riportati nel libro della Sclavi alle pp. 23-51.

L'attivazione esperienziale "*Con la propria nuda faccia*" proviene dai seminari della teatroterapeuta Simona Del Bono (FIT Teatroterapia, sito: www.fedteatroterapia.it) che forma antropologi e operatori della relazione d'aiuto, seminari a cui hanno partecipato i docenti e gli allievi della nostra scuola. Questa la sinossi in breve.

Il gruppo viene allenato a interagire non solo verbalmente ma con quella che chiamiamo la *comunicazione corpo a corpo*. I partecipanti sono invitati a camminare nella sala (in cui sono predisposte una serie di due sedie poste frontalmente, il numero delle coppie di sedie corrisponde alla metà delle persone) rimanendo in contatto con se stesse e quando lo ritengono possono cominciare a sedersi. L'altra metà del gruppo continua a camminare entrando in contatto con le persone sedute fino a scegliere di sedersi di fronte a una di queste. Da questo momento le persone comunicano non verbalmente guardandosi nella propria nuda faccia, cercando di conoscersi al di là del già risaputo, quando una delle due persone lo ritiene può alzarsi, riprendere a camminare e, quando vuole, scegliersi un altro compagno e ripetere l'esercizio. Alla conclusione del primo step il conduttore fa scambiare i ruoli, chi era seduto ora cammina e viceversa, si ripete così l'esercizio. Alla fine del secondo step il conduttore invita i partecipanti a ricreare il grande cerchio con tutte le sedie, a sedersi e a prendersi qualche minuto di riflessione individuale. Infine, il conduttore invita le persone al debriefing in cui esprimere come si è vissuta l'esperienza, quali riflessioni e sensazioni sono emerse.

Bibliografia.

 G. Bateson, (1980), *Verso un'ecologia della mente*, Adelphi, MI.

🚩 M. Sclavi, (2003), *Arte di ascoltare e mondi possibili*, B. Mondadori, MI.

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

5.10 Titolo dell'insegnamento

Altre scienze umane (ore 28). **Filosofia**. Docente: Antonio Bimbo.

Obiettivo. Comprendere le radici filosofiche che stanno alla base del lavoro del counselor, ad esempio la maieutica, la formazione della propria weltanschauung e la comprensione di quella dell'Altro, l'arte del discorso e la relativizzazione culturale del discorso.

Traccia. I filosofi greci pensavano che il passato e il futuro fossero i due mali che gravano sulla vita dell'uomo, le due fonti di angoscia che insidiano l'unica dimensione dell'esistenza che vale la pena di vivere, perché è l'unica reale: la dimensione dell'attimo presente. Socrate riteneva che per comprendere, motivare, aiutare l'Altro bisognasse ricorrere all'arte della maieutica cioè alla capacità di far emergere dall'altro il suo progetto, le risorse, le conoscenze, i valori, evidenziando il senso fisico della dinamica d'aiuto: dall'altro verso l'esterno e non quella egocentrica che vorrebbe andare dal maestro verso l'allievo. Da qui, l'insegnamento pratico della filosofia socratica: non fornire le risposte ma aiutare a formulare le domande utili. Molti secoli dopo, senza soluzioni di continuità, l'analisi antropofenomenologica identifica quelle strutture 'trascendentali' che sono alla base del modo in cui 'intenzioniamo' (cioè 'creiamo') la realtà, il nostro mondo interiore, il nostro mondo/ambiente, le nostre relazioni interpersonali. Le relazioni che, in modo unico ed irripetibile, ciascuno di noi intrattiene con il tempo, lo spazio, con il corpo, con l'alterità dell'Altro, con l'esperienza della perdita, costituiscono la 'matrice' da cui derivano vissuti, emozioni, pensieri, decisioni, comportamenti. Questo tipo di analisi va ancora più in profondità rispetto alla comprensione del vissuto; essa consente infatti di comprendere la matrice intenzionale da cui i vissuti stessi emergono. E' evidente che chiunque si occupi di relazione d'aiuto, e dunque anche il counselor, non può che giovare di tale strumento d'indagine.

Argomenti.

- Di cosa si occupa la filosofia?
- Della nostra visione del mondo (weltanschauung)
- Del nostro modo di stare nel mondo
- Di cosa si occupa il counseling?
- Del rapporto tra la nostra weltanschauung e la qualità del nostro stare nel qui ed ora.
- Il sentiero di mezzo.
- La realtà, i modelli cognitivi e le immagini del mondo.
- Socrate e la maieutica.
- I rapporti tra linguistica e scienze cognitive e tra neuroscienze e biologia.
- Le dimensioni dell'indagine filosofica.
- Le relazioni che, in modo unico ed irripetibile, ciascuno di noi intrattiene con il tempo, lo spazio, con il corpo, con l'alterità dell'Altro, con l'esperienza della perdita, con l'attaccamento costituiscono la 'matrice' da cui derivano vissuti, emozioni, pensieri, decisioni, comportamenti.
- Le dimensioni del counseling.

Il fare (attivare risorse nel qui e ora).

L'elaborare (la comprensione).

L'attualizzazione delle emozioni.

Attivazioni esperienziali.

- Real playing con colloqui di counseling, esplorando dimensioni vitali.

Esempi:

Il mio rapporto con l'attaccamento.

Il mio rapporto con la perdita.

Il mio rapporto con la dimensione corporea.

- Debriefing in grande gruppo.

Bibliografia.

🚩 Ferry L. (2007), *Vivere con filosofia*, Garzanti.

🚩 Marinoff L. (2004), *Platone è meglio del prozac*, Piemme.

🚩 Reale G. (1999), *Saggezza antica, Terapia per i mali dell'uomo d'oggi*, Raffaello Cortina Editore.

5.11 Titolo dell'insegnamento

Altre scienze umane (ore 28). **Sociologia**. Docente: Antonio Bimbo.

Obiettivo. Comprendere la dialettica individuo-contesto nella produzione di benessere e di disagio. Considerare l'orientamento alla realtà (la persona come prodotto/produttrice) nell'espressione soggettiva della qualità della vita.

Traccia. L'analisi comparata delle relazioni multifattoriali che concorrono a creare il complesso sistema umano, attingendo anche alle esperienze degli allievi, arricchisce la consapevolezza di Sé e della condizione sociale contingente. Il seminario confluisce in un percorso di riflessione sulle proprie convinzioni/valori/azioni che si riverberano nella gestione dei vissuti di agio/malessere nel counselor e nel cliente.

Argomenti.

- La realtà, i modelli cognitivi e le immagini del mondo.
- Il rapporto tra mappa e territorio.
- I percorsi di lettura di un contesto.
- La persona come prodotto/produttrice di realtà.
- La realtà come costruzione sociale.
- L'interiorizzazione della realtà.
- La socializzazione primaria.
- La socializzazione secondaria.
- Formazione dell'identità e individuazione.
- Conservazione e trasformazione della realtà soggettiva.
- Sociologia della salute, sociologia clinica e counseling sociologico.

Attivazioni esperienziali.

In attesa del volo.

Incipit. Una ragazza sta aspettando il suo volo in una sala di attesa di un grande aeroporto e, siccome avrebbe dovuto aspettare molto tempo, decide di comprare un libro per ammazzare il tempo. Compra anche un pacchetto di biscotti e si siede nella sala VIP per stare più tranquilla. Accanto a lei c'è una sedia con i biscotti e dall'altro lato un signore che sta leggendo il giornale. Quando comincia a prendere il primo biscotto, anche l'uomo ne prende uno. Lei si sente indignata ma non dice nulla e continua a leggere il suo libro. Tra lei e lei pensa "ma tu guarda, se solo avessi un po' più di coraggio gli avrei già detto di piantarla..." Così, ogni volta che lei prende un biscotto,

l'uomo accanto a lei, senza un minimo cenno ne prende uno anche lui. Continuano finché rimane solo un biscotto e la donna pensa "Ah. Adesso voglio proprio vedere cosa mi dice quando saranno finiti tutti!" Vede l'uomo che prende l'ultimo biscotto e lo divide a metà "Ah, questo è troppo", pensa, comincia a sbuffare ed indignata, prende le sue cose, il libro, la borsa e s'incammina verso l'uscita della sala d'attesa.

Consegne.

A. SITUAZIONE. Descrivi brevemente la situazione

"Dove sono? Con chi sono? Cosa sto facendo? Che ore sono? Di che giorno? Di che anno?"

B. PENSIERI. Indica quello che ti è venuto in mente

"Cosa penso di me stesso? Cosa penso degli altri? Cosa penso del mondo?"

C. EMOZIONI. Descrivi come ti sei sentito, "Come mi sono sentito? "

Indica l'intensità dell'emozione da 1 a 10

D. COMPORTAMENTI. Descrivi come ti sei comportato, "Cosa hai fatto?"

SECONDA PARTE.

Quando si è sentita un po' meglio, passata la rabbia, la ragazza si siede su una sedia lungo il corridoio per non attirare troppo l'attenzione ed evitare altri incontri. Chiude il libro e apre la borsa per infilarlo dentro quando... nell'aprire la borsa vede che il pacchetto di biscotti è ancora tutto intero. Sente tanta vergogna e capisce solo allora che il pacchetto di biscotti uguale al suo era di quell'uomo seduto accanto a lei che però aveva diviso i suoi biscotti con lei senza sentirsi indignato, nervoso o superiore, al contrario di lei che aveva sbuffato e addirittura si era sentita ferita nell'orgoglio.

Segue una nuova ricognizione soggettiva dell'episodio da parte degli allievi, si conclude con un debriefing di gruppo.

Bibliografia.

📖 P.L.Berger, T. Luckmann, (1997), *La realtà come costruzione sociale*, il Mulino, BO.

📖 Ibidem, (2010), *Lo smarrimento dell'uomo moderno*, il Mulino, BO.

5.12 Titolo dell'insegnamento

Pedagogia e counseling. 6 ore. DOCENTE: Lara Wielingen .

Traccia.

Da sempre , il problema fondamentale dell'uomo è quello di dare un senso alla propria vita, alle proprie azioni e alla realtà circostante; è proprio di questo che si occupa la pedagogia , di accompagnare le persone a rispondere ai perchè dell'uomo (che l'istruzione e i libri possono dare solo in parte)

La pedagogia è scienza perchè costituita da un organico sistema di saperi ,ed in quanto scienza , ha un suo oggetto specifico che è la persona : perciò il suo oggetto è in realtà il soggetto per eccellenza...l'uomo!Per questo motivo l'uomo è il destinatario dei prodotti teorici e pratici della pedagogia; è il soggetto agente e nel contempo anche l'oggetto primario delle pratiche educative. Egli è il destinatario di questa scienza e pertanto , il fine di tutta la ricerca pedagogica. Il suo fine ultimo non è quello di creare teorie generali dell'educazione, ma creare modelli di intervento educativo spendibili nella pratica educativa immediata. Per fare questo, la pedagogia, rivisita e rielabora modelli di intervento già attuati ed esamina e avluta arisorse, strumenti e contesti già disponibili , per progettare ed attuare un intervento educativo. Essa organizza le sue conoscenze per individuare un percorso educativo. Per

questi motivi la pedagogia è anche detta scienza dell'educabilità dell'uomo: ma che cos'è l'educabilità? È una spinta che l'uomo ha in sé di crescere e di formarsi, quindi di educarsi. Se non assumiamo un'antropologia pedagogica (ovvero la base, la tesi che dà i fondamenti per le teorie e i modelli educativi) non possiamo educare. In quanto questi modelli educativi permettono di guidare, orientare l'azione concreta ovvero l'agire educativo.

La pedagogia come detto è la scienza che studia l'educazione e la formazione dell'uomo nella sua interezza ed ha come oggetto del proprio studio l'uomo nel suo intero ciclo di vita. Quindi, al contrario di ciò che si è soliti pensare secondo un ovvio luogo comune, il pedagogista non si occupa esclusivamente dei bambini e dell'infanzia, ma anche di adolescenti, giovani, adulti, anziani e disabili ovvero delle altre fasi di vita. La pedagogia si occupa anche dell'educazione scolastica e dell'apprendimento dei soggetti, ma il suo unico fine euristico è l'Uomo che si relaziona con l'altro da sé (educazione) e che si relaziona con se stesso (formazione).

La pedagogia studia l'umano e ciò che riguarda l'Uomo e la sua esistenza. Per capirci meglio si occupa dei problemi quotidiani, del potenziamento delle risorse, aiuta il soggetto ad affrontare momenti di crisi e ritrovare l'equilibrio; essere protagonista della propria esistenza.

Come si collega il counseling alla pedagogia? Il pedagogista nel suo lavoro utilizza la "relazione di aiuto" nel senso di prendersi cura dell'altro; si occupa di creare un ambiente che accompagni spontaneamente la persona verso lo sviluppo e il cambiamento. Molti possono essere i fattori che compongono una problematica pedagogica: le difficoltà di relazione genitori-figli, gli svantaggi sociali, i conflitti culturali, l'inserimento delle persone diversamente abili, la riabilitazione dei tossicodipendenti, etc.; il counseling è **una relazione di aiuto** che si fonda su principi fondamentali, enunciati da Rogers quali: ascolto attivo, accettazione positiva incondizionata, empatia, sospensione del giudizio e centratura sul cliente.

Il counseling si fonda sul principio che la persona possiede già dentro di sé le risorse per affrontare le difficoltà, è un potente strumento per favorire un cambiamento e la valorizzazione delle risorse della persona.

La caratteristica imprescindibile che fa di una persona un counselor/pedagogista è la propensione all'aiuto. Le conoscenze, le abilità, le attitudini, da sole, non bastano.

La didattica sarà supportata dalla proiezione di slides.

Argomenti.

- La struttura della famiglia
- Counseling e contesto familiare – Pedagogia Familiare
- La formazione della coppia; il ciclo di vita della famiglia e della coppia
- Counseling e relazioni affettive - Innamoramento, Amore, Tradimento, Perdono
- Strategie di intervento per il sostegno ai nuclei familiari
- I Diritti della Personalità e la tutela delle relazioni familiari
- Le famiglie e le problematiche di oggi che necessitano di consulenza, supporto e soluzione: con le Tecniche proprie del Counseling è possibile intervenire al fine di risolvere, ripristinare, formare, migliorare.

Attività esperienziali.

Verranno proposte agli allievi attività esperienziali, real e role playing al fine di sperimentare i vari fondamenti illustrati.

- in cerchio, verrà proposto al gruppo una situazione familiare sulla quale ogni membro sarà chiamato ad

esprimere la propria opinione. Si osserverà il modo di ognuno di intervenire, il rispetto dell'opinione altrui e dei tempi, eventuali giudizi o pregiudizi emersi, la capacità di ascolto e la tolleranza. Debriefing.

- In triade. Ruolo counselor, ruolo cliente/famiglia , ruolo osservatore , in situazione di disagio nel contesto familiare .

Bibliografia:

- Marchino M., Mizrahi M., Counseling, Ed. Frassinelli, Trento, 2007.
- Rogers Carl R., Un modo di essere, G. Martinelli & C. s.a.s., Firenze, 1983
- Iori Vanna , Fondamenti psicologici e trasformazioni familiari, La Scuola , 2011
- Norberto Galli, L'imprescindibile esigenza di educare , proposte di pedagogia familiare alle soglie del terzo millennio, La Scuola 1997
- Enzo Catarsi, Educazione familiare e pedagogia familiare . Quali prospettive?, Edizioni del Cerro 2007
- Antonella Bastone, Le fiabe raccontate agli adulti , storie di ieri e di oggi per la formazione, Ediz. Il mio Libro.it , L'Espresso 2014

5.13 Titolo dell'insegnamento

Comunicazione, scelte e cambiamento 2°anno. Ore 14. Docente: Antonio Bimbo.

Obiettivo. Comprendere e sperimentare le regole della comunicazione nell'ottica bio-psico-sociale, il loro stretto legame con la relazione e il loro ruolo strategico nei percorsi di counseling, nonché l'interconnessione con le scienze umane e le neuroscienze.

Traccia. Nelle ricerche bio-psico-sociali la comunicazione rappresenta un percorso circolare, non gerarchico. Si tratta di una dialettica del sistema psico-fisico che diventa la base della Relazione. Non c'è primato di un sistema sull'altro, ma si influenzano continuamente e vicendevolmente. La psiche influenza il soma ed il soma influenza la psiche. Si comunica con una persona globalmente. Tutti i distretti corporei e tutte le aree del Sé sono in relazione effettiva con l'interlocutore. Il clima che si crea nella relazione dipende dalla qualità della comunicazione, dalla sua integrità o dalla sua incompiutezza e settorialità.

Argomenti.

- La comunicazione e la multisensorialità.
- La circolarità della comunicazione: ascolto, autoascolto, rispecchiamento, empatia, risposta, ascolto.
- Il processo della comunicazione: ascoltare, comprendere, elaborare scelte di continuità/cambiamento, controllo ecologico.
- Comunicazione, counseling e antropologia: conoscere se stesso per conoscere l'altro - conoscere l'altro per conoscere se stesso.
- Le trappole della comunicazione: dibattere, etichettare, interpretare, biasimare.
- La comunicazione motivazionale: pensare (area cognitiva), sentire (area emozionale), fare (area dell'azione).
- L'ascolto attivo, l'ascolto riflessivo, l'ascolto profondo.
- Dalla comunicazione non verbale alla comunicazione biocorporea.

- Gallese e la simulazione incarnata.
- La comunicazione del cambiamento: le nostre due lingue e i nostri tre cervelli.
- La comunicazione decisionale: ascoltare, ascoltarsi, focalizzare, evocare, verificare (dalla messa in pratica al controllo ecologico).

Attivazioni esperienziali.

- ✚ La finestra di Johari. Uno strumento per migliorare i rapporti interpersonali e le dinamiche di gruppo. Il modello consiste in una finestra che rappresenta una persona e la misura in cui è aperta verso gli altri per condividere informazioni e sensazioni.

Sinossi. Role playing in coppia *locutore – ascoltatore in 3 step*.

1° “Mi sembra evidente che ... “ (per esempio: tu sia una persona allegra, ti piaccia l'azzurro, ti piacciono i capelli lunghi...). 4-5' a persona.

2° “Immagino che ... “ (per esempio, tu abbia una stanza molto ordinata, non ti piaccia discutere, ti senta spesso insicuro...). 4-5' a persona.

3° - “Cosa succederebbe se tu... ?“ (per esempio: mi dicessi una cosa che non so di te...)

- “Lo sai che a volte io...”

- “Mi sembra che a volte tu...”. 7-8' a persona.

Debriefing. Cosa ho imparato (di me, di lui, di noi...). Come mi sono sentito. Confronto prima in coppia poi in gruppo.

Bibliografia.

- ✚ Antonio Bimbo A., (2011) *La Comunicazione*, pp. 65-84, in “La gestione del rischio Clinico”, Mc Graw Hill. Roma.
- ✚ Gallese V., (2013) *Corpo non mente. Le neuroscienze cognitive e la genesi di soggettività ed intersoggettività*, Franco Angeli, MI.
- ✚ Liss J., (2004), *L'ascolto profondo*, La meridiana, Molfetta.
- ✚ Ibidem, (2001), *La comunicazione ecologica*, La meridiana, Molfetta.
- ✚ Watzlavick P., (1999), *Il linguaggio del cambiamento*, Feltrinelli, MI.

5.14 Titolo dell'insegnamento

Conoscenze e tecniche del Counseling Motivazionale 2. *Docente:* Tiziana Mori.

Insegnamento del 2° anno 60 ore (comprehensive della parte teorico-cognitiva ed esperienziale)

Obiettivo. Approfondire le conoscenze del modello teorico del Counseling Motivazionale, apprendere le tecniche complesse del Counseling Motivazionale, comprendere gli aspetti strategici nella gestione della relazione d'aiuto. Realizzare cioè il passaggio dall'uso della tecnica ad un agire finalizzato nell'interazione con la persona, imparare ad orientare la persona verso scelte di cambiamento. Sperimentare la gestione dei colloqui di counseling all'interno del proprio gruppo di lavoro.

Traccia. Il modello del Counseling Motivazionale indica nei “Tre fattori della motivazione” (frattura interiore, autoefficacia, motivazione al cambiamento) e nella “Ruota del cambiamento” i referenziali teorici attraverso cui accompagnare, sostenere e facilitare l'elicitazione della motivazione spontanea al cambiamento ed i percorsi di crescita personale.

E' fondamentale per il Counselor avere una strategia che funga da guida per risolvere l'ambivalenza e per “orientare” la persona verso il cambiamento, all'interno di un clima relazionale empatico e collaborativo. Secondo questi principi viene sviluppato un processo di decisioni prese di comune accordo, di esplorazione e di negoziazione

Il Counselor Motivazionale non si occupa di insegnare nuove capacità, o di scavare nel passato, si concentra

piuttosto sugli interessi e sulle preoccupazioni attuali della persona. Quale che sia la frattura interiore che viene esplorata e potenziata essa ha a che fare con un'incoerenza tra comportamento e valori della persona.

Un metodo fondamentale per sviluppare la frattura interiore e, quindi, per accrescere la percezione dell'importanza di affrontare un percorso che faciliti la messa in atto di nuovi stili di vita è quello di stimolare ed elaborare le affermazioni nella direzione del cambiamento.

Il Counseling Motivazionale è intenzionalmente orientato alla risoluzione dell'ambivalenza, chi conduce il colloquio elicitava e rinforza selettivamente le affermazioni orientate al cambiamento.

Il percorso che sviluppa e accompagna il cambiamento inoltre è costituito da tappe e avanzamenti e coinvolge compiti specifici e differenti. Tale processo si colloca all'interno della cornice teorica della "Ruota del cambiamento" e cioè del Modello "Transteorico del cambiamento" (TTM). Gli stadi del cambiamento rappresentano una componente chiave del TTM e definiscono i momenti attraverso cui le persone passano quando cambiano un comportamento.

Viene quindi descritto ogni stadio del cambiamento e vengono fornite indicazioni sullo stile generale del Counseling Motivazionale e sulle specifiche tecniche che sono appropriate per ogni stadio: viene offerta una guida su come integrare nel modo migliore l'uso del Counseling Motivazionale e la conoscenza dello stadio individuale di disponibilità al cambiamento, attraverso la "Diagnosi Motivazionale".

Altro argomento trattato è quello del rapporto tra cambiamento e resistenza. La resistenza è qualcosa che si verifica all'interno di una relazione o di un sistema. Quando una relazione sta diventando discordante è importante capirne il perché: il comportamento di resistenza della persona è in parte legato a vissuti interni ad essa ma anche, secondo un punto di vista più relazionale, un segnale di dissonanza dell'interazione che, quindi, è influenzato dallo stile comunicativo del counselor. La resistenza è un segnale importante in quanto è predittivo di una condizione di non-cambiamento, mentre l'espressione di affermazioni nella direzione del cambiamento (AOC) indica una maggiore possibilità che il cambiamento si verifichi.

Questo insegnamento accompagna l'allievo ad apprendere i riferimenti teorici, le tecniche e gli aspetti metodologici riferiti alla fase 1 del Counseling Motivazionale che si focalizza principalmente sul processo di costruzione della motivazione intrinseca.

Argomenti.

- La definizione di Counseling Motivazionale.
- I principi fondamentali del Counseling Motivazionale.
- Ambivalenza: il dilemma del cambiamento.
- Conflitto e ambivalenza.
- Che cosa motiva le persone a cambiare: i tre fattori della motivazione.
- Frattura interiore, autoefficacia, motivazione al cambiamento.
- Le affermazioni orientate al cambiamento: AOC.
- Come rispondere alle AOC.
- La ruota del cambiamento.
- La diagnosi motivazionale.
- Le tecniche per evocare le AOC.
- La resistenza.
- Resistenza e cambiamento.
- Come rispondere alla resistenza.

- Tecniche complesse dell'ascolto riflessivo.

Attivazioni esperienziali.

Braing Storming sui fattori della motivazione

Drumming sul riconoscimento delle AOC

Il cerchio del cambiamento

Attivazioni in plenaria e/o piccolo gruppo (diadi, triadi) per apprendimento delle tecniche. Utilizzo del metodo del role-play e del real-play, sia per brevi interazioni guidate, in cui l'attenzione è focalizzata sull'utilizzo della singola tecnica, sia in interazioni più complesse, fino ad arrivare a simulare un'intera seduta di counseling.

Braing Storming sulla resistenza.

Esercitazioni con tracce scritte sulla gestione della resistenza.

Esercitazioni in plenaria, in diadi e triadi, sull'utilizzo delle tecniche complesse dell'ascolto riflessivo mediante role-play e real-play.

Real-play in coppia sull'ambivalenza: "Una cosa su cui sento in due modi diversi è..."

Bibliografia.

- ✚ W.Miller, S.Rollnick, (2004), *Il colloquio Motivazionale, preparare la persona al cambiamento*, Erikson, TN.
- ✚ W.Miller, S.Rollnick, (2014), *Il colloquio Motivazionale. Aiutare le persone a cambiare*. Erikson, TN.
 - Bandura (2000), *Autoefficacia, teorie ed applicazioni*, Erikson, TN.
- ✚ Di Clemente, Prochaska (2007), *Gli stadi del cambiamento: storia, teoria ed applicazioni*, . Regione Piemonte, Centro regionale di documentazione per la promozione della salute.
 - Rogers, (1970), *La terapia centrata sul cliente*, Martinelli Ed., FI.
- ✚ R.May, (1991), *L'arte del counseling*, Astrolabio, RM.
- ✚ M.Andolfi,(1994), *il colloquio relazionale*, Accademia di psicoterapia della famiglia, RM.
- ✚ C

5.15 Titolo dell'insegnamento

Il Counseling Motivazionale Integrato e le neuroscienze (2° anno) Ore: 18. Docente: Antonio Bimbo.

Obiettivi. Aggiornare e approfondire l'applicazione integrata del counseling motivazionale per migliorare le abilità pratiche e per favorire la relazione con il cliente.

Sperimentare il counseling motivazionale come metodo di comunicazione psicocorporea, in rapporto con le neuroscienze, per apprendere una gestione delle emozioni orientata al benessere e alla tolleranza dei momenti di disagio.

Fornire strumenti di ascolto, sostegno e aiuto personalizzati ed individuali per un approccio integrato alla relazione di counseling.

Traccia.

Lo sviluppo delle neuroscienze, la scoperta dei neuroni specchio e l'elaborazione delle mappe neurofisiologiche di Liss ed Edelman confermano la pratica del Counseling Motivazionale e inoltre ci portano a sviluppare ulteriormente strumenti e stili di lavoro orientati alla comprensione della persona nella sua interezza (intelligenza complessiva, integrata) in tutte le sue Funzioni: cognitive, emotive, motorie, posturali e fisiologiche. Questa integrazione si rivela particolarmente utile nella Comunicazione interpersonale, per migliorare l'ascolto, la comprensione, la relazione, l'empatia, l'alleanza nel percorso di counseling.

Contenuto prioritario.

Le persone che si rivolgono ai counselor chiedono di essere aiutati a superare una situazione di difficoltà in cui si trovano. Queste situazioni possono essere le più varie ma hanno un denominatore in comune. Esiste un rapporto significativo tra ciò che è successo e il modo di sentire/vivere quello che è successo. E' su questa seconda istanza che nasce la richiesta di aiuto. Ciò che rende l'evento un disagio in cerca d'aiuto è il tessuto emotivo in cui la persona si trova ora. Il motivo principale dell'interesse a un Counseling Motivazionale Integrato, secondo le nuove applicazioni delle neuroscienze, è dato dal fatto che il solo lavoro verbale di tipo razionale difficilmente mette le persone in grado di stare meglio. L'utilizzo nel counseling di pratiche integrate, come l'ascolto profondo, la riflessività psicocorporea, attivano nella persona le risorse creative e raggiungono la memoria delle esperienze emozionali. Le modalità integrate consentono di sbloccare le emozioni congelate perché composte degli stessi processi e linguaggi di natura psicofisica a forte connotazione corporeo-affettiva (LeDoux, 1998).

Argomenti.

Per una visione d'insieme: la gestione integrata di un percorso di counseling motivazionale.

Dal verbum motivazionale al corpus motivazionale.

Le ramificazioni tra counseling e neuroscienze.

La parola motivante: ascolto riflessivo e domande sonda.

Le parole, lo sguardo, la mimica facciale e la respirazione.

Le parole, i riverberi emotivi, i messaggi del corpo e lo spazio.

Il corpo motivazionale: sintonizzazione, empatia corporea e neuroni specchio.

Modulazione, sostegno, presa di decisione, cambiamento e controllo ecologico.

Modalità percettive, reattive, autostima e senso di sé.

Regolazione e sostegno emotivo: le emozioni che mi danno agio e quelle che portano disagio.

Neuroni specchio, mappe neurofisiologiche e counseling motivazionale.

Attivazioni esperienziali.

Comprendere e denominare le emozioni.

COSA FANNO LE EMOZIONI PER TE. Ci sono dei motivi per cui proviamo emozioni. Ne abbiamo bisogno.

FATTORI CHE RENDONO DIFFICILE REGOLARE LE EMOZIONI Mancanza di abilità, conseguenze rinforzanti, umore basso, rimuginazioni/preoccupazioni, miti sulle emozioni e anche fenomeni biologici possono interferire quando cerchi di cambiare le emozioni. Autoesplorazioni guidate.

UN MODELLO PER DESCRIVERE LE EMOZIONI. Le emozioni sono risposte complesse.

Cambiare una parte qualsiasi del sistema può cambiare l'intera risposta.

MODI PER DESCRIVERE LE EMOZIONI Imparare a osservare, descrivere e denominare l'emozione può aiutare a regolare le emozioni.

Cosa rende difficile regolare le tue emozioni.

BIOLOGIA % Alcuni fattori biologici possono rendere più difficile la regolazione emotiva.

MANCANZA DI ABILITÀ % Non sai cosa fare per regolare le tue emozioni.

RINFORZO DEL COMPORTAMENTO EMOTIVO % Il tuo ambiente ti rinforza quando ti comporti in modo molto emotivo.

RINFORZO DEL DISCONTROLLO EMOTIVO % Le tue abitudini, le criticità nella tua storia rinforzano il tuo discontrollo emotivo.

UMORE BASSO % Il tuo umore attuale controlla cosa farai al posto di una risposta più integrata (ragione/emozione). Proprio non ti va di impiegare tempo ed energie per governare le tue emozioni.

SOVRACCARICO EMOTIVO % Forti attivazioni emotive ti possono portare al punto di rottura delle tue abilità. Non riesci a seguire le tue abilità per capire cosa fare.

MITI SULLE EMOZIONI % I miti (cioè convinzioni errate) sulle emozioni possono intralciare la tua abilità di regolare le emozioni. % Il mito secondo il quale le emozioni sono cattive o dimostrano debolezza porta a evitare le emozioni. % Il mito secondo il quale le emozioni estreme sono necessarie o sono parte di chi sei ti impedisce di provare a regolare le tue emozioni %.

Miti e convinzioni comuni sulle emozioni. Questionario di autoriflessione.

Esercizio dell'orso. Gli allievi in libero movimento nella sala scelgono non verbalmente un compagno di lavoro. Si entra nella simulata in cui i due orsi appena usciti dal letargo s'incontrano. Ci si gratta la schiena, ci si spinge, poi ci si volta, contatto visivo per qualche momento. Infine, ciascuno scrive su un foglio che tiene per sé: il messaggio che ti ho mandato, il messaggio che ho ricevuto. Debriefing in plenaria per confronto esperienza e corrispondenza messaggi.

Attunement, corrispondenze.

ciascuno scrive su un foglio 1 stato emozionale che gli appartiene in modo significativo.

mentre ci si muove per la stanza si cerca un compagno/a di lavoro; decidete chi è A e chi è B.

A: per prendere contatto con la tua immagine corporea mettiti di fronte a B come se fosse un grande specchio in modo tale da vedere riflessa la tua immagine per intero.

A: Ora, inizia a rappresentare il tuo stato emozionale, mettiti nella posizione corrispondente, con calma cerca di sentire questo stato in tutto il tuo corpo.

B: come un vero specchio rifletti sistematicamente quanto A sta esprimendo.

A: osserva con attenzione la restituzione di B, senti cosa ti trasmette, quanto la senti corrispondente al tuo stato d'animo. Cosa emerge di te?

Ora riunitevi in un gruppo di quattro persone in cui rispecchierete armoniosamente e reciprocamente i movimenti.

Ora riunitevi in un gruppo di quattro persone in cui rispecchierete armoniosamente e reciprocamente i movimenti.

Debriefing in plenaria.

Bibliografia.

- 🚩 Bimbo A., (2014), *Il Counseling Motivazionale Integrato con le neuroscienze*, pp. 14-25, in "Rivista Italiana di Counseling", Milano.
- 🚩 Gendlin E. T., (2001) *Focusing. Interrogare il corpo per cambiare la psiche*, Astrolabio.
- 🚩 Iacoboni M., (2008) *I neuroni specchio, Come capiamo ciò che fanno gli altri*, Boringhieri.
- 🚩 Liss J., (2004), *L'ascolto profondo*, La meridiana, Molfetta.
- 🚩 Marsha M. Linehan (2015), *DBT Skills Training Manuale*, Raffaello Cortina Editore (MI).

5.16 Titolo dell'insegnamento

Ambiti e applicazioni del Counseling Motivazionale Integrato (3° anno) Ore: 48.

Docente: Antonio Bimbo.

Obiettivi. Aggiornare e approfondire l'applicazione integrata del counseling motivazionale per migliorare le abilità

pratiche e per favorire la relazione con il cliente.

Sperimentare il counseling motivazionale come metodo di comunicazione psicocorporea, in rapporto con le neuroscienze, per apprendere una gestione delle emozioni orientata al benessere e alla tolleranza dei momenti di disagio.

Fornire strumenti di ascolto, sostegno e aiuto personalizzati ed individuali per un approccio integrato alla relazione di counseling.

Traccia.

L'empatia rappresenta una capacità innata, sviluppata dall'apprendimento. Il counselor che sta in risonanza psicofisica con la persona sta favorendo la rinascita di questa competenza emotivo-relazionale. Una delle esperienze più positive che un bambino possa avere è quella di vedere gli occhi della mamma brillare di gioia nel guardarlo. Questo innato bisogno di rispecchiamento permane anche in età adulta e dalla sua soddisfazione dipende la nostra capacità di amare noi stessi e il mondo. Filo conduttore di questo modulo integrato con le neuroscienze, sono i rapporti tra counselor e cliente, visti come un'opportunità di fornire riconoscimento, considerazione e sostegno, dinamiche facilitanti la rivisitazione delle proprie convinzioni e azioni.

Argomenti.

Sinossi di un percorso di Counseling Motivazionale Integrato.

Stadio 1. L'accoglienza motivante: empatia, domande aperte e ascolto riflessivo.

Stadio 2. ascolto riflessivo focalizzato sul sentire e domande sonda per approfondire la narrazione, sintonizzazione e profilo motivazionale/emozionale (i 3 fattori del cambiamento, domande aperte, ascolto riflessivo e ciclo emozionale).

Stadio 3. dare corpo alle parole. Aiutare la persona a sentire dove risuonano le parole chiave, dove si collocano e quali sensazioni producono. Domande sonda e riflessività del sentimento e amplificata per far emergere dalla parola l'emozione e le sue radici corporee. Si lavora sulla consapevolizzazione e prime modulazioni; uso orientato dell'ascolto riflessivo.

Stadio 4. inizia la fase 2 del percorso di counseling: dalla sintonizzazione alla modulazione (Counseling Motivazionale e cambiamento). E' la fase in cui si aiuta la persona a esplorare modi operativi/espressivi/elaborativi diversi, a chiedersi che cosa succederebbe realmente se iniziasse ad agire un determinato piano d'azione. Le domande chiave sono "Cosa faccio quando mi sento così? Cosa faccio per cambiare la situazione?"; "Come mi sento quando faccio questo?". Si lavora sull'attualizzazione delle emozioni e sul rapporto tra emozione e sentimento. Dalle domande sonda alle frasi direzionali

Il metodo di lavoro si concentra sul cominciare a fare (dentro e fuori il setting, individuale o di gruppo) esplorando le correlazioni con l'area del pensare e quella del sentire.

La Sensazione Sentita: Movimenti di TrasFormazione. Accogliere il corpo per comprendere la mente.

Dove la parola non arriva. Marker somatici: interazioni corticali-neocorticali con l'amigdala e il sistema limbico.

Stadio 5. controllo ecologico: verifica e conclusione del percorso di counseling.

Esercitazioni per ogni stadio con real playing.

Integrazioni: Le ramificazioni tra counseling e neuroscienze.

Il corpo motivazionale: sintonizzazione, empatia corporea, modulazione e regolazione: dalla riflessività alla simulazione incarnata.

Apprendere e cambiare: skills training. Abilità di mindfulness. Abilità di efficacia interpersonale. Abilità di

regolazione emotiva. Abilità di tolleranza della sofferenza.

Verso un counseling motivazionale integrato.

Attivazioni esperienziali.

Gruppo Motivazionale Integrato.

Lavoro di gruppo supervisionato dal docente counselor. Incipit: "Un mio modo di reagire è... e mi fa sentire così...".

Ascolto Riflessivo indiretto integrato con Ascolto Riflessivo diretto e composito in gruppo: ciascuno esprime con parole e gesti cosa ha compreso e sentito quando la persona si è espressa. Il locutore restituisce al gruppo le diverse risonanze percepite dai singoli interventi.

Il doppio cieco.

Real playing in coppie di co-counseling 30' a testa. Supervisionate dal docente counselor. Incipit:

"Una cosa che vorresti migliorare di te..."

Lavoro sui 4 processi di counseling motivazionale: stabilire la relazione, focalizzare, evocare, pianificare. Il primo a occhi chiusi per allenarsi all'empatia corporea.

Poi scambio di ruolo cliente - counselor. Ritorno in gruppo per debriefing.

Dalle domande sonda alle frasi direzionali.

Real playing in coppie di co-counseling. Con scambio di ruolo cliente - counselor. Supervisionate dal docente counselor. 30' a testa. Incipit: "*Una cosa che vorrei fare per la mia evoluzione personale*". Esercitazione strutturata per allenarsi all'utilizzo delle domande sonda per approfondire la narrazione, l'elaborazione, l'insight, per arrivare alle frasi direzionali che aiutano la persona a collegare il cognitivo all'emotivo, il pensiero al sentire e all'azione, aiutano cioè a creare un ponte che integri la funzione mentale a quella corporea.

La sensazione sentita. Movimenti di TrasFormazione. Accogliere il corpo per comprendere la mente.

Questa attivazione esperienziale si compone di due parti. La prima in gruppo in cui il docente counselor guida gli allievi a fare focusing, cioè a incontrare la sensazione prodotta da un pensiero, a localizzarla nel proprio corpo, a conoscerla e a entrare in contatto con lei, facendo esperienza nel qui e ora della possibilità di cogliere sia il dato percepito che la sua trasformazione. La seconda parte si realizza in colloqui di counseling supervisionati dal docente counselor in cui gli allievi si allenano a fare focusing, cioè a lavorare sul fatto che fare esperienza sul qui e ora aiuta a comprendere i diversi aspetti di una situazione, a renderla più dinamica, e a dare alla persona la possibilità di essere più intuitiva e creativa, quindi meno soffocata da assolutismi, generalizzazioni e fissazioni.

Bibliografia.

- ✚ Edelman G. M., (2007), *Seconda natura. Scienza del cervello e conoscenza umana*. Raffaello Cortina, MI.
- ✚ Gallese V., Migone P., Eagle M. N., (2006), *La simulazione incarnata: i neuroni specchio, le basi neurofisiologiche dell'intersoggettività ed alcune implicazioni per la psicanalisi, Psicoterapia e Scienze Umane*, 3: 543-580.
- ✚ Ibidem, (2013), *Corpo non mente. Le neuroscienze cognitive e la genesi di soggettività ed intersoggettività*, *Educazione Sentimentale*, 20: 8-24.
- ✚ Gendlin E. T., (2001) *Focusing. Interrogare il corpo per cambiare la psiche*, Astrolabio.
- ✚ LeDoux J., (1998) *Il cervello emotivo. Alle radici delle emozioni*, Baldini e Castoldi.
- ✚ Marsha M. Linehan (2015), *DBT Skills Training Manuale*, Raffaello Cortina Editore (MI).
- ✚ Stern D.N., (2005), *Il momento presente. In psicoterapia e nella vita Quotidiana*, Raffaello Cortina.

5.17 Titolo dell'insegnamento

Professioni della relazione d'aiuto, confini ed elementi di psicopatologia.

Docente: Giovanni Brighenti. Con integrazioni di Ilaria Bimbo e Tiziana Mori.

Insegnamento del 3° anno 16 ore

Obiettivo.

Conoscenza accurata dei vari tipi di disturbi psichiatrici e di personalità.

Traccia.

La presente proposta formativa, riguarda un'area fondamentale, per il lavoro di relazione che gli operatori svolgono quotidianamente con utenti affetti da disagio psichico. L'argomento focalizzato in questo seminario comprende l'analisi approfondita dei principali disturbi mentali riconosciuti e classificati nel Manuale Diagnostico Statistico dei Disturbi Mentali (DSM IV TR) a cura dell'American Psychiatric Association. Il percorso didattico si svolge sulla diagnosi differenziale, cioè la comprensione delle differenze di funzionamento delle diverse patologie mentali, che si traducono in prassi comportamentali alquanto diverse. Seguendo la traccia del DSM si è proceduto secondo le linee guida sia del disturbo clinico che di personalità, all'esposizione delle differenze in modo da evidenziare con maggiore esattezza possibile i disturbi clinici rispetto a quelli di personalità. Nella presentazione, oltre alle descrizioni della sintomatologia, sono stati inseriti spezzoni di film al fine di rendere più fruibili le tematiche psicopatologiche. Infine è stata prevista un'esercitazione finale su casi clinici. Il seminario sarà quindi focalizzato sulla diagnosi differenziale. Al fine di comprendere chiaramente i confini tra una professione coniugata sul mantenimento del benessere e il governo del disagio esistenziale e le professioni orientate alla clinica dei disturbi psichici, così come si cercherà di rendere comprensibile il delicato passaggio dal disagio reattivo/esistenziale al disturbo di personalità.

Le tracce filmiche che illustrano i disturbi clinici che di personalità:

Un boss sotto stress

Inside

Un pesce innamorato

Mr. Jones

Il genio della truffa

Il pasto nudo

Misery non deve morire

Arancia meccanica

Una donna in carriera

Via da Las Vegas (leaving Las Vegas)

L'obiettivo proposto, rispetto all'evento formativo, è quello di aiutare i counselor a riconoscere i confini operativi propri della loro professionalità, quindi ad avere un'idea di come si presentano nelle persone le sindromi psichiatriche, a farsi un'idea rispetto ai più frequenti disturbi afferenti la patologia mentale. In tal modo potranno aiutare i clienti che hanno bisogno di altri professionisti della relazione d'aiuto ad essere a questi indirizzati.

Argomenti.

I confini dell'intervento di counseling nel colloquio: potenzialità ed efficacia.

Disturbi trattati:

Schizofrenia

Disturbi del tono dell'umore (depressione mono e bipolare)

Disturbo ossessivo compulsivo

Disturbo d'ansia

Disturbo fobico

Disturbo dipendenza da sostanza

Disturbi di personalità:

Disturbo delirante

Disturbo Schizoaffettivo

Disturbo schizoide

Disturbo borderline

Disturbo antisociale

Disturbo narcisistico

Le tracce filmiche che illustrano i disturbi clinici sia disturbi di personalità e comprendono:

Un boss sotto stress

Inside

Mr. Jones

Il genio della truffa

Il pasto nudo

Misery non deve morire

Arancia meccanica

Una donna in carriera


Via da Las Vegas (leaving Las Vegas)

Attivazioni esperienziali.

Role playing sui colloqui clinici e vignette cliniche

Bibliografia.

 DSM V Raffaello Cortina Milano 2014

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

5.18 Titolo dell'insegnamento

Elementi di etica e deontologia professionale. 16 ore. Docente: Paola Agni.

Fra Deontologia e buona prassi.

In primis, in questo modulo si affronteranno i concetti di deontologia, di codice etico e la differenza rispetto alle leggi vigenti. Infatti un counselor è tenuto al rispetto tanto del codice deontologico, quanto di una serie di norme giuridiche che regolano lo svolgimento corretto di determinate professioni.

Nel modulo si affronterà quindi uno studio capillare del codice deontologico di Assocounseling così come dei regolamenti.

La funzione dello studio di questo modulo dovrebbe essere quella di sviluppare una competenza critica rispetto alla

figura del counselor, ai suoi diritti e ai suoi doveri rispetto all'esercizio della professione di counselor.

Inoltre, in questo modulo verrà analizzato in modo critico lo Statuto e l'Atto Costitutivo dell'Associazione Assocounseling, valutando come l'attività del counselor venga disciplinata.

Il modulo prevede inoltre, lo studio della Legge sulla privacy, sulle norme fiscali di importanza fondamentale e delle leggi civili inerenti a responsabilità ed assicurazione che il counselor dovrà applicare nell'esercizio della sua attività.

In sostanza in questo modulo si vuole dare allo studente una chiara visione della normativa positiva, dei regolamenti interni di Assocounseling, di Statuto e Atto costitutivo che regolano la professione. Questo in modo, da rendere i professionisti autonomi e sicuri sul mercato del lavoro, e rispettosi di tutte le norme vigenti.

Il modulo verrà affrontato in modo integrato, ossia, accanto a principi impartiti attraverso una lezione accademica, la possibilità di sperimentare dal vivo come le norme giuridiche e i regolamenti si applicano. Si cercherà inoltre, di far emergere lo spirito critico dei discenti, al fine di individuare mediante le norme positive i confini e le caratteristiche del counseling.

E' di estrema importanza, far capire come le norme di diritto positivo e i regolamenti, nonché la normativa dell'associazione, sia il confine nell'ambito del quale il counselor può agire senza incorrere in sanzioni, bensì può operare nello spazio di manovra consentito.

Verranno inoltre analizzati una serie di casi giurisprudenziali, che aiuteranno a capire il netto confine fra il counseling e le altre professionalità, anche in questo caso, si richiede un intervento attivo dei discenti di commento delle situazioni presentate.

In dettaglio:

Legge sulla privacy

Cenni fiscali, tributari e assicurativi

Legge 14.1.2013 N.4







Atto costitutivo e statuto Assocounseling

Codice deontologico articolo per articolo

Regolamenti di Assocounseling: Requisiti minimi per iscrizione, requisiti per il mantenimento, aggiornamento, supervisioni, livelli di iscrizione, regolamento disciplinare, regolamento per uso di marchi e loghi, regolamento amministrativo.

Giurisprudenza

Bibliografia

-  Codice civile
-  Legge privacy
-  Legge 14.1.13. N. 4
-  Codice deontologico Assocounseling
-  Atto Costitutivo e statuto Assocounseling
-  Regolamenti Assocounseling rinvenibili nel sito

5.19 Titolo dell'insegnamento

METODI E TECNICHE COMPLESSE DEL COUNSELING MOTIVAZIONALE

18 ore TERZO ANNO. DOCENTE: Carmencita Mastroianni

Obiettivo: Dalla costruzione della motivazione al sostegno del cambiamento: questo passaggio segna anche il diverso compito del counselor che dall'ascolto e dalla comprensione della persona, passa strategicamente ad individuare con il cliente gli obiettivi di cambiamento desiderabili e al percorso per raggiungere tali obiettivi.

Traccia: Gli elementi riconosciuti come importanti nei normali processi di motivazione, decisione e cambiamento, possono quasi sempre essere organizzati in aree tematiche, di significato affine, che illustrano molto bene la caratteristica multifattoriale del concetto di motivazione.

L'elemento che spesso compare per primo nella descrizione dei "motori" del cambiamento riguarda la percezione di malessere, scontentezza, disagio, preoccupazione, insoddisfazione per la situazione in cui le persone si trovano. Questo aspetto, prevalentemente emotivo, viene subito associato in modo molto stretto ad un secondo elemento, più cognitivo e razionale, legato all'emergere del riconoscimento di un problema, della consapevolezza delle connessioni fra un comportamento e i suoi esiti prossimi o remoti, alla presenza di conoscenze e informazioni adeguate che possono influenzare coscienza e cognizioni.

Accanto a questi aspetti compare spesso un nuovo elemento che scaturisce dalla constatazione, molto diffusa nella clinica, che il cambiamento non sia legato solo al malessere e alla consapevolezza e che ad essi deve essere associato un obiettivo di cambiamento, legato al desiderio di stare meglio, ad una meta da raggiungere, a qualcosa giudicato importante per se, che ha un valore e che diventi un fine che giustifichi la fatica legata al cambiamento.

Questi tre gruppi di "elementi motivazionali" appaiono assai spesso per primi e, una volta approfonditi, portano frequentemente all'idea che, seppur necessari, non sembrano essere sufficienti a motivare concretamente un cambiamento.

L'elemento capace di imprimere una spinta aggiuntiva e decisiva al processo viene sempre identificato nella percezione di avere fiducia nelle proprie capacità, di credere di potercela fare, di immaginare di riuscire, di confidare nelle proprie forze o nell'aiuto di altri, nella fiducia di qualcuno e nella condivisione dell'esperienza, ossia nella cosiddetta percezione di Autoefficacia.

Questi quattro gruppi di elementi motivazionali sembrano essere riconosciuti come efficaci precursori di ciò che in passato era semplicisticamente considerato sinonimo di motivazione,

ossia una volontà di cambiamento, la decisione di provare a modificare la situazione problematica, la disponibilità ad impegnarsi realmente in azioni orientate al cambiamento.

Quest'ultimo elemento è ciò che porta le persone a mettere in atto concretamente il cambiamento attivandosi e muovendo i primi passi in quella direzione.

Insoddisfazioni e preoccupazioni, consapevolezza, desiderio ed importanza, fiducia e volontà di impegnarsi sembrano quindi essere gli elementi costitutivi della motivazione al cambiamento.

Secondo lo spirito del CM infatti il processo di motivazione passa attraverso l'evocazione e la elaborazione approfondita delle Affermazioni Orientate al Cambiamento (AOC), che altro non sono che la verbalizzazione di tutte le rappresentazioni interne al cliente che riguardano i suoi propri elementi motivazionali (espressioni di Insoddisfazioni e preoccupazioni, Consapevolezza, Desiderio ed importanza, Fiducia e volontà di impegnarsi). Miller afferma chiaramente che uno "stile motivazionale" nella conduzione dei colloqui ha dato prova di favorire l'emergere delle AOC e che la frequenza delle AOC è un buon predittore dell'effettiva modificazione del comportamento. Il CM promuove quindi, accanto alla creazione di un clima empatico e di autonoma collaborazione, una intenzionale attenzione da parte dei professionisti per questi aspetti. (da "Le scale VMC2.

Semplici strumenti per valutare la motivazione al cambiamento” di Valter Spiller)

Sono disponibili in Italia molti strumenti di valutazione della motivazione, alcuni validati, altri no, spesso traduzioni di strumenti in lingua inglese, che si aggiungono a specifiche tecniche per sostenere il cambiamento.

In questa parte più avanzata e conclusiva della formazione al Counseling Motivazionale è fondamentale introdurre anche l'importanza della valutazione del lavoro svolto dal counselor attraverso gli strumenti dell'equipe, della supervisione e di ogni forma di riflessione sull'operato professionale.

Argomenti:

Le diverse agende del counselor e del cliente

Il MITI, versione VMC2

Come procedere per attivare l'impegno di cambiare:

Lavorare sulle AOC

Sostenere l'Autoefficiacia

Fare riassunti (Ricapitolazione)

Formulare domande chiave

Dare informazioni e consigli

Concordare un piano: Stabilire gli obiettivi, Condividere le azioni di cambiamento, Delineare il progetto, Far emergere l'impegno

La comunicazione di cattive notizie e di vincoli

Counseling situazionale

Counseling esistenziale

Ambiti di applicazione

La supervisione, l'intervisione, l'autovalutazione

Attività esperienziali:

 Esercitazione “Motivazionaliadi”

Finalità:

Fornire restituzioni standardizzate e personalizzate ai corsisti sul grado di competenza acquisita riguardo a: qualità della relazione, congruenza con lo spirito e le abilità del Counseling Motivazionale, centratura sul cliente e capacità di orientamento.

Svolgimento:

Real play che si svolge in triadi (counselor, cliente, osservatore) con cui si sperimenta il passaggio dalla relazione interpersonale significativa alla relazione professionale e prestazionale, attraverso un insieme di strumenti di valutazione e autovalutazione

Compiti del counselor

E' richiesto di tenere un breve colloquio motivazionale (durata 15') seguendo lo schema:

un momento di accoglienza

un momento di esplorazione/elaborazione

un momento di restituzione

Alla fine del colloquio breve il counselor/ corsista compilare una scheda di autovalutazione (VMI-C)

Compiti del cliente:

Portare un argomento tipo: «una cosa di cui ti voglio parlare è...», con la precisazione di non aspettarsi la soluzione del problema, quanto un ascolto attento e interessato.

Alla fine del colloquio breve compilare una scheda di valutazione (VMI-P)

Compiti dell'osservatore:

Osservare, ascoltare e rilevare:

il clima relazionale (quanta empatia)

i contenuti comunicativi (quante abilità motivazionali)

le caratteristiche di processo (quali evoluzioni)

Alla fine del colloquio breve compilare una scheda di valutazione (VMI-O)

Le motivazionaliadi sono un indicatore istantaneo delle competenze acquisite, sono quindi influenzate da vari fattori interni ed esterni al counselor.

Non indicano il valore generale di un counselor.

La matrice delle Motivazionaliadi è il MITI (Motivational Interviewing Treatment Integrity), strumento di codifica e valutazione, elaborato da Theresa Moyers ed in continuo perfezionamento.

Bibliografia:

- Miller W. R.; Rollnick S.; Il Colloquio Motivazionale. 3° edizione. Edizioni Centro Studi Erickson. Trento 2014.
- Miller W. R.; Rollnick S.; Moyers T.; Motivational Interviewing. DVD 2013.
- Rosengren D. B.; Guida pratica al counseling motivazionale - Manuale per i professionisti sociali e sanitari. Edizioni Centro Studi Erickson. Trento 2011.
- Miller W. R.; Rollnick S.; Il Colloquio Motivazionale – Preparare la persona al cambiamento. Edizioni Centro Studi Erickson. Trento 2004.

5.20 Titolo dell'insegnamento

Promozione della professione 3°anno. Ore 8. Docente: Antonio Bimbo, Paola Agni.

Obiettivo. Per promozione della professione si intende l'avviamento dell'attività professionale, che comprende specificatamente le modalità con cui ci si presenta ai potenziali clienti, ai colleghi, alla comunità scientifica, alla società in generale e alle associazioni di categoria.

Traccia. Costruzione della propria immagine professionale nel rispetto dei dettami normativi, dei confini previsti dal codice deontologico di AssoCounseling e in relazione alle specificità del proprio modello. Costruzioni di reti di professionisti sul territorio (psicologi, psicoterapeuti, medici, psichiatri, avvocati, mediatori familiari, etc.) e di rapporti con i servizi territoriali (SerT, assistenza sociale, etc.). Marketing professionale: siti web, social media, realizzazione di biglietti da visita, brochure, locandine, manifesti.

Argomenti.

- La cultura del counseling e la comunicazione.
- La comunicazione informativa e la comunicazione evocativa: cosa dire, come, dove e a chi.
- Comunicare Cosa sono, Dove sono, Cosa faccio, Come lo faccio, A chi può essere utile, Con chi lo faccio, Per chi lo faccio.
- Comunicare la vision e la mission.
- Comunicare lo know-how, le risorse, Carta etica, Customer satisfaction, People satisfaction, Stakeholders.
- . La strategia delle 4 P: posizionamento, produzione, partnership, promozione.
- La comunicazione motivazionale: pensare (area cognitiva), sentire (area emozionale), fare (area dell'azione).

- Case history: studio di esempi di comunicazione nell'area del counseling.
- Sviluppo professionale, evoluzione personale e individuazione di modalità comunicative.

Attivazioni esperienziali.

Focus group su: come posso rendere la mia competenza in counseling un lavoro che sia utile per gli altri e che possa generare un reddito per me.

LABORATORIO DI PROJECT WORK "PROMUOVERE IL COUNSELING".

NOTA INTRODUTTIVA.

L'attività progettuale è un processo intenzionale, razionale, orientato a uno scopo. Si svolge in un campo di risorse, vincoli e opportunità, e comporta l'adozione ripetuta e ricorsiva di una serie di scelte e decisioni.

Un progetto è un impegno responsabile per garantire il raggiungimento di scopi e obiettivi.

Il punto di partenza del project work è dato dalle motivazioni a cui il progetto è chiamato a rispondere; mentre il punto di arrivo è l'obiettivo generale che concretizza l'idea e la soddisfa.

Il significato etimologico del termine project work è "lavoro di progetto", che evidenzia come il project work sia un efficace strumento formativo che richiede ai partecipanti di realizzare un progetto concreto; tale metodologia consentirà a coloro che vi contribuiscono di prendere contatto con problematiche organizzative, operative, relazionali, presenti nel contesto lavorativo e formativo.

Gli step.

La progettazione.

Chi è coinvolto?

Quale ambito di progettazione?

Quali risorse?

Quale strategia?

Quali obiettivi (finali ed intermedi)?

LE TAPPE DEL PROJECT WORK, PER PROMUOVERE UN'ATTIVITA' DI COUNSELING (studio associato, corso di counseling, progetti da proporre a vari enti, es. scuola, università, Asl, Comuni ecc...)

Individuare l'attività da sviluppare.

Individuare le risorse necessarie.

Scegliere una strategia.

Formulare un piano di azione.

Preparare la presentazione.

IL LABORATORIO.

Organizzarsi in gruppi.

Prima parte: da dedicare al brainstorming (tecnica creativa di gruppo per far emergere idee, senza censura...lasciare andare la mente..) per la scelta dell'idea da promuovere.

Seconda parte: progetto di sviluppo dell'attività (a chi è indirizzata; dove? Quali sono le risorse...).

Terza parte: pubblicizzare e presentare l'attività (realizzare un logo e uno slogan, una descrizione efficace dell'attività).

MATERIALI DA USARE PER LA PRESENTAZIONE: cartelloni, pennarelli, oggetti... e tutto ciò che ritenete utile.

Bibliografia.

E. Giusti, A. Pagani, (2012), Il successo professionale 2.0. Per la relazione d'aiuto: psicoterapeuti, counselor,

coach, Sovera Edizioni.