



centro
Psicopedagogico
per la Pace
e la gestione
dei conflitti



Centro Psicopedagogico per la pace e la gestione dei conflitti
Via Campagna 83 29121 Piacenza
Tel. e fax 0523.498.594 info@cppp.it www.cppp.it

Il Counseling Maieutico Orientamenti teorici e operativi

Dr. Daniele Novara
Responsabile scientifico

1. Il conflitto come risorsa per il Counseling Maieutico

Il Counseling Maieutico è uno strumento innovativo nato dopo anni di studio, lavoro e ricerca nell'ambito della gestione dei conflitti, delle relazioni di aiuto e dello sviluppo dei processi di apprendimento del nostro Istituto CPP di Piacenza.

I conflitti sono esperienze complesse: assolutamente soggettivi, terribilmente dolorosi o magari neppure percepiti, spesso evitati, facilmente confusi con altri eventi negativi come la violenza o la guerra, solitamente legati a vissuti interiori infantili. I conflitti e il nostro modo di viverli raccontano molto di noi e delle complicate relazioni umane.

Il focus centrale del lavoro del nostro Istituto è l'apprendimento. E gli anni dedicati allo studio dell'esperienza conflittuale ci hanno portato a maturare alcune convinzioni fondamentali: prima di tutto che il conflitto non è un inconveniente ma piuttosto un elemento costitutivo delle relazioni di grandi e piccoli, e poi che il conflitto è una straordinaria occasione di apprendimento ed evoluzione personale, relazionale e sociale.

Non esiste una tradizione di pensiero che vada in questa direzione.

I motivi sono tanti. In primis viene la cultura acflittuale in cui siamo immersi: la convinzione, diffusa e radicata, che la relazione funzioni se si sta bene insieme, se non si litiga, se non ci sono contrasti; l'idea che la pace coincida con l'assenza di disaccordo, con una sorta di armonia simbiotica, soprattutto in ambito familiare. È però un dato dell'esperienza di chiunque che una relazione priva di conflitti non è vitale, che la simbiosi, fondamentale nei primi anni dell'essere umano, alla lunga impedisce la crescita, ostacola il processo individuativo, intralcia l'acquisizione



C e n t r o
P s i c o p e d a g o g i c o
p e r l a P a c e
e l a g e s t i o n e
d e i c o n f l i t t i



Centro Psicopedagogico per la pace e la gestione dei conflitti

Via Campagna 83 29121 Piacenza

Tel. e fax 0523.498.594 info@cPPP.it www.cPPP.it

dell'autonomia. I conflitti sono allora elementi intrinseci delle relazioni umane perché gettano ponti comunicativi: occasioni per confrontarsi sulla differente percezione della realtà, per esprimere bisogni ed esigenze profondamente personali, per crescere reciprocamente. Sono una palestra che consente di sviluppare relazioni più soddisfacenti e sono elementi fondamentali del lavoro di counseling.

Il secondo elemento che rende difficile leggere il conflitto come potenziale risorsa è legato a un problema di apprendimento pregresso. Quasi nessuno conserva una memoria positiva delle proprie esperienze conflittuali infantili. Tendenzialmente la storia educativa delle generazioni precedenti ci rimanda un vissuto del conflitto come errore, ingiustizia e colpa: il bambino che litigava, che disobbediva, era un problema; sistematicamente stigmatizzato e sottoposto a reprimende e punizioni, in certi casi era considerato anche peggio di quelli che si facevano giustizia da soli. La dinamica era, e spesso è ancora, quella di ricercare e individuare un colpevole e punirlo per aver attivato il litigio. Si stabilisce così una connessione, un imprinting infantile tra conflitto, ingiustizia, colpa o comunque tra conflitto e incomprensione, frustrazione e sofferenza, che agisce inconsapevolmente dentro di noi portandoci ad affrontare l'esperienza conflittuale senza un'adeguata consapevolezza e competenza relazionale, e soprattutto impedendoci di coglierne le potenzialità di apprendimento.

Manca poi, e questo è il terzo motivo, un background semantico e scientifico adeguato. Se il linguaggio, come tutte le scienze moderne affermano, ha un ruolo fondamentale nella strutturazione stessa della realtà, la confusione semantica attorno al termine conflitto non aiuta. Spesso scambiato e sovrapposto al termine violenza o a guerra, il conflitto se ne differenzia proprio perché, situandosi sul piano della relazione, non si pone come obiettivo la distruzione o l'eliminazione del contendente. In questo senso la violenza è qualcosa che scaturisce proprio dall'assenza dei conflitti, dall'incapacità di esprimere, anche in modo doloroso e problematico, le proprie pulsioni individuative, che finiscono per sfogarsi in modo incontrollato e distruttivo. La teoria dell'escalation poi, la convinzione cioè che la violenza scaturisca inevitabilmente dal conflitto, non ha alcun riscontro scientifico ma definisce piuttosto alcuni casi limite dell'esperienza



centro
Psicopedagogico
per la Pace
e la gestione
dei conflitti



Centro Psicopedagogico per la pace e la gestione dei conflitti

Via Campagna 83 29121 Piacenza

Tel. e fax 0523.498.594 info@cphp.it www.cphp.it

quotidiana. La chiarezza semantica è fondamentale perché si dia trasparenza operativa: imparare a individuare correttamente i conflitti è un passo importante per capire come affrontarli.

L'ultimo aspetto riguarda la tradizione scientifica e disciplinare: non esiste una tradizione pedagogica, ma nemmeno psicologica o sociologica che si sia occupata dei conflitti in una prospettiva trasformativa e maieutica. Per quanto il conflitto sia stato analizzato e anche valorizzato permane una visione dell'esperienza conflittuale come di un'esperienza problematica, un sintomo di nevrosi, il segno di un malessere, un elemento di rottura che va gestito e ricomposto.

Eppure i conflitti possono davvero trasformarsi in importanti occasioni di apprendimento ed evoluzione personale e sociale, possono essere effettivamente considerati delle risorse. È possibile modificare il punto di vista e assumerne uno più costruttivo che restituisce a questo tipo di esperienza tutte le sue potenzialità di apprendimento, si può vedere il conflitto come luogo nel quale potersi esprimere, rafforzando la propria autonomia o il senso di reciproca appartenenza piuttosto che il senso di colpa.

Cosa si può imparare dai conflitti? Dal punto di vista evolutivo il conflitto è importante nel sostenere il processo di differenziazione. Un esempio abbastanza comune di questa tipologia di litigio è quello tra adolescenti e genitori. Spesso, quando questi conflitti non si esplicitano gli individui si ritrovano bloccati in situazioni di profondo disagio e sofferenza che generano rabbia e rancore. È molto difficile infrangere i legami che hanno fornito rifugio, protezione e sicurezza, ma il rischio è di restare bloccati nel proprio cammino personale: imparare a riconoscere e gestire questo tipo di conflitto è un'importante occasione di crescita evolutiva. Il conflitto è poi uno straordinario strumento di autoregolazione sia nei gruppi che nelle situazioni sociali di carattere duale. Favorisce l'instaurarsi di sistemi che permettono di mantenere una misura relazionale adeguata: i rapporti che non consentono il conflitto sono tutti a rischio di soffocamento reciproco o, al contrario, di produrre reattivamente episodi di vera e propria violenza. I conflitti permettono inoltre di imparare a conoscersi. Nelle discussioni, negli scontri, nelle difficoltà relazionali si scoprono potenzialità e limiti personali: si ha la possibilità di confrontarti con le tue capacità e di



Centro
Psicopedagogico
per la Pace
e la gestione
dei conflitti



Centro Psicopedagogico per la pace e la gestione dei conflitti

Via Campagna 83 29121 Piacenza

Tel. e fax 0523.498.594 info@cPPP.it www.cPPP.it

metterle alla prova; di individuare i propri confini e, in particolar modo, di cogliere i blocchi emotivi che impediscono di riconoscere se stessi e gli altri, di avere una chiara visione di quello che sta accadendo e di agire di conseguenza. Un'altra funzione molto importante, tipica della dimensione del conflitto è poi quella evolutiva antinarcisistica. Nell'altro si incontra un limite alla propria onnipotenza e interagendo reciprocamente si svelano delle potenzialità inesprese, si testano strategie, si individuano i propri confini. Grazie al conflitto si acquisiscono competenze relazionali e si impara a stare al mondo. Oggi quest'ultimo aspetto è molto importante: la vocazione anti autoreferenziale del litigio contrasta fortunatamente la tirannia narcisistica che pervade la nostra dimensione sociale, in cui la tendenza all'esibizionismo di adulti e bambini è assolutamente eccessiva e spasmodica. Favorita e perseguita a ogni costo dai media, provoca danni a vari livelli e impedisce l'acquisizione di una sana consapevolezza di sé e della capacità di affrontare i propri fantasmi interiori.

2. Il Counseling Maieutico: un approccio operativo

A partire dalla convinzione che il conflitto è costitutivo delle relazioni umane e che dal conflitto si può imparare, come aiutare le persone ad apprendere dai conflitti? Tra i diversi strumenti elaborati in questi anni, il Counseling Maieutico nasce dalla constatazione che affrontare e gestire un conflitto spesso richiede un aiuto esterno, di qualcuno che attivi le risorse interiori della persona e sostenga un lavoro di lettura e analisi della situazione.

Si tratta di una metodica che presenta caratteristiche molto specifiche.

In primis l'**approccio maieutico**. Se tradizionalmente la relazione d'aiuto consiste nell'intervento esterno a favore di una persona, di una coppia o di un gruppo che non è in grado di realizzare una determinata azione, cercando di subentrare all'incapacità, l'approccio maieutico, ponendosi nella logica di "tirar fuori" e quindi di sviluppare la capacità di darsi delle risposte in maniera autonoma, è particolarmente interessante ed efficace nella gestione dei conflitti.

Nell'ultimo secolo varie discipline scientifiche – come la psicoanalisi, le scienze ecologiche e alimentari ad esempio – hanno enfatizzato la capacità dell'individuo e anche del gruppo di attivare



Centro
Psicopedagogico
per la Pace
e la gestione
dei conflitti



Centro Psicopedagogico per la pace e la gestione dei conflitti

Via Campagna 83 29121 Piacenza

Tel. e fax 0523.498.594 info@cphp.it www.cphp.it

processi di aiuto basati sulla motivazione interna piuttosto che su quella esterna. L'epistemologia scientifica moderna appare fortemente centrata sull'attenzione ai processi soggettivi di assimilazione delle conoscenze.

La maieutica è una risposta operativa e specifica a questa nuova istanza scientifica, e recupera le radici socratiche della cultura occidentale stessa: definisce l'apprendimento come comprensione interna personale e non come adeguamento a contenuti esterni; rispetta la dimensione della sostenibilità personale; struttura una reciprocità relazionale.

LE CONDIZIONI PER UN APPRENDIMENTO EFFICACE ©

MOTIVAZIONE

Principio
di sintonizzazione interna

IMITAZIONE

Principio
di reciprocità

GRADUALITA'

Principio
di sostenibilità



Il Counseling Maieutico è pertanto una pratica innovativa, il punto di convergenza fra varie culture formative, consulenziali e psicopedagogiche, che offre la possibilità di portare, individualmente, in
Ente accreditato presso il Ministero dell'Istruzione, Università e Ricerca
Prot. N. 3304/c/3 del 09/06/2003



Centro
Psicopedagogico
per la Pace
e la gestione
dei conflitti



Centro Psicopedagogico per la pace e la gestione dei conflitti

Via Campagna 83 29121 Piacenza

Tel. e fax 0523.498.594 info@cPPP.it www.cPPP.it

coppia, ma anche in equipé, i propri conflitti, le difficoltà relazionali, i blocchi operativi, per capire meglio la situazione critica, per attivare una buona decantazione emotiva e infine per individuare eventuali esiti trasformativi soddisfacenti e sostenibili. La differenza rispetto al classico *counseling* psicologico sta in una profonda accentuazione operativa di tale procedura, nella logica di aiutare a trovare dentro di sé nuovi punti di vista, nuove letture, nuove capacità di affrontare la situazione. La seconda peculiarità del Counseling Maieutico risiede nella capacità **empatica** del counselor di mantenersi effettivamente distante dalla problematica conflittuale presentata ma, allo tempo stesso, di essere in grado di aderire profondamente alla sofferenza che la persona manifesta nel presentare, raccontare e riconoscere il conflitto di cui parla. Apparentemente sembra un ossimoro, ma in realtà è una modalità imprescindibile da assumere se si vuole evitare di correre il rischio di “allearsi” con la persona che si sta aiutando interferendo così nel suo processo di presa di coscienza del problema e di attivazione. La dinamica interna al counselor che lo porta alla compiacenza piuttosto che all’empatia può essere dovuta a diversi fattori: perché in qualche modo rivive una situazione che lo ha coinvolto direttamente in passato, perché simpatizza a pelle col cliente senza mettere filtri deontologici, perché comunque riaffiora anche in lui il tema della giustizia e quindi della ricerca del colpevole. Occorre evitare l’invischiamento sia emotivo che procedurale: il counselor non deve essere semplicemente competente nelle fasi del processo e nelle tecniche conseguenti, ma capace anche di una profonda disposizione all’ascolto emotivo, finalizzato a raccogliere e a dare significato alle eventuali sofferenze emergenti. In grado inoltre di autoanalizzarsi e di percepire come la situazione fa risuonare i propri vissuti personali.

3. La struttura e le fasi del Counseling Maieutico

È peculiare e ben definita: prevede **cinque fasi** che vanno dall’accoglienza, alla narrazione, alla definizione del problema, cercando di attuare un distanziamento emotivo, per concludersi con l’individuazione di un compito operativo. Ma, più che una questione teorica, è una questione pratica: si propone di aiutare ad affrontare i conflitti rispettando i tempi individuali, i contenuti e le emozioni personali, ha come obiettivo che la persona (ma anche eventualmente la coppia o il



centro
Psicopedagogico
per la Pace
e la gestione
dei conflitti



Centro Psicopedagogico per la pace e la gestione dei conflitti

Via Campagna 83 29121 Piacenza

Tel. e fax 0523.498.594 info@cPPP.it www.cPPP.it

gruppo) scopra e riconosca le proprie risorse per arrivare a cambiamenti possibili, e utilizza le domande come strumento ostetrico, per scavare ed estrarre punti di vista innovativi sul problema e quindi nuove possibilità di capire il conflitto ed assumere compiti di cambiamento sostenibili. Un'altra peculiarità importante del Counseling Maieutico risiede infatti nell'utilizzo delle **domande maieutiche**, che aiutano a leggere meglio la situazione per avvicinarsi al cuore nascosto del conflitto. Le domande maieutiche consentono di ricostruire cosa è accaduto, utilizzando gli errori come informazioni e non come fallimenti. Le domande, se non giudicanti e tendenziose come quelle che nascondono i famigerati consigli, permettono al cliente anche un distanziamento critico ed emotivo, e aiutano a reperire eventuali informazioni nascoste.

La domanda maieutica ha essenzialmente due funzioni: la funzione di interessamento empatico (far sentire l'interesse nell'ascolto) e quella di svelamento, di rivelazione (poter scoprire qualcosa di nuovo).

Nelle procedure tradizionali di offerta d'aiuto la tendenza più comune, di fronte al problema che viene presentato, è quella di rispondere: dare consigli, trovare delle soluzioni, proporre vie d'uscita. L'utilizzo della domanda come forma di esplorazione, di ricerca, di individuazione di esiti sostenibili è una strategia innovativa: nel Counseling Maieutico attraverso domande non invasive si procede per progressive restituzioni che a poco a poco rimettono i pezzi al loro posto, chiariscono il conflitto, lo visualizzano adeguatamente, ma specialmente aiutano la persona a individuare compiti adeguati per produrre cambiamento effettivo e sostenibile.

4. Domande di controllo e domande maieutiche

Un problema connesso all'utilizzo della domanda nella relazione d'aiuto riguarda la qualità stessa delle domande. Non tutte le domande sono congruenti con questo modello. La distinzione fondamentale è tra *domande di controllo* e *domande maieutiche*. Le domande di controllo sono generalmente illegittime, tendono cioè a essere fittizie: ci si rivolge all'interlocutore nella logica di ottenere conferme di qualcosa che già ci si aspetta. In questi casi la tendenziosità e il giudizio sono impliciti, contenuti dentro la domanda stessa. Le domande di controllo nascono nella cultura



Centro
Psicopedagogico
per la Pace
e la gestione
dei conflitti



Centro Psicopedagogico per la pace e la gestione dei conflitti

Via Campagna 83 29121 Piacenza

Tel. e fax 0523.498.594 info@cphp.it www.cphp.it

scolastica tradizionale, dove la domanda ha un ruolo sostanzialmente di verifica dei contenuti e quindi l'attitudine è quella di chiedere qualcosa che si sa già, producendo così un habitus mentale che ci accompagna per tutta la vita e che preclude la possibilità di utilizzare domande prima di tutto aperte, ma poi anche maieutiche, cioè generative di sviluppi significativi, in grado di ristrutturare situazioni difficili.

Le domande maieutiche si definiscono tali proprio perché hanno questa capacità. Si distinguono in tre tipologie: la domanda maieutica di ascolto, la domanda maieutica di ristrutturazione, la domanda maieutica di sostenibilità operativa.

La *domanda maieutica di ascolto* è quella più semplice in assoluto. Agisce nella logica informativa, ossia per conoscere, per sapere, per capire. Una classica domanda di questo tipo è il chiedere un esempio concreto. Spesso le persone parlano della loro situazione senza però riuscire a entrare nel merito. È come se loro stesse, specialmente chi ha un conflitto, mantenessero la descrizione della situazione in termini generalistici e aleatori quasi per difendersi dalla situazione stessa. Allora la semplice richiesta di portare un esempio concreto, di specificare a quale episodio si fa riferimento, proprio nella logica dell'ignoranza, del non conoscere, dell'aver davvero bisogno di un esempio, è un modo per entrare più nel vivo del racconto e mettere in atto un ascolto che non sia semplicemente passivo ma che sia in grado di sintonizzarsi profondamente con l'altro. In altre parole, se il counselor non è in grado di capire quello che la persona gli sta portando perché il racconto è troppo confuso, le domande maieutiche aiutano a fare chiarezza definendo la situazione, individuando uno spazio-tempo e i protagonisti, ma specialmente mettendo in chiaro con esempi concreti qual è il problema.

La seconda tipologia di *domande*, quelle di *ristrutturazione*, sono le maieutiche per antonomasia. Facciamo un esempio. Di fronte a una persona lamentosa e che presenta una situazione particolarmente complessa, pervasa da un senso di frustrazione e di impotenza, la domanda di ristrutturazione maieutica classica è quella sul precedente positivo: sul ritrovare nella storia conflittuale che la persona sta raccontando, quei momenti, quelle situazioni in cui ce l'ha fatta, in cui è riuscita a trovare una modalità più efficace, più adatta di intervento. Quindi sulla base di



centro
Psicopedagogico
per la Pace
e la gestione
dei conflitti



Centro Psicopedagogico per la pace e la gestione dei conflitti

Via Campagna 83 29121 Piacenza

Tel. e fax 0523.498.594 info@cPPP.it www.cPPP.it

questo precedente positivo, si comincia a guardare il problema da un altro punto di vista. In effetti la generatività della domanda maieutica è sostanzialmente quella di attivare uno sguardo diverso, uno sguardo alternativo rispetto a quello rigido, del copione anche infantile, che si ha nella situazione conflittuale. Sguardi diversi sul conflitto rappresentano la modalità più significativa per poter trovare degli spiragli e quindi offrire alla persona che ha un conflitto uno spazio di rivisitazione che renda possibile un'operatività sostenibile.

Entra così in gioco l'ultima tipologia di *domande*, quelle di *sostenibilità operativa*. Il criterio della sostenibilità è importantissimo perché non si possono proporre decisioni che esulino dalla capacità interna della persona. Al tempo stesso però, se il processo di aiuto è andato nella giusta direzione, è fondamentale arrivare a delineare una possibilità operativa, un compito. La tipica domanda è quella sullo scenario immaginato: "Ti sembra possibile che tu... ti sentiresti di... questa idea ti pare sostenibile? Hai la possibilità di fare così? Senti che questo cambiamento ti permette di essere più a tuo agio?". Allora le domande sugli scenari possibili aiutano la persona a capire se un certo esito rispetto a un conflitto è sostenibile o meno.

La forza delle domande maieutiche di cui il CPP ha individuato un lungo elenco con una catalogazione frutto di anni di esperienza, è qualcosa che appare difficile da cogliere. Ma questi anni di lavoro sui conflitti e di esperienza nella Maieutica hanno dimostrato che fare domande crea effettivamente una novità sostanziale: apre la mente alla comprensione del proprio problema e stimola a individuare le risorse interne per affrontarlo efficacemente.

L'ultima caratteristica di questo Counseling è quella dell'individuazione di un **compito**. Una volta elaborato uno scenario, il counselor propone un compito. In genere avviene abbastanza spontaneamente. Se la fase dell'ascolto e la fase della ristrutturazione critica e creativa sono andate bene, l'ultima fase viene da sé, proseguimento naturale di un processo che ha portato il soggetto a vedere il conflitto da un altro punto di vista.

Il compito è uno strumento che offre la possibilità di fare delle verifiche, si contrappone alla prescrizione in quanto è centrato su ciò che la persona stessa avverte di saper fare: non mira a obiettivi ideali o generali, ma a ottenere un progresso concreto e specifico alla situazione. Il



C e n t r o
P sicopedagogico
per la **P** ace
e la gestione
dei conflitti



Centro Psicopedagogico per la pace e la gestione dei conflitti

Via Campagna 83 29121 Piacenza

Tel. e fax 0523.498.594 info@cPPP.it www.cPPP.it

compito deve essere realizzabile e sostenibile anche per aumentare l'autostima, stimola a proseguire il percorso iniziato con il counselor e ad apprendere sempre meglio a gestire i conflitti da sé.

Il successo dell'intervento del counselor è dato da un cambiamento nella percezione della persona in colloquio ossia quando questa è in grado di vedere meglio il proprio ruolo nella situazione e assume una posizione più attiva nei confronti del problema iniziale. Il successo quindi non sta nel trovare la soluzione del problema, ma nel raggiungere la comprensione del problema.

Il ruolo del Counseling Maieutico nella gestione dei conflitti e nella gestione delle problematiche in ambito familiare è molto importante perché anche se si comprende che il conflitto con il coniuge, con i figli, o comunque in ambito educativo, può trasformarsi in risorsa, evitarlo resta più facile: permette di sfuggire a tutte le paure che il conflitto attiva. Negli adulti poi l'ansia di fronte ai nuovi apprendimenti è forte, e rende quindi necessario un processo di accompagnamento verso l'acquisizione di nuove competenze. Questo è uno dei fattori che rendono più difficile il compito del counselor maieutico: da un lato l'adulto è consapevole del significato di "imparare" e "apprendere"; dall'altro i suoi automatismi lo bloccano e, a causa della loro natura in gran parte inconscia, spesso non sono riconosciuti, generando ulteriori resistenze nei confronti del cambiamento. La consapevolezza di "apprendere" non coincide con l'apprendere fattuale, e la tendenza a mantenersi all'interno degli stessi copioni prevedibili è difficile da invertire. Impostare un Counseling Maieutico significa allora mettere in atto un processo che parte dall'accoglienza e dall'ascolto dell'altro per attuare una "resistenza" attiva che, servendosi delle domande, aiuta le persone a spostarsi su territori inesplorati, a vincere le dinamiche consolidate, a sciogliere le difese alla scoperta di nuovi punti di osservazione e di nuove risorse da mettere in gioco.