

Il counseling filosofico, una relazione d'aiuto

Maria Teresa Busca
13 Aprile 2010

maria teresa busca aprile 2010

Francesco Tabusso L'albero della vita



maria teresa busca aprile 2010

La relazione d'aiuto

- è una relazione in cui uno dei due protagonisti ha lo scopo di promuovere nell'altro la crescita, lo sviluppo, la maturità e il raggiungimento di un modo di agire più adeguato e integrato.

maria teresa busca aprile 2010

Il counseling

- Nasce in America alla fine degli anni 40
- Per aiutare i reduci di guerra
- Per proporre una nuova visione dell'uomo
- Qualità delle relazioni, libertà di scelta, progettualità
- Negli 60 il concetto di prevenzione assume un ruolo centrale
- Negli anni 70 il *counseling* si interessa dei problemi dei giovani

maria teresa busca aprile 2010

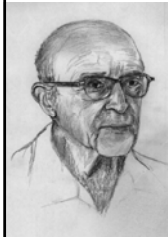
Etimologia

- **Consulo-ere** = consolare, venire in aiuto
- **Consulto-are** = richiedere il parere di un saggio
- Una relazione d'aiuto fornita da una persona saggia

maria teresa busca aprile 2010

Carl Rogers

counseling



Con questo termine mi riferisco a una relazione in cui almeno uno dei protagonisti ha lo scopo di promuovere nell'altro la crescita, lo sviluppo, la maturità e il raggiungimento di un modo di agire più adeguato e integrato.

maria teresa busca aprile 2010

Rollo May

l'arte del counseling



“Fare *counseling* e dare consigli sono due funzioni nettamente distinte. Il consiglio è un rapporto a senso unico. Il vero *counseling* opera invece in una sfera più profonda, e le sue conclusioni sono sempre il risultato del lavoro congiunto di due personalità che lavorano allo stesso livello.”

maria teresa busca aprile 2010

1989

L'OMS definisce il Counseling come:

- “un processo focalizzato e limitato nel tempo che, attraverso il dialogo e l'interazione, aiuta le persone a risolvere e gestire problemi e a prendere decisioni; coinvolge un **cliente** e un **counselor**: **il primo** è un soggetto che sente il bisogno di essere aiutato, **il secondo** è una persona esperta, imparziale, non legata al cliente, addestrata all'ascolto, al supporto e alla guida”.

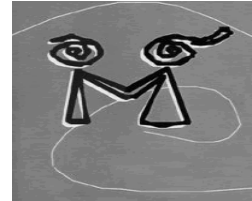
maria teresa busca aprile 2010

Compiti del counselor

- Il *counselor*, attraverso l'uso consapevole delle proprie abilità e strategie comunicative e relazionali, consente alla persona di chiarire il vero significato della sua richiesta e la portata del suo problema e lavora al fine di realizzare le condizioni più opportune per consentirle di attuare le scelte e i cambiamenti necessari per far fronte alla situazione.
- (*British Association for Counseling*)

maria teresa busca aprile 2010

Counseling: comunicazione ed empatia



maria teresa busca aprile 2010

Comunicazione e counseling

- La comunicazione nel *counseling* ha come principale oggetto la persona assistita e i problemi che sta sperimentando nella sua vita. Questi problemi, insieme alle ansie e alle paure che li accompagnano possono rendere difficile al consultante la comunicazione unicamente per mezzo di parole.

maria teresa busca aprile 2010

Comunicazione



maria teresa busca aprile 2010

Definizione

- Comunicare, dal latino *communis*
- che appartiene a tutti, significa propriamente condividere,
- mettere qualcosa in comune con gli altri.
- L'atto della comunicazione ha infatti lo scopo di trasmettere a qualcuno informazioni e messaggi.

maria teresa busca aprile 2010

La comunicazione

- Il modello più semplice:
Emittente → messaggio → Ricevente
- Il modello di Shannon e Weaver:
E → codice → Messaggio → decodifica → R
Rumore (ostacoli fisici e psicologici)

maria teresa busca aprile 2010

Modello complesso

Codifica Area del canale Decodifica
E messaggio R
 Codice

◁----- Feedback -----▷
codice codice
----- contesto della comunicazione -----

maria teresa busca aprile 2010

Scambio comunicativo

- Il ricevente non è mai soltanto passivo, continui *feedback*, soprattutto a livello non verbale influenzano l'emittente mentre il suo discorso si sviluppa. L'influenza è reciproca, uno parla, l'altro ascolta e l'ascoltatore influenza il parlante. Sono sempre due visioni del mondo che si incontrano.

maria teresa busca aprile 2010

Compiti del counselor nella comunicazione

- Il *counselor* deve porre attenzione non soltanto a che cosa viene detto, ma anche a quanto non viene detto, al tono e all'intensità della voce, al ritmo del discorso, alle pause, ai silenzi. Le emozioni e i sentimenti delle persone si riflettono nella comunicazione non verbale ed è proprio in questo campo che il *counselor* deve affinare l'arte di osservare.

maria teresa busca aprile 2010

Gli elementi di comunicazione non verbale da tenere particolarmente presenti in ambito di *counseling* sono:

- **aspetto esteriore:** conformazione fisica e abbigliamento
- **comportamento spaziale:** distanza interpersonale, orientazione, contatto corporeo, postura
- **comportamento cinetico:** movimenti di busto e gambe, gesti delle mani, movimenti del capo
- **volto:** sguardo e contatto visivo, espressioni del volto
- **segnali vocali:** verbali, non verbali, silenzio

maria teresa busca aprile 2010

Comunicano dunque le nostre parole,
i nostri gesti,
il nostro silenzio,
il nostro modo di disporci spazialmente nei confronti degli altri nonché il modo di vestirsi, atteggiarsi, apparire.

maria teresa busca aprile 2010

Il *counselor*, come dice Carl Rogers, unisce al saper fare il saper essere e aiuta il cliente a comprendere la sua situazione, a gestire il problema affinché possa prendere, da solo, le decisioni migliori assumendo la responsabilità che queste comportano.

- C. Rogers, *Psicoterapia di consultazione*, Astrolabio, Roma 1971.

maria teresa busca aprile 2010

“Fare *counseling* e dare consigli, scrive Rollo May, sono due funzioni nettamente distinte. Il consiglio [...] è un rapporto a senso unico. Il vero *counseling* opera invece in una sfera più profonda, e le sue conclusioni sono sempre il risultato del lavoro congiunto di due personalità che lavorano allo stesso livello.”

R. May, *L'arte del counseling*, Astrolabio, Roma 1991.

maria teresa busca aprile 2010

La comune ideologia del counseling o consulenza di processo prevede:

- rifiuto di ogni teoria a priori della personalità
- considerazione dell'individuo
- eliminazione dei vincoli al pieno sviluppo della persona
- intenzione autentica di comprendere l'altro
- fiducia nel dialogo
- favorire il cambiamento

maria teresa busca aprile 2010

La portata rivoluzionaria dell'impostazione di Rogers

- In questa nuova concezione antropologica è la voce dell'uomo soggettivo che parla, e forte e per se stesso. Sta scegliendo se stesso, sta cercando, in un mondo difficilissimo e spesso tragico, di diventare se stesso, non una marionetta, non uno schiavo non una macchina, ma il proprio sé, unico, individuale.

maria teresa busca aprile 2010

Empatia: capacità di un individuo di comprendere in modo immediato i pensieri e gli stati d'animo di un'altra persona



maria teresa busca aprile 2010

Empatia e counseling

- L'empatia è la focalizzazione sul mondo interiore dell'interlocutore, è la capacità di intuire che cosa si agiti in lui, come si senta in una situazione e cosa realmente provi al di là di quello che esprime verbalmente.

maria teresa busca aprile 2010

- Secondo Rogers è molto importante creare un clima, un'atmosfera empatica che faciliti la relazione. Scrive infatti a questo proposito: "le condizioni che creano questa atmosfera non sono la cultura, la preparazione intellettuale, l'orientamento ideologico o le tecniche. Sono sentimenti e atteggiamenti che devono essere vissuti dal *counselor* e percepiti dal cliente".

maria teresa busca aprile 2010

- Rollo May afferma che l'empatia è la "chiave del *counseling* e il requisito essenziale ai fini dell'efficacia del suo intervento".
- È in questa situazione, che si può parlare di comprensione empatica, che si scopre il mondo dell'altro, con la sua storia, le sue esperienze, le sue reazioni emotive.

maria teresa busca aprile 2010



maria teresa busca aprile 2010

Capacità empatica

- L'empatia è la capacità di leggere fra le righe, di captare le spie emozionali, di cogliere anche i segnali non verbali indicatori di uno stato d'animo e di intuire quale valore rivesta un evento per l'interlocutore, senza lasciarsi guidare dai propri schemi di attribuzione di significato.

maria teresa busca aprile 2010

Comunicazione empatica

- In una comunicazione empatica l'interlocutore si astiene dall'analizzare e dal fornire direttive e rinuncia a giudicare positivi o negativi i comportamenti dell'altro: in una comunicazione empatica l'uno crea in sé il vuoto, per ascoltare l'altro incondizionatamente e senza gabbie.

maria teresa busca aprile 2010

Edith Stein



L'empatia è **“l'essenza dell'atto che sta alla base di tutte le forme attraverso le quali ci accostiamo a un altro.”**

maria teresa busca aprile 2010

Laura Boella



praticare l'empatia per “sottrarre alla casualità e all'occasionalità dell'accadere i molteplici modi con cui generalmente viviamo le relazioni intersoggettive con gli altri.”

maria teresa busca aprile 2010

Carl Rogers

- L'empatia consiste nel rendersi conto del mondo dell'altro **come se** fosse il nostro.
- **Immedesimarsi, non identificarsi**

maria teresa busca aprile 2010

“L'empatia si realizza nella coscienza profonda della separazione, della contingenza, della differenza, della individualità di due esseri che comunicano. Essa è al tempo stesso percezione dell'altro e percezione di me stesso che non sono quell'altro e non lo sarò mai”

Carl Rogers, *La terapia centrata sul cliente*, Marinelli, Firenze 1970.

maria teresa busca aprile 2010

La riformulazione

- **Riformulazione – parafrasi**, utile per focalizzarsi su qualche aspetto
- **Riformulazione – riassunto**, per evidenziare il contenuto essenziale della comunicazione
- **Riformulazione – chiarificazione**, è l'obiettivo più difficile ed efficace perché mette in luce il senso complessivo di quanto espresso dal cliente

maria teresa busca aprile 2010

Le domande

- **Domande chiuse**, per informazioni precise
- **Domande aperte**, permettono di ampliare la gamma delle possibili risposte, stimolano l'esposizione e dimostrano il reale interesse del *counselor* verso le opinioni del consultante
- **Domande perché**, sono domande da evitare
- **Domande emotive**, mirano all'esposizione e all'esplicitazione dei sentimenti, stimolano la riflessione e il pensiero critico

maria teresa busca aprile 2010

Le domande

- **Domande allusive**, inducono una determinata risposta e le informazioni che si raccolgono non sono molto attendibili
- **Domande multiple**, sono formulate in modo da contenere al loro interno sottodomande che possono procurare l'effetto interrogatorio
- **Domande retoriche**, in realtà non richiedono risposta e devono essere evitate perché tendono a esprimere le opinioni personali del *counselor*

maria teresa busca aprile 2010

Le risposte

- **Risposta di valutazione** o di giudizio, il cliente può reagire con inibizione
- **Risposta interpretativa**, contiene il rischio della proiezione del punto di vista del *counselor* e può provocare irritazione
- **Risposta investigativa**, porta a porre altre domande e a dirigere il discorso su aspetti importanti per il *counselor* che in questo caso assomiglia di più a un investigatore

maria teresa busca aprile 2010

Le risposte

- **Risposta di sostegno**, cerca di sdrammatizzare, è un atteggiamento paternalistico lontano dal ruolo del *counselor*. Può creare dipendenza o rifiuto della pietà manifestata
- **Risposta risolutiva**, è da evitare, il consultante deve arrivare alla risoluzione dei suoi problemi in modo responsabile. Il rischio consiste nel dare la sensazione di voler chiudere il rapporto con una soluzione preconfezionata

maria teresa busca aprile 2010

Obiettivi del counseling

- Fornire consapevolezza delle modalità di vita e di relazione
- Sviluppare le competenze comportamentali
- Sviluppare l'autocontrollo
- Generare autostima
- Gestire l'emotività
- Gestire lo stress
- Gestire i conflitti
- Rasserenare

maria teresa busca aprile 2010

Grazie e arrivederci al 13 aprile!



maria teresa busca aprile 2010

Il counseling filosofico, una relazione d'aiuto

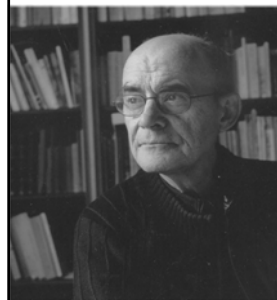
Maria Teresa Busca
13 Aprile 2010

maria teresa busca aprile 2010



maria teresa busca aprile 2010

Jean Luc Nancy



Così lo straniero molteplice che fa intrusione nella mia vita (la mia fragile vita che talvolta scivola nel malessere al limite di un abbandono soltanto stupito) non è altro che la morte, o piuttosto la vita/la morte: una sospensione del *continuum* dell'essere, una scansione con cui 'io' non ha/non ho gran che da fare.

maria teresa busca aprile 2010

Marcel Proust



Il malato fa conoscenza con l'Estraneo che sente andare e venire nel suo cervello. Non lo conosce di vista, si capisce; ma dai rumori che regolarmente gli sente fare deduce le sue abitudini. Che sia un malfattore? Un mattino non lo sente più. Se n'è andato. Ah, se fosse per sempre! La sera è già di ritorno. Quali saranno i suoi disegni? Il medico curante, inquisito in proposito, risponde, come un'amante adorata, con giuramenti che un giorno vengono creduti, il giorno dopo messi in dubbio.

maria teresa busca aprile 2010

Counseling filosofico



maria teresa busca aprile 2010

Filosofia

- **Teoretica:** studio accademico di concetti e metodi.
- **Pratica:** analisi di problematiche esistenziali per rendere migliore la vita. Apertura di nuovi orizzonti.

maria teresa busca aprile 2010

Metodo e Metodologia nel counseling filosofico

- Metodo filosofico che fonda la pratica professionale.
- Metodologia operativa del consulente

maria teresa busca aprile 2010

Metodo filosofico

- Procedimento di indagine ordinato, ripetibile e autocorreggibile, che garantisce il conseguimento di risultati validi.
- Questa definizione di metodo deve essere integrata con alcune nozioni che derivano dalla storia del pensiero filosofico, nell'apporto di un contenuto che di volta in volta sarà tratto da una tradizione filosofica specifica o dal pensiero di un filosofo.

maria teresa busca aprile 2010

Metodi filosofici



maria teresa busca aprile 2010

Innamoramento & filosofia



maria teresa busca aprile 2010

Aristotele e Platone



Essenzialismo
realismo metafisico

maria teresa busca aprile 2010

L'innamorato

- Cerca il nucleo sostanziale
- È da questa essenza che può comprendere l'innamoramento

maria teresa busca aprile 2010

Immanuel Kant



Pensiero trascendentale

maria teresa busca aprile 2010

L'innamorato

- Vuole evidenziare le condizioni di possibilità, ovvero come guardare all'innamoramento per poterlo capire e si domanda:
- Che cosa mi ha portato a innamorarmi di questo oggetto?

maria teresa busca aprile 2010

Georg Wilhelm Hegel



Dialettica

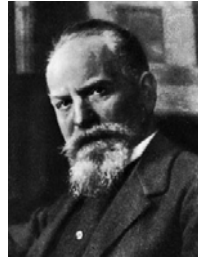
maria teresa busca aprile 2010

L'innamoramento

- È un processo che inizia quando il soggetto nota nell'oggetto delle caratteristiche rilevanti
- Poi il soggetto proietta sull'oggetto un mondo di aspettative
- L'oggetto può rivelarsi debole sotto questo peso

maria teresa busca aprile 2010

Edmund Husserl



Fenomenologia

maria teresa busca aprile 2010

L'innamorato

- Deve descrivere l'oggetto dell'innamoramento nella maniera più fedele all'esperienza
- Questa limitazione lo mette in grado di capire l'innamoramento

maria teresa busca aprile 2010

Ludwig Wittgenstein



Metodo analitico

maria teresa busca aprile 2010

L'innamorato

- Deve approcciare l'oggetto dell'innamoramento attraverso l'analisi del linguaggio
- Per sapere che cosa significa il suo innamoramento bisogna osservare con quali parole lo esprime

maria teresa busca aprile 2010

Martin Heidegger



Ermeneutica

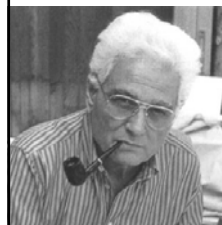
maria teresa busca aprile 2010

L'innamorato

- Deve raccontare la storia che sta vivendo
- Potrà osservare che cosa lo appassiona e capirne il senso

maria teresa busca aprile 2010

Jacques Derrida



Decostruzione

maria teresa busca aprile 2010

L'innamorato

- Deve chiedersi che cosa l'innamoramento ha prodotto in lui
- Da questo ne capirà l'importanza

maria teresa busca aprile 2010

Metodologie operative



maria teresa busca aprile 2010

Tre momenti importanti in comune

- Libera espressione del problema da parte del consultante
- Analisi del materiale raccolto
- Nuova e soddisfacente visione delle problematiche

maria teresa busca aprile 2010

Gerd B. Achenbach



- Il non metodo
- Il dialogo libero

maria teresa busca aprile 2010

Marc Sautet



Il café
philosophique

maria teresa busca aprile 2010

Lou Marinoff



il metodo **PEACE**:

Problema
Emozioni
Analisi
Contemplazione
Equilibrio

maria teresa busca aprile 2010

Shlomit C. Schuster



- la descrizione filosofica della vita
- la psicoanalisi filosofica
- l'indagine dell'io attraverso la filosofia.

maria teresa busca aprile 2010

Pierre Grimes



- L'insegnamento ricevuto nel passato dalla famiglia ostacola il completo sviluppo
- La maieutica per liberare l'uomo dalle false credenze su se stesso.

maria teresa busca aprile 2010

Tim LeBon



- La comprensione dei fatti
- Valutare ciò che è veramente importante
- Elaborare in maniera creativa
- Valutare le opzioni
- Impostare l'opzione migliore

maria teresa busca aprile 2010

Peter B. Raabe



- L'importanza delle considerazioni morali
- Discussione libera
- Risoluzione dei problemi immediati
- Analisi dell'esistenza che trascende i problemi immediati
- Visione complessiva.

maria teresa busca aprile 2010

Rapporto consulente consultante

- il consulente esercita le proprie abilità e fornisce la sua conoscenza dietro compenso
- scambio fecondo di informazioni, opinioni e punti di vista
- analisi ricca, approfondita e chiarificatrice delle problematiche sollevate
- il consulente può aiutare il consultante a mettere in discussione le sue singole opinioni rimanendo all'interno del sistema di credenze del consultante stesso oppure criticarne l'intero paradigma

maria teresa busca aprile 2010

- Il consulente non deve assistere il consultante nel perseguire degli scopi che potrebbero provocare un danno a se stesso o a terzi
- non si può trattare di un rapporto di amicizia in quanto il consulente deve essere in grado di mantenere una certa obiettività e un distacco imparziale

maria teresa busca aprile 2010

- il ruolo della consulenza filosofica non è curare le persone
- ma offrire loro degli strumenti per affrontare i propri problemi
- il massimo che un consulente filosofico può fare è aiutare a chiarire il problema e aprire nuove vie per confrontarsi

maria teresa busca aprile 2010

La formazione professionale

- È da notare l'importanza della formazione professionale del consulente filosofico: egli deve essere in grado di riconoscere eventuali patologie psichiche del consultante che esulano, in quanto tali, dal suo dominio di competenza. È importante che un consulente filosofico sia in grado di riconoscere i limiti della propria disciplina.

maria teresa busca aprile 2010



maria teresa busca aprile 2010

Paolo Cattorini



L'importanza del rapporto tra la bioetica clinica, che è quel settore della bioetica che si occupa dei problemi che sorgono al letto (*klinos*) del malato, e la consulenza filosofica.

maria teresa busca aprile 2010

Consulenza filosofica e bioetica

- Il bioeticista clinico è un consulente filosofico, secondo Paolo Cattorini, perché aiuta operatori sanitari e istituzioni sanitarie ad approfondire i dilemmi morali che incontrano e a elaborarne, quando possibile, una soluzione convincente.

maria teresa busca aprile 2010

Consulenza filosofica e bioetica

- Si può pensare che la bioetica sia un'impresa interdisciplinare e la consulenza sia filosofia allo stato puro. Ma il bioeticista non si limita ad accostare saperi differenti, deve farli interagire.
- Lo sforzo consiste nel leggere i dati da ottiche differenti e nell'interpretare, a partire dalla propria i dati di altri domini teorici o pratici.
- Questa interazione può avvenire a opera di un comitato o di un singolo, come il bioeticista clinico che è dotato di entrambe le competenze.

maria teresa busca aprile 2010

Compito della filosofia

- Il compito della filosofia è di garantire il comune livello di comprensione alle varie discipline, di modo che queste possano dialogare fra di loro. Nel corso del lavoro interdisciplinare ciascuna disciplina è tenuta a fare un passo indietro per riflettere sui postulati teorici e operativi che essa impiega.
- Questo passo indietro è un movimento di ordine filosofico che si può realizzare perché la volontà scientifica di sapere custodisce una valenza filosofica, è un ramo della volontà filosofica di sapere.

maria teresa busca aprile 2010

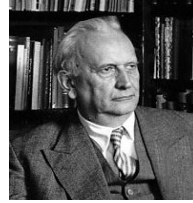
In ogni scienza che sia metodologicamente consapevole, l'idea di un incondizionato che fa da orizzonte è presente, ed è quella che dà coscienza dei limiti e delle parzialità. La coscienza metodologica è dunque quel tanto di filosofia che ogni scienziato deve possedere.

maria teresa busca aprile 2010

Autorevoli pensatori hanno individuato nell'etica la filosofia prima e si può distinguere come faceva Pierre Hadot l'etica applicata e l'arte di applicare l'etica, di valutare e proporre azioni buone dall'etica teorica, ovvero la riflessione intellettuale che sistematizza i principi del giudizio morale all'interno di teorie il più possibile universali.
Si può concludere dicendo che il bioeticista clinico è un consulente filosofico e che questo è un professionista dell'etica applicata.

maria teresa busca aprile 2010

Karl Jasper



Ogni soggetto morale mentre agisce esprime la propria visione del mondo e nel contempo la verifica e la corregge.

maria teresa busca aprile 2010

La visione del mondo si articola in due componenti

- **L'immagine** rappresenta il versante oggettivo della visione e contiene una filosofia, una teoria dell'essere, del bene.
- **L'atteggiamento** è invece il versante soggettivo, è il modo che il singolo individuo assume nei confronti della vita e delle sue situazioni. È come uno stile generale.

maria teresa busca aprile 2010

Visione del mondo

- L'immagine e l'atteggiamento, a loro volta, **si influenzano l'un l'altro e la persona è da considerarsi sempre in cerca dell'interezza delle sue espressioni.** Un atteggiamento può intaccare l'immagine teorica o viceversa, e **ogni esperienza che trasforma, compresa la consulenza filosofica, porta a una situazione di squilibrio che necessita di una forma di ristrutturazione.** In fondo **si tratta sempre di una ricerca etica,** non di un conflitto tra istanze psichiche.

maria teresa busca aprile 2010

Il momento riflessivo

- È il momento in cui valori e teorie vengono pensati, rivissuti, riesaminati. A questo momento che porta alla domanda di senso Jasper dava il nome di struttura antinomica dell'esistenza, ovvero:
- l'aspetto oggettivo della contraddizione, le antinomie reali che si incontrano volendo pensare e valutare;
- mentre, sul piano soggettivo corrisponde l'esperienza del soffrire che accompagna l'esistenza umana.

maria teresa busca aprile 2010

Un'esplorazione in quattro direzioni

- l'identità (che cosa ho percepito di me?)
- la passione per la vita buona (che cosa voglio? A quali desideri ho detto sì?)
- l'immagine del mondo (che cosa so e che cosa ho percepito del mondo?)
- la speranza radicale (che cosa spero dalla vita?)

maria teresa busca aprile 2010

- Questa esplorazione è **praticamente interminabile** perché ogni volta che si progredisce su un asse ne viene **una nuova luce sugli altri percorsi**, con ricadute e conseguenze sovente impreviste.
- L'impegno è quello di portare alla luce in piena consapevolezza le antinomie, così da impegnarsi nella ricerca di **nuove integrazioni tra esperienze e ideali di vita buona.**

maria teresa busca aprile 2010

Consulenza filosofica e bioetica clinica come impresa morale

- **Scambio di fiducia e promesse**
- **Esercizio pratico che diventa luogo di decisioni**
- **Saper fare e saper essere**

maria teresa busca aprile 2010

La bioetica narrativa



maria teresa busca aprile 2010

Il racconto

- Secondo Paolo Cattorini è sempre indispensabile situare il problema in una narrazione.
- Senza il racconto del dilemma morale, senza il contesto, non si potrà mai esprimere un parere.

maria teresa busca aprile 2010

E. Mounier, *Il Personalismo* 1949

«Se si vuole spiegare l'umanità,
bisogna coglierla nel suo vivente
operare
e nella sua attività globale.»

maria teresa busca aprile 2010

Grazie per l'attenzione!



maria teresa busca aprile 2010