

Interview/Interviste

a cura di Annamaria Di Fabio*

Edoardo Giusti - Presidente onorario dell'ASPIC ARSA «Associazione Ricerca Scientifica Applicata» e Direttore della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Pluralistica Integrata. Autore di oltre 100 volumi.

A – Da profondo conoscitore della tematica del Counseling, che ha promosso personalmente consentendone l'introduzione e la diffusione anche in Italia, cosa pensa del Counseling come strumento nei diversi contesti per rilanciare politiche di prevenzione?

Grazie per avermi interpellato. Mi sono effettivamente occupato di *Counseling* sin dagli anni settanta. Nel 1984 ho promosso ed effettuato in Italia il primo corso di *Counseling* strutturato e inclusivo sia del paradigma d'intervento non direttivo sia di quello semi-direttivo.

Il *Counseling* fa il suo esordio nel 1898 nel mondo anglosassone. Trae le sue origini nell'ambito dei contesti educativi e dell'orientamento d'intervento relazionale delle molteplici forme interattive. Tra queste, l'automotivazione intrinseca e la facilitazione estrinseca, sono finalizzate alla scelta degli studi e del lavoro e sono basate sulla scoperta del proprio talento e della specifica intelligenza (culturale, emotiva e sociale). È anche uno strumento di supporto nei contesti della salute, di promozione di stili di vita, di abitudini connesse al benessere e di prevenzione dei comportamenti patologici (*stress* eccessivo, sregolatezze alimentari, uso di sostanze: fumo, alcool, ecc...).

Agevolando, inoltre, l'assimilazione degli apprendimenti e svolge una potente azione di riduzione della dispersione scolastica. In più, le conoscenze procedurali consentono di sviluppare una tempra e un'abilità di «coping» per gestire gli eventi negativi come sfida con cui cimentarsi ricercando soluzioni migliori e alternative. Le prove di verifica delle capacità acquisite procurano negli studenti un senso di autoefficacia e flessibilità per l'apertura a nuovi apprendimenti.

Il *Counseling* di sostegno alla «genitorialità consapevole» consente di contrastare le problematiche derivanti da conflitti in ambito familiare. Gli sportelli di ascolto e di *Counseling* scolastico sono stati, infatti, di grande utilità come servizi complementari di meditazione per i disagi espressi da studenti, genitori e insegnanti.

In questo senso il *Counseling* rientra nelle politiche sociali di salutogenesi e nella prevenzione di manifestazioni patologiche. Coerentemente con le sue origini, l'ambito in cui oggi il *Counseling* ritrova il proprio significato più saliente è, comunque, quello dell'orientamento personale e professionale.

Il *Counseling* può aiutare a formare studenti in grado di decidere e di orientarsi con ottimismo nel mondo degli studi e del lavoro, attraverso processi di scelta basati sulla compatibilità tra risorse personali e risorse ambientali e sull'efficacia dei risultati. I cambiamenti del mercato occupazionale richiedono notevoli capacità di adattamento attivo e versatile per affrontare la forte mobilità, l'instabilità e la variabilità delle nuove situazioni lavorative.

Inoltre il *counseling* potrebbe essere una formazione andragogica, propedeutica alla gestione di tematiche correnti complesse per gli adulti.

* Responsabile del Laboratorio di ricerca e intervento in Psicologia per l'orientamento professionale il *career counseling*, Dipartimento di Psicologia, Università degli Studi di Firenze.

B – Dalla sua prospettiva di testimone privilegiato, a che punto siamo nella storia della diffusione del Counseling?

Il *Counseling* si è diffuso in tutta Italia attraverso percorsi di formazione triennale di operatori provenienti da diverse professionalità e da personale *Front-line* di varie aree lavorative.

Il *Counseling* viene spesso accomunato alla «relazione d'aiuto». L'attività del *Counseling* si riferisce ad una particolare consulenza facilitata di accompagnamento personalizzato che utilizza vari strumenti di sostegno finalizzati alla promozione della salute, al miglioramento, all'*empowerment* e al potenziamento della resilienza.

Per rispondere a specifiche domande, bisogni, esigenze e necessità dell'utente richiedente un percorso di *Counseling*, possono essere utilizzate varie tecniche di guida collaborativa e supportiva attraverso l'orientamento, il consiglio, l'assistenza, le spiegazioni, i suggerimenti, le indicazioni e le prescrizioni progressive. Inoltre il *Counseling* può essere associato, a seconda della preparazione del professionista, a un insegnamento specifico, al *Mentoring* e/o al *Coaching*.

Il *Counseling psicologico*, che utilizza un approccio psicosociale unito a metodiche diagnostiche per l'abilitazione e la riabilitazione e, il *Counseling medico* che si svolge invece nel settore sanitario per facilitare le situazioni di cura e l'aderenza alle prescrizioni di farmaci e di esami specialistici afferiscono nei rispettivi Ordini professionali.

Le «basic skill» del *Counseling* pluralistico, sono invece polivalenti e praticate in diverse organizzazioni pubbliche e private (scuole – aziende – comunità: C.T.R. e U.D.C. – ospedali – ASL e nei centri di servizi socio-assistenziali e giuridici dei Comuni e delle Regioni).

Gli ambiti applicativi sono trasversali e, riguardando l'intero ciclo di vita (dai bambini agli anziani, dalla coppia alla famiglia) includono anche le fasce di popolazione che necessitano di mediazione interculturale. Inoltre il *counseling* a mediazione artistica, il *counseling* spirituale e pastorale, il *counseling* nelle carceri e il *counseling* a mediazione animale completano le varie aree d'intervento.

I *Counselor*, dopo una formazione triennale (teorica – metodologica – tecnica – attitudinale e di tirocinio), possono anche frequentare un ulteriore anno di perfezionamento specifico. L'iscrizione e l'accettazione del codice etico e deontologico di associazioni professionali di categorie riconosciute e disciplinate, legittima il *Counselor* nella sua operatività professionale e offre una maggiore garanzia di tutela ai fruitori. L'iscrizione potrà anche coprire l'assicurazione di responsabilità civile, terzi e professionale. La nuova posizione fiscale IVA per i *Counselor* ha il codice 88.99.00 con la specifica «prestazioni di *Counseling*». Sulla base della Legge 4/2013 e della regolamentazione delle associazioni professionali, verranno stabilite le prossime specifiche disposizioni applicative.

C – L'Italia ha mosso metaforicamente i primi passi nell'ambito del Counseling grazie a lei, cosa spera di veder realizzato nei prossimi anni in quest'area?

In questo nuovo mondo, dai tempi accelerati e in una società che vive sulla devastante emergenza lavorativa, dove lo Stato da solo non può fornire tutte le risposte in modo esaustivo, sarà necessario e impellente fornire sin dai primi livelli di educazione formativa scolastica un notevole sostegno innovativo per il triangolo:

	INSEGNANTE	
STUDENTE		GENITORE

La sensibilizzazione degli insegnanti e dei genitori dovrà tener conto anche dei cambiamenti trasformativi della neurogenesi durante la pubertà, periodo in cui emerge una forte ristrutturazione cerebrale con variazioni ormonali, e quando i circuiti neuronali dell'amigdala si predispongono all'interpretazione dei segnali sociali (a quell'età, il cervello si prepara ad affrontare le sfide relazionali adulte più complesse).

All'insegnamento nozionistico tradizionale dovrà essere affiancata, all'interno dei classici curricula, anche una formazione al pensiero logico, sequenziale, critico e costruttivo, in modo da pensare ed elaborare «qualitativamente» la propria mente, invece di appesantirla «quantitativamente» con dati memorizzati già delegati all'informazione.

Inoltre, a partire dalla giovane età, sarà necessario apprendere le tecniche di autocontenimento per imparare a lavorare con disciplina collaborativa in Team (*Social Cooperative Learning*).

Visto che il lavoro sarà la prossima principale emergenza, diventerà indispensabile concretizzare i risultati non sul fato o sulla fortuna ma sull'autoefficienza, per far accadere gli eventi in modo predittivo e saper produrre gli effetti desiderati con le proprie azioni. Influenzare il proprio destino, modellando il progetto di vita, deriverà dalla sequenza di azioni necessarie per produrre risultati auspicati.

L'attitudine artigianale di 'far bene il proprio lavoro in sé', con desiderio e passione, indipendentemente dal settore di appartenenza in cui si è inseriti, sarà il requisito fondamentale sia per le professioni intellettuali, nobili, creative o artistiche e sia per i mestieri da rivalorizzare e che saranno sempre più richiesti nel futuro.

L'insieme di queste acquisizioni motivazionali sono insegnate durante l'orientamento e sono basate sull'autodisciplina e sull'imparare a posticipare le gratificazioni immediate. Cimentarsi con entusiasmo nella competizione con abilità creative, immaginative e fantasiose, sarà importante per gestire nei gruppi il disaccordo con rispetto e responsabilità.

La gestione delle difficoltà e degli stati di *stress* favorirà negli studenti l'attenzione selettiva e la capacità di concentrazione maggiore verso compiti assegnati nell'immediato. In questo modo assimileranno una modalità operativa per la produzione creativa, di rendimenti anche complessi, utili per inventare la propria vita professionale nel futuro, che consentirà loro di amare qualsiasi lavoro disponibile che sceglieranno di intraprendere.

La riuscita nella vita è basata sul perseguire un obiettivo preciso con molta determinazione, alta concentrazione, fortissimo impegno, grande tenacia e perseveranza migliorativa.

D – Lei ha pubblicato recentemente «Psicoterapia e Counseling, comuni e differenze», come vede oggi una definizione in breve dei confini e delle specificità dei due interventi?

Effettivamente abbiamo organizzato un Congresso pochi mesi fa su questo tema, che ha evidenziato come *Psicoterapia e Counseling* sono entrambe forme di aiuto alla persona e condividono aree di comunanza legate alla centralità che la qualità della relazione professionale riveste, per l'efficacia dei risultati.

Le specificità si ritrovano nei tempi di formazione delle due professioni, nella durata dei percorsi formativi e trasformativi, nelle finalità e nella profondità dei cambiamenti verso cui dirigono gli interventi e applicano gli strumenti tecnici.

Karl Popper ci suggerisce che, «*Tutta la vita è un problem solving*» e proprio in questo ambito una grande parte delle persone sperimenta difficoltà quotidiane che spesso danno origine a rallentamenti e interruzioni dei processi evolutivi personali, relazionali, scolastici e professionali.

Il percorso di *Counseling* consente di padroneggiare gli strumenti-guida di autoconoscenza, autodeterminazione decisionale consapevole, per orientarsi nel proprio ambiente interno ed esterno superando le «normali» difficoltà esistenziali.

In questo senso il *Counseling* potrebbe essere una formazione esistenziale pratica, rivolta all'intero arco della vita, utilizzata come fattore di rinforzo delle risorse soggettive, di resilienza, interpersonali e delle comunità sociali, come competenze facilitanti le difficoltà quotidiane e come propedeutica alla gestione di tematiche correnti complesse.

Il *Counselor*, essendo un esperto di comunicazione, centra il suo intervento sulle risorse e sulle parti sane della persona, lavora per la promozione del benessere e per favorire stili di vita protettivi della salute.

L'intervento di *Counseling* ha una durata breve, e può essere rinnovabile, ed è rivolto a chi attraversa un momento critico di vita. La finalità dell'intervento è centrata sull'autoconsapevolezza, la riattivazione e il rafforzamento di processi decisionali adattivi, sul recupero di potenzialità di autodeterminazione, autorealizzazione e sul consolidamento di nuove opzioni creative e alternative di vita compatibili con il proprio contesto di appartenenza.

La *psicoterapia* moderna è un sistema di cura pianificato che utilizza mezzi psicologici nel trattamento di disturbi psichici. La finalità è di ottenere un cambiamento intenzionale e concordato per una

modificazione dell'esperienza soggettiva, degli stati mentali e neurofisiologici cerebrali. La durata è variabile: trattamenti a tempo limitato (centrati sulla crisi e/o sui sintomi psicopatologici), a medio termine (restaurativi); oppure a lungo termine (riparativi, ricostruttivi e finalizzati a una ristrutturazione globale e radicale della personalità). La Psicoterapia si rivolge principalmente a chi si trova a dover fronteggiare sintomatologie serie e/o disturbi comportamentali disadattivi che interferiscono pesantemente con la vita quotidiana personale, relazionale e lavorativa.

Un soggetto con un temperamento difficile che ha avuto molteplici esperienze conflittuali e critiche nella storia di vita (fattori predisponenti), quando inserito in un ambiente ostile e minaccioso (fattori scatenanti), può sviluppare un processo psicopatologico che richiederebbe un trattamento specifico di tipo psicoterapeutico.

La valutazione clinica del funzionamento globale del soggetto richiedente una psicoterapia consentirà di formulare un'ipotesi diagnostica preliminare e una prognosi per effettuare un piano di trattamento su misura da concordare con l'utente. Dopo aver esaminato la fattibilità della presa in carico e la strategia efficace dell'intervento tecnico-relazionale, sarà accompagnato dal monitoraggio psicodiagnostico periodico, che dovrebbe misurare in itinere sia i miglioramenti sintomatici progressivi e sia i cambiamenti strutturali avvenuti durante la cura.

La supervisione dei trattamenti psicoterapeutici effettuata dai professionisti, consente loro di valutare i risultati basati su prove di evidenza fondate sulla ricerca scientifica. Infine, la soddisfazione dei fruitori per gli esiti della psicoterapia e la percezione di aver conseguito gli obiettivi e gli scopi desiderati, caratterizzeranno l'efficienza e la qualità del trattamento ricevuto.

I risultati complessivi raggiunti dovranno essere accertati nella fase di *follow-up* per esaminare la persistenza degli effetti e la stabilità dei mutamenti generati nel percorso terapeutico per un'attenta prevenzione di eventuali ricadute.

Gli psicologi e i medici che hanno effettuato una formazione post-laurea specifica quadriennale in psicoterapia sono abilitati ad instaurare profonde relazioni trasformative di alto impatto emozionale. Essi svolgono un percorso terapeutico richiedente un'arte clinica scientifica che include metodologie tecniche per personalizzare interventi di bassa e di alta intensità relazionale, con tempi di svolgimento del percorso, che non appartengono al Counseling.