

PROFILO PROFESSIONALE DEL COUNSELOR

L'identità di una professione è sancita da un suo specifico "profilo" e da un suo "codice" di deontologia.

Il codice di comportamento di una determinata professione è parte essenziale per la definizione di una professione: disciplina cosa prevede la professione e le modalità di comportamento per esercitare in modo appropriato tale professione.

Inoltre per Aico il counseling è una professione che presenta già nel suo profilo elementi che si legano agli aspetti deontologici: se non è etico, non è counseling.

DEFINIZIONI

Il counseling consiste nell'utilizzo di una serie di conoscenze, abilità e atteggiamenti finalizzati all'aiutare il cliente ad aiutare sé stesso. Il counseling quale professione emergente in Italia è, dunque, un'attività orientata al benessere e allo sviluppo delle potenzialità della persona. Tale professione è abbastanza sovrapponibile al termine "consulenza di aiuto" o "consulenza alla persona".

Il counselor AICo è un professionista che, avendo completato uno specifico percorso di formazione di almeno 950 ore, in possesso dell'attestato abilitante e iscritto alla Associazione professionale AICo, è in grado di fornire consulenze di aiuto a clienti individuali, coppie, famiglie, gruppi e organizzazioni.

La consulenza del counselor è orientata ad aiutare il cliente ad aiutare sé stesso in merito a:

- Specifici problemi di ordine personale o professionale
- Difficoltà nel prendere decisioni
- Orientamento nelle scelte di vita
- Supporto nelle difficili fasi che si susseguono durante il ciclo di vita
- Gestione delle relazioni interpersonali
- Gestione della relazione con sé stessi
- Sviluppo delle risorse e potenzialità
- Promozione e sviluppo della consapevolezza personale
- Gestione di emozioni, pensieri, percezioni e conflitti interni e/o esterni.

A questo scopo il counselor mette in campo una prassi che, seppur fondata su attitudini implicite e connaturate nella natura umana, è frutto di una formazione articolata e specifica. Tale formazione trova il suo aspetto fondante nella cura della intenzionalità e progettualità dell'essere umano, dimensioni entro cui viene individuato l'ambito in cui la persona sperimenta ed esercita la sua libertà di scelta.

FUNZIONE E SENSO DELLA PROFESSIONE

Entro questo quadro, la professione di counselor si propone di partecipare alla promozione di una cultura che riconosce la persona come responsabile del proprio comportamento e, in tale responsabilità, riconosce la co-costruzione di sé e di sé nel mondo. La relazione tra sé e sé e tra sé e il mondo sono, dunque, talmente correlati che non esiste l'uno senza l'altro. Da questo si evince che il focus della pratica del counseling è il rapporto dell'individuo con il suo contesto di riferimento,

inteso come consapevolezza del fatto che ognuno partecipa alla costruzione del proprio contesto e della cui qualità è direttamente responsabile.

LE BASI DELLA PROFESSIONE

La pratica di counseling si poggia su un punto di vista filosofico fenomenologico, le cui fondamenta sono state poste, nel pensiero filosofico, da Franz Brentano. Ma la fenomenologia, oltre ad essere una corrente di pensiero, è un metodo della conoscenza, un modo di incontrare l'altro e quindi un modo di fondare il senso della relazione io-mondo. Guardare fenomeno-logicamente vuol dire fare luce sulla natura del mondo e delle cose a partire dall'esperienza vissuta, che viene così analizzata attraverso le sue strutture di senso.

In questa prospettiva, l'esperienza è l'accadere di una relazione, in cui il soggetto e l'oggetto si rivelano l'uno per l'altro, l'uno attraverso l'altro, L'altro è fonte di rivelazione per sé e viceversa, senza assolutizzare e passivizzarsi e fare dell'altro una proiezione di sé.

Questa "rivelazione" viene colta attraverso la risposta emotiva (Fenomeno secondario) ossia quella risposta che, in quanto proveniente dall'oggetto (Fenomeno primario), segnala che nell'oggetto c'è qualcosa che "dice di me" e a cui io appartengo e viceversa. Incontriamo sempre l'altro da noi e di noi e questo genera effetto, Si tratta, quindi, nel lavoro di aiuto, di riconnettere gli oggetti con gli effetti, l'attenzione all'oggetto e l'attenzione alla sensazione. Possiamo dire che così accade il contatto come movimento di vicinanza/distanza, ossia l'evidenza dell'essere "qui in altro".

"Fare Esperienza", con uno sguardo fenomenico, significa, pertanto:

- Accorgersi della propria partecipazione agli "oggetti" che sono intorno a noi, a partire dalla trascendenza della intenzionalità, che è generata dall'essere sempre situati
- Accorgersi del processo che sta generando o ha generato quel che stiamo facendo
- Conoscere questo processo costitutivo è un valore aggiunto poiché è il processo a rivelare la partecipazione del soggetto all'oggetto nella sua risposta emotiva, rivelando così qualcosa di sé che non si era ancora rivelato.

La risposta emotiva è un feed-back o restituzione da cui parte la consapevolezza del processo conoscitivo; *esperienza* quindi come qualità della conoscenza e del cambiamento.

Una cultura che si muove guardando alla relazione al mondo è una cultura che guarda non agli "oggetti" ma ai processi, il che implica il guardare, il percepire il mondo non per quello che è già dato ma per come si dà ciò che c'è. Questo vuol dire che la pratica di counseling è improntata a un pensiero del "come" invece del "che cosa", un pensiero che si muove non intorno alle cose, alle persone, alle esperienze, ai sistemi come già configurati definitivamente, in modo stabile ed identici a sé stessi, ma a come questi soggetti menzionati sono e fanno quel che fanno.

E questo vuol dire che niente più rimane ovvio e stabile.

Pensare al come cambia il significato di ciò che c'è privilegiando la costruzione di senso, fa emergere l'essere ingombrati tanto dalle proprie fisse visioni, interrompe con le cristallizzazioni e fornisce la possibilità di ipotizzare nessi tra elementi contigui.

Il pensiero del *come* porta con sé la dialettizzazione tra elementi e la pratica dialogica come l'unica forma possibile di riconoscere, confrontare e integrare le differenze. La relazione intersoggettiva è una forma di comunicazione dialettica, dove la presenza di due soggetti riconosciuti come tali, non può portare alla dicotomia tra posizioni "giuste" e posizioni "sbagliate",

tra visioni errate e visioni corrette, ma ognuno parla dal proprio mondo, che vuol dire “le mie cose” e “le tue cose” e così dalla differenza si aprono molte possibilità.

COMPETENZE SPECIFICHE DELLA PROFESSIONE

1) Gestione della relazione

Il lavoro del counselor inizia attraverso una fase di accoglienza, nella quale cerca di comprendere la domanda precisa del cliente, il suo contesto di riferimento e la sua motivazione all’essere aiutato, al fine di impostare un piano di intervento efficace e coerente. Tutto ciò si realizza attraverso la creazione di una relazione di aiuto fondata su reciprocità e cooperazione.

Il counselor è in grado di impostare e mantenere una relazione d’aiuto finalizzata a:

- Instaurare un primo contatto con il cliente; comprendere la domanda, i bisogni e le motivazioni alla consulenza
- Dare una prima risposta in termini di informazione sulle procedure e sulle modalità del trattamento dei problemi presentati
- Guidare il cliente in un percorso di esplorazione, riconoscimento, identificazione e delucidazione della sua esperienza
- Aiutare il cliente a riconoscere ed a riappropriarsi delle sue esperienze e dei suoi apprendimenti, favorendo, così, l’assunzione di una posizione consapevole e responsabile nei confronti delle scelte future
- Relazionarsi con altri professionisti. Il counselor è consapevole che l’intervento di consulenza e aiuto molto spesso si affianca ad interventi condotti da altri professionisti. Consapevole di ciò, è in grado di lavorare in gruppo o in team o gestire le relazioni con altre figure professionali complementari in modo sinergico e collaborativo.

2) Gestione dell’esperienza

Il counselor è in grado di condurre una serie di interventi finalizzati all’esplorazione, alla chiarificazione e alla comprensione delle situazioni problematiche; è in grado di comprendere i bisogni, le richieste e la situazione portata dal cliente. In questo ambito vanno menzionate tutte le competenze comunicative (ascolto, chiarificazione, rispecchiamento, riformulazione, maieutica, sintesi, confronto, ecc...) che vanno a costituire, nello specifico, i seguenti strumenti specifici di intervento di questa professione:

- **Aiutare la persona ad aiutare se stessa.** Fare questo vuol dire per il counselor non perdere mai il contatto con l’esperienza del cliente e la sua narrazione; la persona nella sua esplorazione procede così tenendo sempre le redini del suo senso della vita e il percorso si orienta sempre secondo la sua volontà: procede fin dove vuole, e vuole dove lo spingono i suoi bisogni e le sue aspirazioni. Nel counseling, è il volere del cliente l’asse portante del processo.

- **Accompagnare il cliente** nell’avventura di chiedersi quali alternative comportamentali ha davanti a sé per realizzare i suoi progetti di vita, e, dati i costi e i benefici, quali vie decide di perseguire per aggiungere qualità alla sua vita. Accompagnare il cliente consiste nel chiamare la sua attenzione nei luoghi in cui abitualmente guarda poco, allo scopo di permettergli di osservare un maggior numero di elementi utili alle sue considerazioni sui costi e sui benefici, così che possa esercitare il libero arbitrio in modo responsabile riguardo alla sua vita.

- **Rispetto del campo di coscienza del cliente.** Il counselor rivolge la sua attenzione a quel che c'è nella coscienza del cliente, il che va inteso come rivolgersi a ciò che il cliente riconosce come presente nel proprio spettro di consapevolezza o esperienza. In nessun modo va inteso come il riconoscimento di qualcosa che potrebbe esistere nel campo di coscienza del cliente, che il counselor riconosce ma che il cliente non sa di avere.

- **Pratica dell'immaginazione,** considerata presupposto fondamentale dell'azione; il cliente viene accompagnato dentro opzioni presenti nel suo campo di esperienza, in modo da poter scoprire con poco sforzo aspetti della vita di cui non conosce ancora né costi né benefici, e valutarne l'importanza per l'economia della sua esistenza.

- **Aiutare il cliente a costruire progetti,** cosa che richiede strumenti di coordinamento delle risorse e delle parti dell'esperienza del cliente; oltre che dalla logica, questi vengono forniti dall'etica e dall'estetica, per cui, nel supporto alla costruzione di un progetto, diventa fondamentale aiutare il cliente nel riconoscimento delle differenze e delle preferenze che può sperimentare, rispetto a ciò che gli sta a cuore o che desidera per sé nel mondo. E poiché il counselor non esercita nessun tipo di conoscenza aprioristica sulla vita del cliente, questo lavoro di progettazione è frutto di una co-costruzione tra counselor e cliente. È importante sottolineare, anche in questo frangente, che nessuna riformulazione, nessuna soluzione, nessuna definizione è valida se non riconosciuta esplicitamente come tale dal cliente, che la valuta in base alla sua capacità di prevederne gli effetti sulla sua vita, attraverso la sua capacità di prefigurazione.

- **Aiutare il cliente a riconoscere uno spazio dialogico** che consenta uno scambio tra sé e sé e consenta un processo di dialettizzazione che renda possibile un atto creativo che genera cambiamento. Il counselor, appoggiato su questi presupposti, non sta cercando di "risolvere" qualcosa, sta solo rendendo possibile che la persona scambi qualcosa con sé stessa, in questa intercapedine o spazio tra sé e sé; per fare questo cerca di sviluppare le potenzialità già presenti nella persona, potenzialità che sono molto più numerose di quelle che utilizza abitualmente.

- **Orientare il cliente a differenziare gli oggetti dai fenomeni.** E così il counselor non si rivolge ai significati codificati degli oggetti di mondo, ma ai vissuti che da questi originano e che il cliente è chiamato a utilizzare per dare forma alla soluzione creativa e uscire dalla propria difficoltà di scelta. Ed è per questo che il counselor non guida a una conoscenza sul "cosa" ma sul "come" degli eventi. Tale "come" non può che essere accolto dal counselor nei modi in cui esso "si dà al cliente".

3) Motivazione

L'intervento sulla motivazione mira a creare una relazione di collaborazione tra il professionista e il suo cliente, al fine di rendere efficaci i risultati dell'intervento. Ciò è particolarmente importante nelle situazioni di consulenza nelle quali si riconosce un "committente" ed un "destinatario", ad esempio un responsabile del personale che commissiona un intervento di counseling su un'equipe di lavoro. Inoltre, il counselor è in grado di utilizzare abilità di sostegno e mobilitazione delle risorse nel cliente durante tutto il processo della consulenza. Questo è un aspetto fondamentale in quanto, nello spirito del counseling, tutto il lavoro è finalizzato ad aiutare il cliente ad aiutarsi, quindi ad essere "parte attiva" del processo.

4) Monitoraggio del processo

Il counselor è in grado di controllare e monitorare l'intervento di counseling, che parte dall'analisi della domanda iniziale, dalla valutazione nel corso dell'intervento e dalla verifica a distanza.

Il counselor è attento alla valutazione del processo e alla verifica dell'effetto, nel senso di assicurarsi che il suo lavoro vada in una direzione congrua alle richieste del cliente.

Il counselor è in grado di riconoscere situazioni problematiche che esulano dalle sue competenze e che necessitano di un aiuto di ordine specialistico medico, psichiatrico o psicologico. Il counselor esercita la sua professione in modo autonomo, oppure in collaborazione con altre figure professionali di aiuto, ove il cliente sia inserito in programmi di sviluppo, terapeutici o di riabilitazione psicosociale.

Il counselor concorre direttamente all'aggiornamento relativo al proprio profilo professionale. Il counselor svolge la sua attività in autonomia o in strutture pubbliche o private, in regime di dipendenza o libero professionali.

Egli utilizza competenze relazionali nello specifico dell'esercizio della sua professione.

Tali competenze vengono attuate impiegando le seguenti abilità comunicative (counseling skills):

1. Ascoltare
2. Chiedere
3. Spiegare
4. Informare
5. Confrontare
6. Guidare
7. Si riconoscono nel counselor le seguenti ulteriori competenze aspecifiche, che contraddistinguono la figura professionale:
8. Sensibilizzare e prevenire
9. Il counselor può svolgere attività di sensibilizzazione presso Enti Pubblici e privati e progettare attività preventive di carattere socio sanitario.
10. Organizzare

Il counselor può gestire anche aspetti organizzativi, quali la gestione amministrativa e commerciale, la programmazione dell'attività, il contatto con i committenti.

In sintesi:

Competenze specifiche	Competenze aspecifiche
<p>Gestire la relazione. Impostare e mantenere una relazione finalizzata all'aiuto. Relazionarsi con altre figure complementari. Lavorare in team.</p>	<p>Sensibilizzare Prevenire Organizzare</p>
<p>Analizzare il problema. Facilitare l'identificazione della situazione problematica. Facilitare la consapevolezza.</p>	
<p>Progettare. Ipotesizzare ed impostare un piano di intervento.</p>	
<p>Motivare. Riconoscere, sostenere e mobilitare le risorse interne del cliente.</p>	

<p>Formare. Informare e dare supporto al cliente in merito a conoscenze e abilità necessarie alla soluzione dei problemi. Facilitare i processi di problem-solving. Facilitare i processi di decision-making. Facilitare l'apprendimento di abilità sociali.</p>	
<p>Monitorare il processo. Monitorare il processo di counseling con strumenti di verifica e follow-up.</p>	