

Giornata di Formazione AICCeF
26 ottobre 2025
La consulenza alla famiglia: Metodologia e Tecnica



"La consulenza socio educativa alla famiglia, con la famiglia, per la famiglia"

Raffaello Rossi
Presidente AICCeF

In questo intervento consideriamo le consulenze richieste dai genitori e focalizzate sulla famiglia.

Possono essere svolte

- **Con la sola presenza dei genitori**
- **Con la famiglia nel suo insieme**
- **Con la famiglia coinvolgendo solo gli attori del focus**
- **Alternando momenti familiari a momenti con singoli membri.**



ALLA FAMIGLIA

Termine: professionalità



CON LA FAMIGLIA

Unione, compagnia: vicinanza empatica



PER LA FAMIGLIA

Scopo: con focus e obiettivo



Chi ha il potere?
Nega libertà o
responsabilità

Potere dell'altro
Mi sottometto
Evito

Adattato da: Larrson L.;
"Rabbia, colpa e vergogna";
Esserci; 2022

Mi ritiro
(rinuncia)

Resto, ma **cerco cosa è sbagliato in me**

Colpa degli altri

Colpa mia

Di chi è la colpa?
Giusto o sbagliato
Etichette
Diagnosi

W
Egoisti
Cattivi
Anormali

E
Inadeguato
Non bravo
Sbagliato

Cerco cosa è sbagliato negli altri

Mi ribello, invado la vergogna

Potere a me
Faccio come mi pare
Mi ribello
Aggredisco



Le 4 posizioni emozionali

Potere all'altro e colpa dell'altro

- 1) **Mi ritiro**: rinuncio al contatto. Mi sottometto ad una idea rigida dell'essere ok e restringo il mio spazio vitale. **Lascio il potere all'altro e cerco di evitare la tensione e la vergogna**. Lascio la relazione. Manca senso di appartenenza. Perdo sintonia e connessione con i miei bisogni.

Importante **a) osservare come ci siamo comportati** (senza giudizi); **b) collegarsi alle emozioni provate** e **c) comprendere e accogliere i bisogni che con questa strategia sto cercando di soddisfare** (spesso sicurezza, accoglienza, rispetto). Poi mi chiedo **d) quali bisogni invece non sono soddisfatti da questa strategia** (spesso **pace, appartenenza, comunità**). Mi chiedo **e) quali strategie alternative potrebbero appagare i due tipi di bisogni**. Infine **f) formulo una richiesta, in primis a me stesso, poi agli altri, per ripristinare almeno la connessione.**

Le 4 posizioni emozionali

Potere all'altro e colpa mia

2) **Cerco cosa è sbagliato in me. Resto in sudditanza.** Denigro me stesso, mi sento inutile, scendo sotto il livello di chi mi critica. L'autocritica mi consente di restare nella relazione. **Accetto la relazione senza difendermi, mi sento un perdente, ma almeno non sono solo.** Da questa posizione si accumula tensione e spesso si arriva a reazioni esplosive.

Importante: **a) osservo i miei pensieri** e ascolto i giudizi moralistici, i giudizi su ciò che si dovrebbe fare. Poi **b) entro in contatto con le emozioni** che provo in questa dinamica (spesso noia, amarezza, tristezza, solitudine); **c) collego le emozioni ai bisogni** (spesso di **comprensione, speranza, sostegno**); **d) mi chiedo (richiesta e attivazione) come potrei soddisfare quei bisogni, partendo da me, ma creando connessione e sintonia con gli altri.**

Le 4 posizioni emozionali

Potere a me e colpa mia

3) Mi ribello –invado il sentimento di vergogna. Faccio di tutto per essere notato. **Attiro l'attenzione.** Nascondo la vergogna facendo ciò che ha stimolato la vergogna stessa. O **adotto sogni grandiosi, immagino di avere la soluzione per tutto.** Uso le reazioni degli altri per scacciare la vergogna. Invento scuse, **sposto l'attenzione dal malessere negandolo o entrando in sfida.** C'è una ricerca costante di conferme. **Divento duro e freddo** (*non me ne frega niente, io sono andato oltre! Non ho bisogno di nessuno!*), ma la vergogna mi divora da dentro.

Importante: **a)** osservo il mio comportamento e prendo nota dei miei pensieri; **b)** mi collego alle emozioni che provo (spesso tristezza e solitudine manifestate dalla rabbia racket); **c)** entro in contatto con i miei bisogni (spesso **cura, appartenenza, senso**); **d)** mi chiedo quali strategie alternative potrei adottare per soddisfare i bisogni; **e)** faccio **mappa di risorse interne ed esterne per fare richiesta a me e ad altri così da attivarmi per uscire da questa posizione di ribellione.**

Le 4 posizioni emozionali

Potere a me e colpa degli altri

4) Cerco cosa è sbagliato negli altri. Incolpo gli altri, sono sempre attento a scovare l'errore o la malafede o l'ignoranza o l'incapacità (*gioco a «Ti ho beccato»*). Devo sempre provare che sono meglio degli altri, più forte, più capace. Contesto le figure di autorità e i modelli. **Dirigo le energie e l'attenzione verso l'esterno**, così da coprire mie fragilità incolpando gli altri e puntando il dito (*a volte anche con finta modestia e finta umiltà*). **Uso sarcasmo o ironia**. Se mi smascherano affermo: «*Stavo scherzando! Non te la prendere, per me era normale!*». E' la posizione assunta per non prendere responsabilità del nostro dolore-fragilità.

Importante: **a)** osservo i pensieri (quasi sempre doverizzazioni. Cfr. Harris); **b)** entro in contatto con i miei bisogni (spesso **rispetto, attenzione, sostegno, considerazione**); **c)** per fare emergere l'emozione profonda da sotto il racket; **d)** mi chiedo quali strategie alternative potrei utilizzare per soddisfare in modo «pulito» i bisogni; **d)** formulo richieste sane a me stesso e agli altri cercando anche di mettermi nei panni degli altri per sentirne i possibili bisogni.

Sintesi operativa per il consulente o l'educatore

POSIZIONE EMOZIONALE	ALCUNI INDICATORI	IPOTESI DI LAVORO PER CONSULENTI
<p>La persona si ritira <u>Potere e colpa all'altro</u></p>	<p>In genere silenziosa, evitante, esposta a umore basso e perdita di speranza, apatia. Spesso usa frasi: <i>nessuno mi vuole; meglio stare da soli; non mostrerò che...; tanto vale che rinunci, non andrà mai come speravo...</i></p>	<p>Mostrare interesse e curare molto la connessione. Creare clima di fiducia (evitando i trigger della vergogna). Non aspettarsi reazioni positive. Setting di tranquillità. Chiedere serenamente i motivi del ritiro.</p>
<p>La persona resta nella relazione ma criticando fortemente se stessa <u>Potere all'altro e colpa mia</u></p>	<p>E' spesso preda del giudice interiore; si sente vittima, perdente, si scusa e manifesta la vergogna; spesso concretizza la vergogna in sensi di colpa e ansia. Spesso usa frasi: <i>se solo non fossi così; non sono abbastanza; non vado mai bene; non ho alternative alla sofferenza...</i></p>	<p>Gestire l'autocritica con onestà ed empatia. Mettere focus su sentimenti e bisogni più che su giudizi. Non cercare di convincerla o di calmarla, ma accoglierla. Usare empatia, non incoraggiamento.</p>
<p>La persona si ribella <u>Potere e colpa a me</u></p>	<p>Reagisce in modo forte a tutto ciò che legge come mancanza di rispetto, vuole mostrarsi indipendente, ostenta indifferenza, è fredda. Spesso usa frasi: <i>non m'importa; io non ho problemi; più persone dovrebbero fare come me... sono gli altri ad avere bisogno</i></p>	<p>Iniziare valorizzando successi passati della persona. Notare le intenzioni positive aiuta ad abbassare la guardia. Non fare lodi o esprimere giudizi di bontà (sono fuoco per la ribellione). Evitare critiche dirette e esortazioni di realtà. Cercare connessione in una realtà condivisa, ma lentamente. Valorizzate la libertà.</p>
<p>La persona attacca, condanna, critica, incolpa gli altri <u>Potere a me e colpa all'altro</u></p>	<p>Incolpa gli altri, punta il dito, gli altri la fanno arrabbiare, usa sarcasmo, si autogiustifica. Spesso usa frasi: <i>è solo colpa sua; sono codardi e deboli, egoisti; sono troppo... non sono abbastanza...</i></p>	<p>Se critica gli altri non sta ascoltando proprie emozioni e bisogni. Usare empatia e cercare i bisogni. Evitare competizioni e discussioni. Passare in rassegna altri modi di comunicare senza svalutare il loro.</p>

La tensione emozionale sale in presenza di 1 o più delle 3 cristallizzazioni della dominazione

- 1) Pre-giudizi, giudizi moralistici, linguaggio statico (etichettamento)**
- 2) La negazione di pluralità e/o possibilità di scelta (doverizzazione)**
- 3) Comunicazione e vissuto esistenziale basato sul concetto di merito (valore deriva dal fare e saper fare)**

Questi fattori possono essere rivolti

- verso gli altri (locus esterno)**
- verso sé stessi (locus interno)**

ma sempre sotto forma di assolutizzazioni

Quattro passi in famiglia

- 1) CAMBIARE LA **VISIONE** (via dai giochi a somma zero)
- 2) DIVENTARE E CREARE UN **PORTO SICURO** (empatia)
- 3) COSTRUIRE ED UTILIZZARE IL **PONTE DELLA COMPrensIONE** (fiducia)
- 4) **LA RIPARTENZA RESILIENTE**

In una cultura di cooperazione e solidarietà possiamo utilizzare la pedagogia del veliero



Siamo disposti e capaci di vedere oltre la tempesta delle emozioni e le reazioni passive o aggressive?

PASSO 1: CAMBIARE LA VISIONE DELLA SITUAZIONE E DEGLI ATTORI.

- Cercare l'incontro con l'altro attraverso una percezione o una ipotesi di lettura che rispetti il mistero e la grandezza di ognuno, liberandoci e liberandolo dalle etichette e dagli schematismi.
- Andare oltre la durezza, la fatica, la tensione che percepiamo e che temiamo.
- Quale emozione vive? Come sta il suo bambino interiore?

Adattato da: S. Rossi; «Mio figlio è un casino»; Feltrinelli; 2023

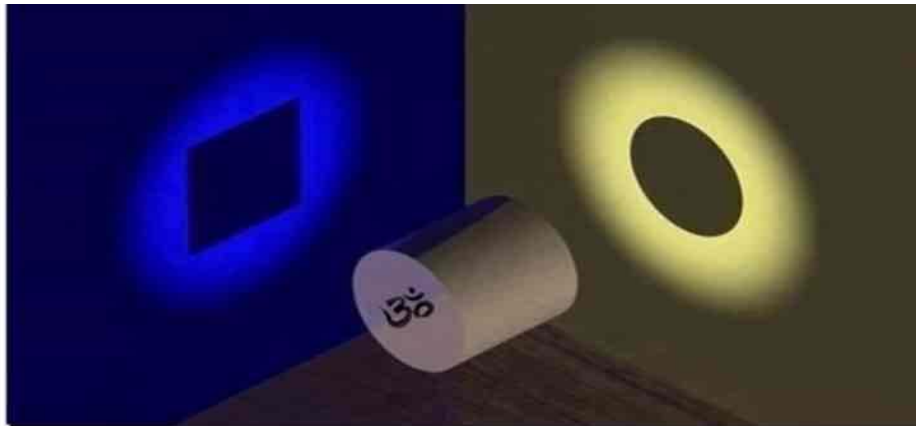
Tecniche di rielaborazione



a) **DOVREBBE ESSERE DIVERSO!!!!**

Rifiuto la realtà perché pretendo un mondo a mia misura o perfetto?

ANTIDOTO: usare umorismo realistico. ***Porta ad eccesso la pretesa e osservalala come se fosse un film... ridi di questa tua aspettativa!***



“Quando cambi il modo di osservare le cose, le cose che osservi cambiano.”

b) **CAMBIA PUNTO DI VISTA O BILANCIA!!!**
Orientati agli aspetti positivi presenti nella situazione e scegli di dare senso e peso diverso alla situazione (**MERITO**) togliendo le lenti scure

Tecniche di rielaborazione

c) **L'HA FATTO PER CATTIVERIA!!!**

(**GIUDIZIO**) Passa dal teleobiettivo al grandangolo!

ANTIDOTO: Amplia la visione, completa la tua percezione dell'altro/a e inizia a metterti nei suoi panni



d) **QUANTO DIPENDE DA ME?**

Togliti dalle spalle i pesi degli altri e affronta solo la tua parte di problema, quella su cui hai potere di attivazione.



In una cultura di cooperazione e solidarietà possiamo utilizzare la pedagogia del veliero

PASSO 2: RISPONDERE ALLA TEMPESTA EMOTIVA DIVENTANDO PORTO SICURO.

- Scendo dalla cattedra del mio sapere e della mia esperienza, vado incontro all'altro **con empatia, sospensione del giudizio diventando il suo scudiero** (*therapon ai tempi di Omero era lo scudiero, che accompagna portando i pesi del cavaliere*).
- Sto centrato **nell'esagono dell'empatia**
- Smetto di cercare di fare, ma inizio ad esser-ci e restare vicino all'altro** (il come spesso vale più del cosa dico).
- Uso verbalizzazione, parafrasi, chiedo che mi aiuti a comprendere cosa vive**

Adattato da: S. Rossi; «Mio figlio è un casino»; Feltrinelli; 2023

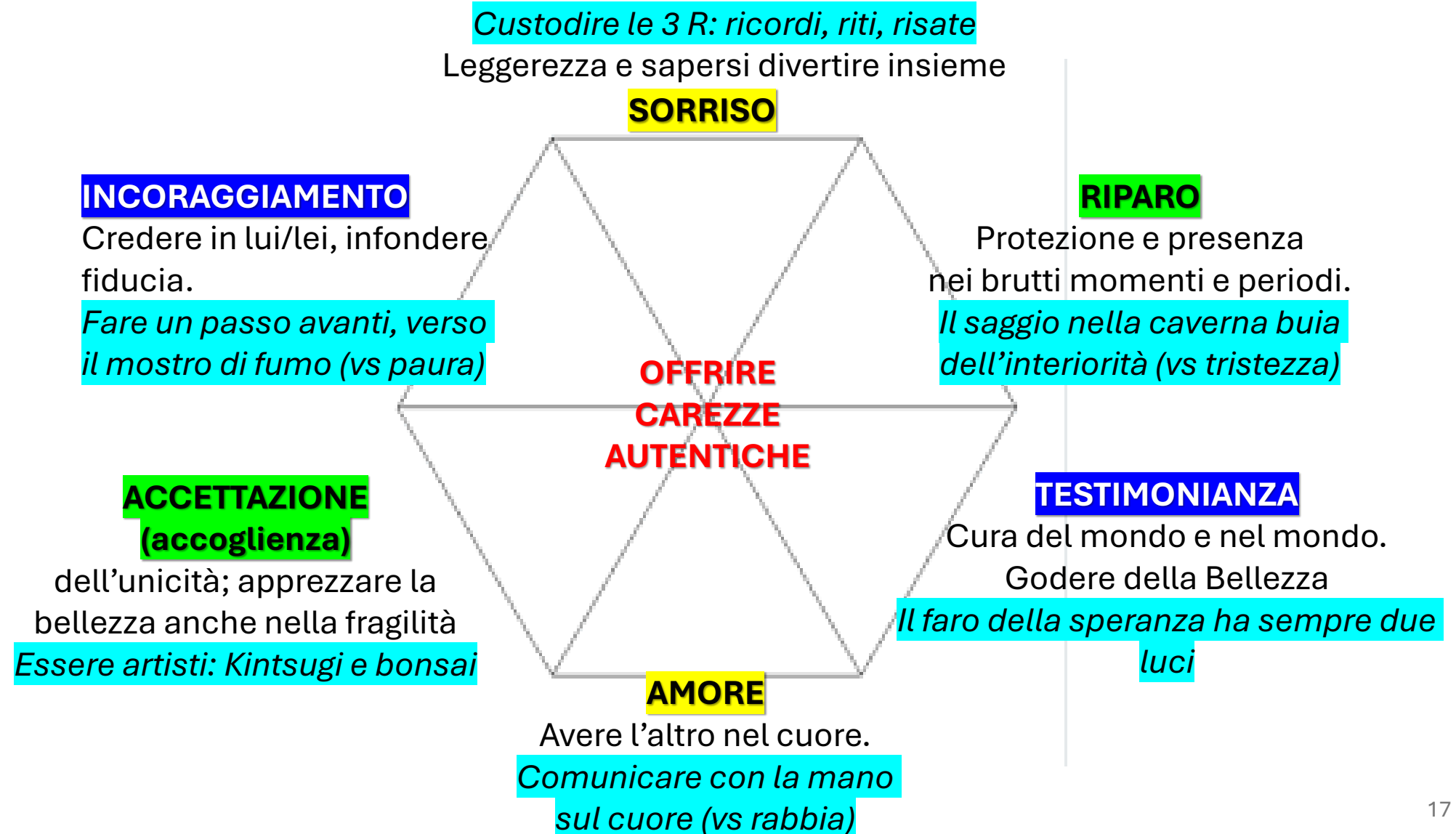


So vivere ed offrire l'empatia verso me stesso e verso l'altro?

CAPITOLO 3

I SUOCERI

L'esagono del **porto sicuro** nel regno di Empatia



1) Resilienza caotica

Mancanza di regole; focus sulla sopravvivenza; comportamenti distruttivi; forme di rabbia, aggressività; paure spesso inesprese

Fiducia in proprie potenzialità; positive relazioni con ambiente; attribuzione di senso a proprie esperienze e vita; forme di autonomia

4) Resilienza fiorente

2) Resilienza rigeneratrice

Si sviluppano competenze, iniziano comportamenti costruttivi in mezzo a numerose crisi; le regole aiutano il senso di realtà; legame con adulto empatico

3) Resilienza adattiva

Si inizia ad utilizzare le risorse personali e di contesto; cresce autostima e senso di responsabilità

Evoluzione della resilienza (A. Putton)

Nella **resilienza fiorente**
ho bisogno di un **faro**



Il faro educativo ha sempre **due luci**: una per illuminare il viaggio che guarda lontano, una per ripartire che illumina vicino e dentro di me, per vedere contro cosa ho sbattuto.

Nella **resilienza rigeneratrice e adattiva** ho bisogno di un **porto sicuro**



Nella **resilienza caotica** per crescere ho bisogno di un **salvagente** o di una **scialuppa di salvataggio**



Quando la famiglia è al buio è importante accendere il faro della speranza sui 4 aspetti della vita

ASPETTI VITALI	PARLA IL GIUDICE	PARLA IL SE' COMPASSIONEVOLE
LA META	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Non ce la farò/farà mai ▪ Getto la spugna ▪ Non so cosa mi prende 	Intanto faccio qualcosa, anche se poco, per ripartire verso la meta
L'AUTOSTIMA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Non valgo ▪ Faccio schifo ▪ Sono sbagliato (o cattivo, o difettoso) 	Quali mie luci (talenti, risorse, capacità) sto bloccando nella trappola e contro lo scoglio?
LE RISORSE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tutti ce l'hanno con me ▪ Sono solo ▪ Gli altri hanno più possibilità (o aiuti o capacità...) 	Quali risorse, anche piccole, posso attivare?
L'APPRENDIMENTO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sarà sempre così ▪ Non riuscirò mai ▪ Tutto è inutile e brutto 	C'è certamente qualcosa di bello che imparo da tutto questo...

In una cultura di cooperazione e solidarietà possiamo utilizzare la pedagogia del veliero



**Sono disposto a passare dal capire al cum-prendere? So creare un ponte su cui scorrano le emozioni nelle due direzioni?
Cfr il corridoio del consulente**

PASSO 3: COSTRUIRE ED UTILIZZARE IL GRANDE PONTE DELLA COMPRENSIONE

- La prima direzione è **il ponte tra noi e l'altro**. Lancia **il salvagente dell'esperienza condivisibile che riattiva connessione e sintonia** (*comprendo come ti senti, capita anche a me di provare... quando succede che...*)
- La seconda direzione crea **un ponte tra il cervello cognitivo** (il timoniere) **e il cervello emotivo** (le grandi vele) riarmonizzando e integrando e **conferendo senso all'esperienza** (cfr. Siegel).

Adattato da: S. Rossi; «Mio figlio è un casino»; Feltrinelli; 2023

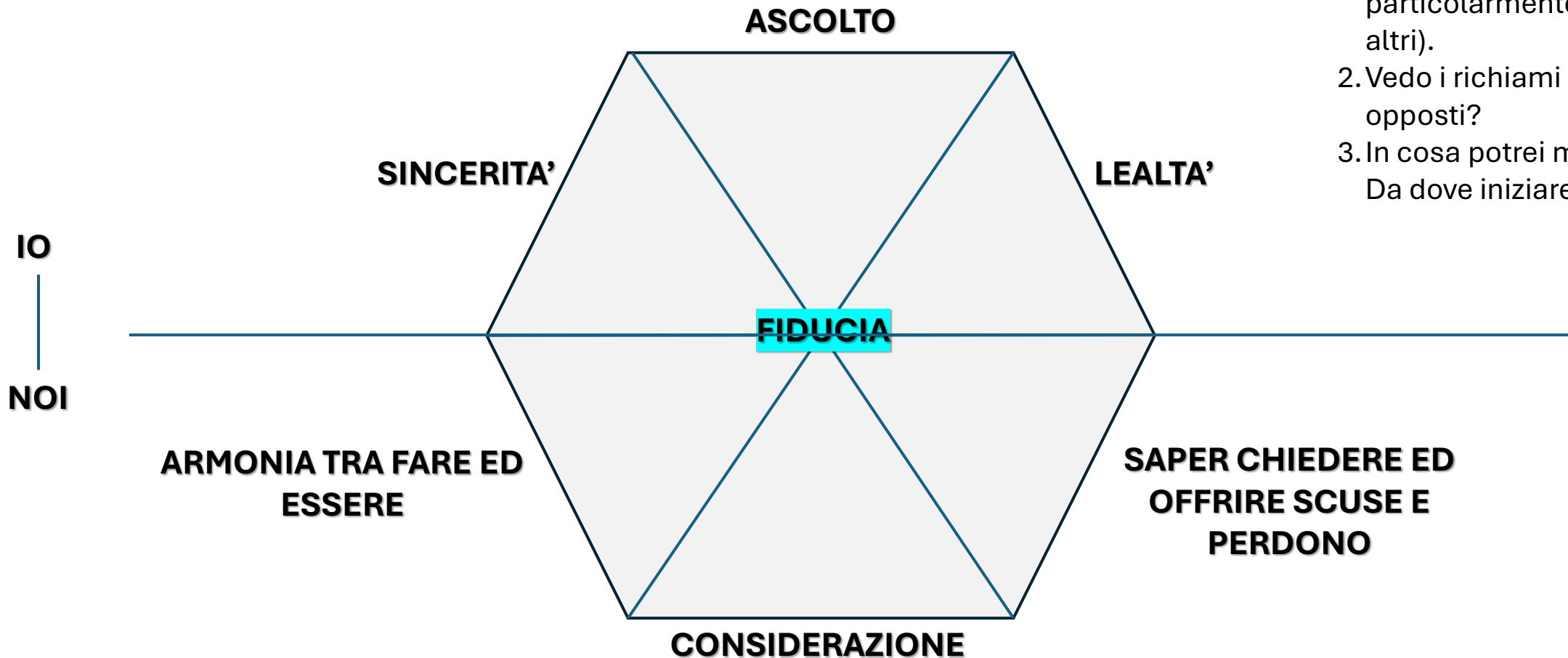
COSTRUIRE FIDUCIA

1. Mostrare **CONSIDERAZIONE**. Essere curiosi e ricettivi.
2. **ASCOLTARE** senza pregiudizi. Sospendere il giudizio; essere accettanti e accoglienti
3. Relazionarsi in **SINCERITA'**. *Veritare* in trasparenza.
4. Dimostrare **LEALTÀ**. Coerenza e responsabilità. Mantenere gli impegni e le parole...
5. Produrre risultati. Armonizzare modello **FARE** e modello **ESSERE**. Cercare EFFICACIA ed EFFICIENZA.
6. Ammettere propri errori e rimediare. **SAPER CHIEDERE SCUSA; SAPER PERDONARE**; saper andare oltre...



ATTIVAZIONE

1. I miei punti di forza e di fragilità nella costruzione della fiducia (che vedo in me e a cui sono particolarmente sensibile negli altri).
2. Vedo i richiami tra i triangoli opposti?
3. In cosa potrei migliorare? Come? Da dove iniziare?



In una cultura di cooperazione e solidarietà possiamo utilizzare la pedagogia del veliero

PASSO 4: LA RIPARTENZA RESILIENTE.

Passata la tempesta si riparte con maggiore esperienza e competenza.

- ❑ La resilienza educativa si pone due obiettivi per ripartire, **sapendo e accogliendo la fragilità, preparandosi ad essere sempre in parte impreparati, ma attivarsi con responsabilità e fiducia...**
- ❑ Il piccolo obiettivo educativo è **accompagnare il veliero al porto sicuro in attesa di acque calme.**
- ❑ Il grande obiettivo educativo è **apprendere l'arte della navigazione**
- ❑ I due obiettivi si fissano meglio tramite **metafore.**



Adattato da: S. Rossi; «Mio figlio è un casino»; Feltrinelli; 2023