Giornata di formazione AICCeF

La consulenza familiare come risposta efficace alla richiesta d'aiuto del cliente

06 aprile 2025

Introduzione del presidente

Raffaello Rossi

Indicazioni bibliografiche

Rogers1902-1987

Lewin1890-1947

Maslow1908-1970

Rank 1884-1939

Rogers C.; La terapia centrata sul cliente; Martinelli; 1970

Rogers C; Potere personale. La forza interiore e il suo effetto rivoluzionario; Ubaldini; 1978

Rogers C; Un modo di essere; Giunti; 2012

Rogers C; la libertà dell'apprendimento; Giunti; 1974

Lewin K; la teoria, la ricerca, l'intervento; Il Mulino; 2005

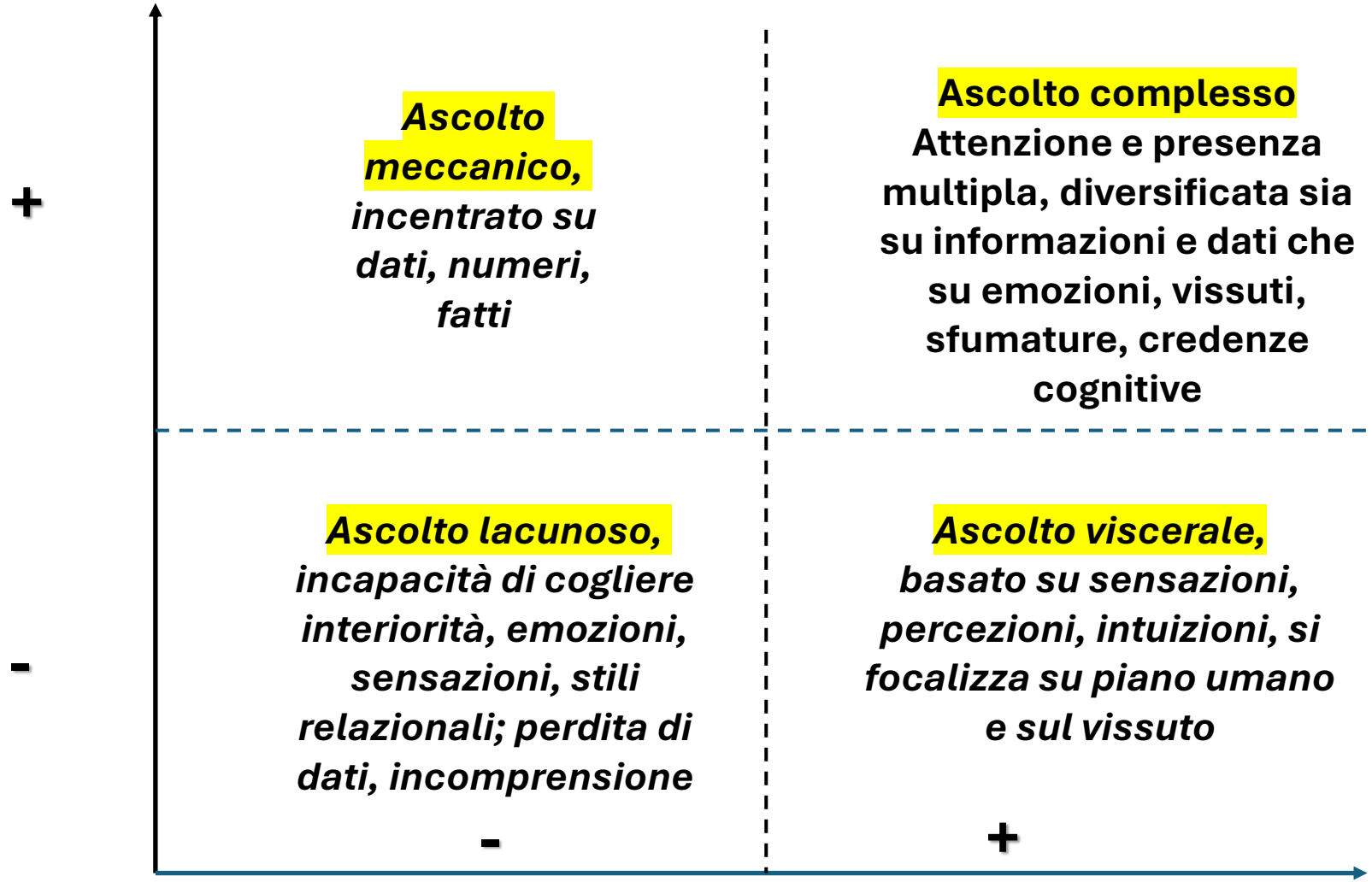
Maslow A; Teoria della motivazione umana; Pirelli; 1973

Rank O; la volontà di essere felici; Sugarco; 1996

Trevisani D; ascolto attivo ed empatia; Franco Angeli; 2019

Solo l'ascolto complesso porta alla resilienza

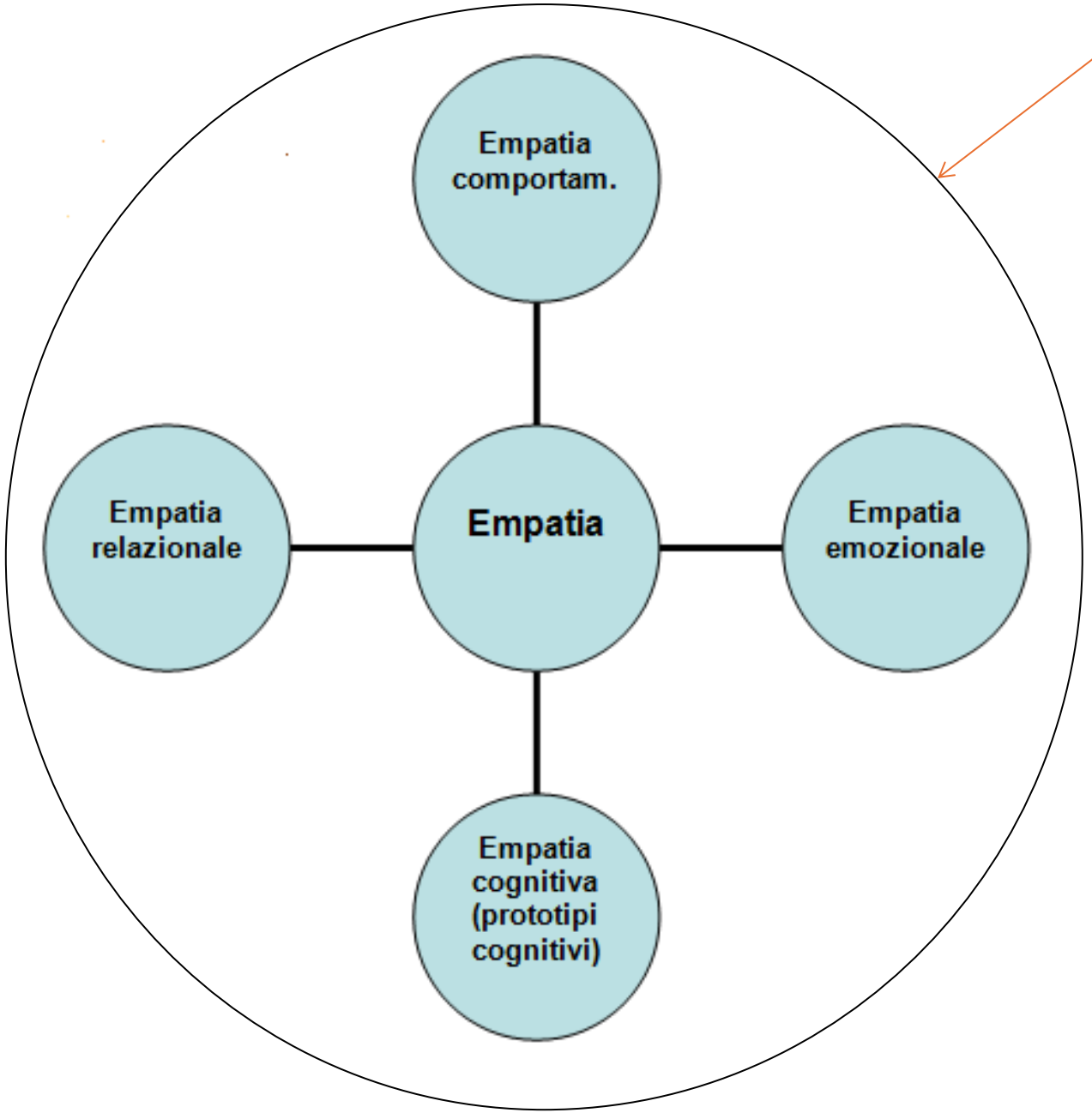
Ascolto tecnico (dati e fatti)



E' un ascolto con flusso **bi-direzionale** (accoglienza ed espressione); ha **4 livelli**: ***ascolto dei dati; ascolto delle emozioni; ascolto dei bisogni; ascolto delle credenze e delle richieste***

Ascolto educativo (emozioni, umori, sensazioni, relazioni, pensieri, ecc…)

Adattato da D. Trevisani; Ascolto attivo ed empatia



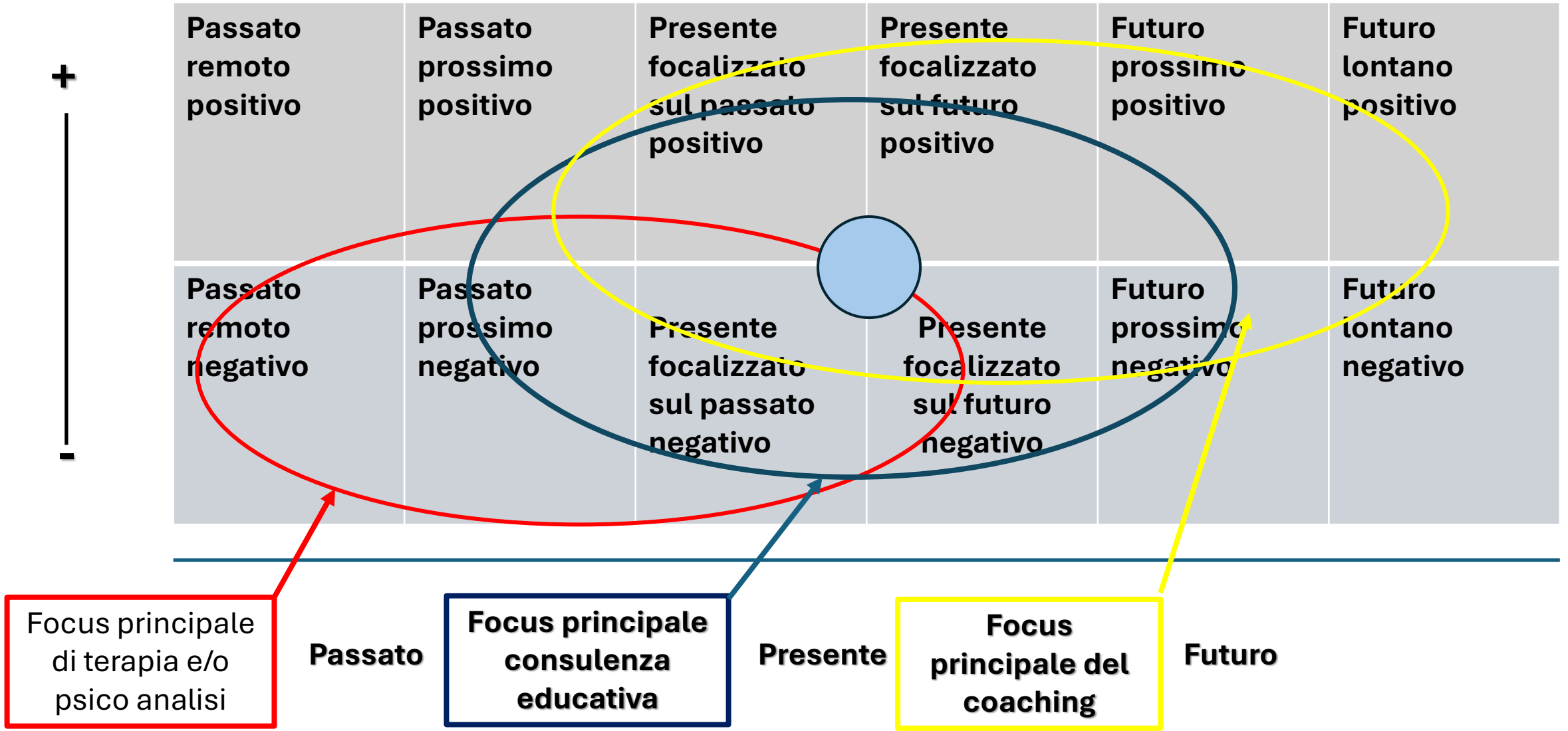
Empatia esistenziale: comprendo la costruzione del mondo e valoriale dell'altro e lo so accompagnare a ri-armonizzarla e ri-organizzarla

Elaborato da D. Trevisani; Ascolto attivo ed empatia

Empatia comportamentale	**Noto, accetto i comportamenti dell'altro senza giudizi e senza immetterli nei miei schemi comportamentali personali. Costruisco la sua mappa comportamentale e la associo, solo dopo, alle mie memorie e conoscenze**
Empatia cognitiva	**Comprendo, accetto come l'altro ragiona, quali catene associative e grappoli di pensieri si va configurando interiormente e nella comunicazione**
Empatia relazionale	**Comprendo e accetto come l'altro gestisce e costruisce le relazioni ai diversi livelli: intimo, familiare, di tribù, di rete, col mondo; sia volontariamente che per obbligo**
Empatia emozionale	**Percepisco e accetto le emozioni che l'altro vive, i grappoli emozionali e i ponti emotivi; i collegamenti tra emozioni e memoria emotiva**
Empatia esistenziale	**Comprendo e accetto le credenze dell'altro, i suoi modelli, il collegamento tra emozioni, bisogni e richieste. Quali siano i suoi valori di riferimento e come accompagnarlo alla ri-organizzazione e ri-armonizzazione della sua costruzione del mondo**

Elaborato da D. Trevisani; Ascolto attivo ed empatia

Focus delle relazioni di aiuto e resilienza



La distinzione tra Sé reale e Sé ideale è stata fortemente enfatizzata da Carl Rogers,

non per evidenziare che qualcosa non va in noi, ma **per accettarci** in una realtà che risulta perfettibile, ma che ci chiede flessibilità, disponibilità, amore di sé e per gli altri.

Questa consapevolezza, detta **accettazione incondizionata**, comporta la sospensione dell'auto giudizio e del giudizio sugli altri ed è la base per il benessere.

Secondo **Rogers il Sé Ideale rappresenta una meta**, ciò a cui vogliamo «tendere» attraverso la tendenza attualizzante, **ma deve essere raggiungibile. Quando il nostro Ideale diventa solo un modo per ricordarci che non potremo mai essere così, diventa fonte di sofferenza psichica (è un sé ideale inautentico).**

C. Rogers: la terapia centrata sul cliente; Martinelli; 1970

I problemi, le difficoltà o sofferenze derivano, secondo Rogers, dal modo in cui il nostro Sè si è sviluppato.

In noi convivono quindi due immagini il **Sé Reale** e il **Sé ideale**.

Il Sè è una rete concettuale che ingloba le conoscenze circa il nostro Io: insomma quello che conosciamo di noi stessi.

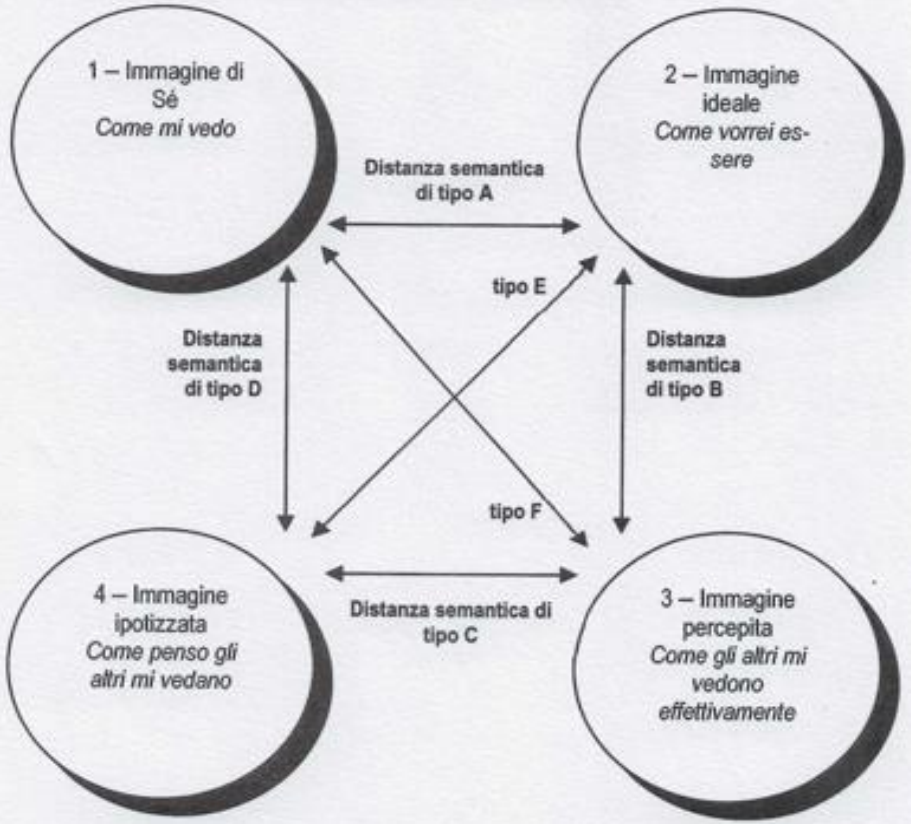
(*cfr rationes seminales in Agostino*, la realtà in potenza ed in atto).

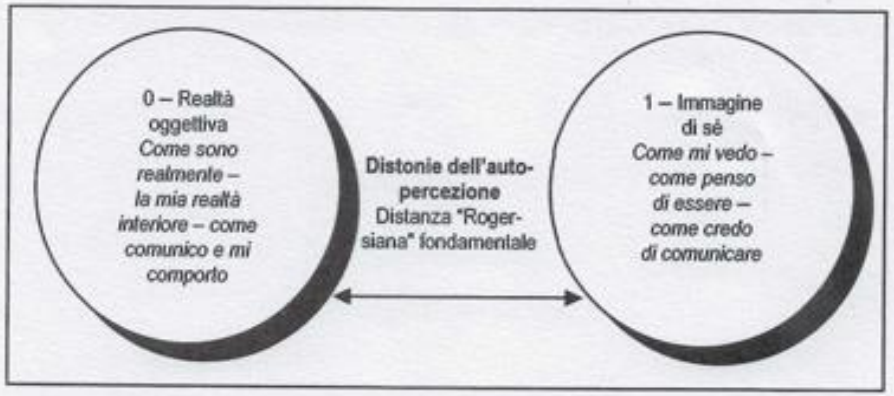
Nel **sé reale** convergono le caratteristiche che ci attribuiamo, quello che sappiamo per certo di noi, nel bene e nel male; (***cfr. finestra di Johari***)

il **Sé ideale rappresenta ciò che vorremmo essere**, include tutte quelle sfumature positive che ci piacerebbe possedere.

Carl **Rogers** sosteneva che tutti hanno le capacità di autodeterminazione, utile a **determinare il proprio comportamento per migliorarl**o. Tale processo consiste nella volontà naturale di vivere, perfezionarsi, preservarsi e modificarsi, senza rigidità, pre-giudizi, assolutizzazioni.

Figura 8 – Scostamenti nella percezione d'immagine





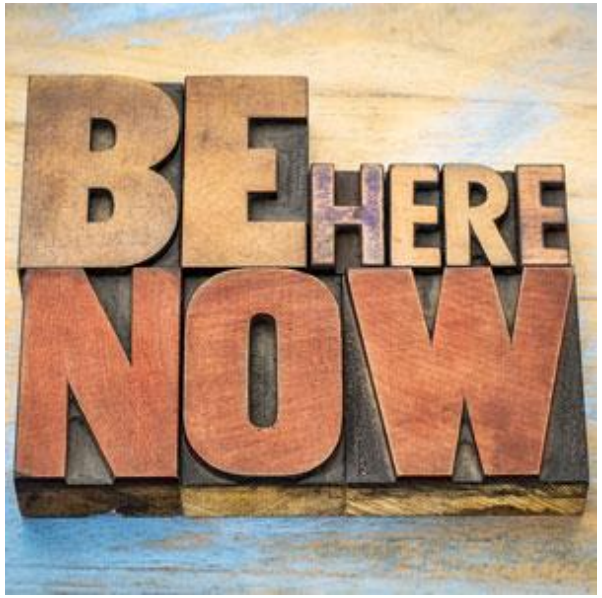
Modello Copyright Studio dott. Daniele Trevisani www.danieletrevisani.com

Quasi una finestra di Johari

Immagini di sé-identità
0) **Come sono e come mi comporto**. I miei veri pregi, i miei difetti, le mie competenze e capacità, le mie lacune, le mie vulnerabilità.
1) **Come io vedo me stesso**, come penso di essere, come penso di comunicare, quali pregi, difetti, vulnerabilità credo di avere
2) Immagine del sé ideale; **come vorrei essere**, come vorrei comunicare, le mie aspirazioni di abilità e competenze; punti di forza che vorrei possedere
3) **Come gli altri mi vedono**, come valutano la mia comunicazione, il mio modo di pormi nelle situazioni
4) **Come penso che gli altri mi vedano**; come credo mi percepiscono e mi considerino (mie credenze e proiezioni)

PUNTI «CALDI ED URGENTI» NELL'OTTICA EDUCATIVA **ELEMENTI**

CONDIVISI NEL GRUPPO DI STUDIO DELLE SCUOLE AICCeF



1) Il percorso educativo della consulenza si sviluppa sul presente

Il tempo vissuto che il cliente porta nel percorso è una «valanga»
e contiene ogni esperienza di vita passata e presente secondo le 3R:
Registrare-ricordare-rivivere .
Il ruolo del consulente consiste nel riportarlo al presente, alle difficoltà del Focus e all'obiettivo educativo del percorso.

Scrive J. Dewey:

> *"L'ideale di adoperare il presente unicamente come preparazione al futuro è in sé contraddittorio... Noi viviamo sempre nel nostro tempo e non in un altro: solo estraendo in ogni momento il pieno significato di ogni esperienza presente ci prepariamo a fare altrettanto nel futuro".*

PUNTI «CALDI ED URGENTI» NELL'OTTICA EDUCATIVA

2) Il percorso educativo della consulenza familiare è una esperienza

Si cresce attraverso l'esperienza (*learning by doing*).

Tale esperienza concreta di vita è volta all'ampliamento della **consapevolezza e dell'autonomia** del soggetto in consulenza.

L'ESPERIENZA EDUCATIVA IN CONSULENZA

ESPERIENZA DI AUTO ASCOLTO

- Auto ascolto generale
- Auto ascolto mirato
- Auto ascolto guidato

ESPERIENZA DI CONSAPEVOLEZZA

- Consapevolezza delle difficoltà nell'area del focus
- Consapevolezza degli inneschi e delle dinamiche di mantenimento delle difficoltà
- Consapevolezza dei ruoli, dei bisogni e delle possibili modificazioni
- Consapevolezza dei propri confini e di quelli altrui

ESPERIENZA DI ACCETTAZIONE E DI MODIFICA

- Apprendimento e allenamento ad ascoltare, accogliere ed accettare se stessi e gli altri
- Apprendimento e allenamento a modificare schemi, abitudini, stili comunicativi

- Individuazione del focus
- Individuazione dei bisogni che non trovano risposta adeguata
- Individuazione dell'obiettivo
- Orientamento all'obiettivo
- Definizione dei criteri di successo, dei tempi, delle risorse e delle possibili difficoltà
- Attivazione progressiva
- Valutazione di efficacia ed efficienza in partenza, in itinere e a conclusione percorso

PUNTI «CALDI ED URGENTI» NELL'OTTICA EDUCATIVA

3) **Il percorso educativo della consulenza è «concreto» e volto ad un obiettivo.**

L'obiettivo deve essere specifico, concreto e verificabile.

I criteri di Verifica vanno definiti Insieme al cliente.

1. **L'obiettivo è espresso in positivo**: (il cervello procede per immagini mentali o concetti)
2. **L'obiettivo dipende essenzialmente dal cliente**
3. **L'obiettivo viene definito ed espresso usando sensi, emozioni, pensieri, esperienze**
4. **L'obiettivo considera i bisogni e i valori del cliente**
5. **L'obiettivo viene scritto e articolato**
6. **L'obiettivo è "ecologico»: non comporta costi «insopportabili» in aree importanti della vita del cliente**

Adattato da F. Trofa

PUNTI «CALDI ED URGENTI» NELL'OTTICA EDUCATIVA

4) **LA DURATA DEL PERCORSO EDUCATIVO della consulenza è «breve», in coerenza e relazione con l'obiettivo definito**

Alcuni obiettivi educativi possono essere raggiunti in pochi incontri, altri richiedono più tempo…

La durata del percorso di consulenza necessita di flessibilità, in modo da agevolare la conoscenza, l'assimilazione e la sperimentazione dei passaggi individuati dal soggetto in consulenza accompagnato dal consulente in modo empatico e sostanzialmente non direttivo.

La rigidità, le assolutizzazioni e l'eccesso di forma non hanno ruolo costruttivo in educazione; la creatività, l'empatia, il rispetto dei tempi dell'altro e la resilienza sì.

Ci si deve sempre specchiare con i punti dell'identità della consulenza familiare, riconoscendone i tesori preziosi, ma anche gli stalli o l'eventuale inefficacia del percorso (valutazione serena e professionale)

PUNTI «CALDI ED URGENTI» NELL'OTTICA EDUCATIVA

4a) La Frequenza degli incontri.

In base all'obiettivo e al «momento» vissuto dal cliente sia la **frequenza** degli incontri sia la **durata complessiva** del percorso possono variare.

Spesso **potrebbe essere utile nella prima fase** (definizione del focus e dell'obiettivo) lasciare gli incontri ad una **cadenza settimanale**;

nella fase della **personalizzazione** potrebbe essere più efficace tenere gli **incontri ogni due settimane**, anche per lasciare al cliente il tempo di «lavorare» in autonomia nell'auto ascolto e nell'osservazione delle difficoltà.

Nella fase di **attivazione** in genere gli incontri vanno diradandosi (ad esempio **ogni tre settimane**)

e infine nell'avviamento alla **conclusione** gli incontri potrebbero anche essere previsti **una volta al mese**.

4-b) La durata del percorso educativo di consulenza e le sue tre variabili

Storicamente si era propensi a concludere i percorsi entro i **12-14 incontri**.

La pratica professionale e l'evoluzione storica ci hanno insegnato che ci sono tre variabili da considerare, pur **preservando la lunghezza del percorso entro l'anno**. L'indicazione generale può restare, ma va colta in modo flessibile ed efficace

La tipologia dell'obiettivo stabilito	**Alcuni obiettivi non necessitano di tempi particolari, altri hanno necessità di una naturale e necessaria sperimentazione progressiva, proprio in virtù dell'impostazione educativa ed esperienziale. Le coppie di frequente necessitano di tempi più lunghi**
La personale capacità di assimilazione e apprendimento del cliente	Quanto tempo (e di quale qualità il cliente) riesce a dedicare all'esperienza educativa; come si sperimenta e come apprende nuove modalità di ascolto e di comunicazione (va sempre rispettato il tempo del cliente)
L'importanza educativa del ciclo vitale	Ogni difficoltà è «inserita» in un contesto e ogni contesto educativo ha i propri cicli vitali. Concludere l'esperienza precocemente o prolungarla oltre i suoi tempi naturali ne snaturerebbero la valenza educativa.