

**CENTRO MILANESE DI TERAPIA DELLA FAMIGLIA**

**Corso di formazione al Counselling Professionale Sistemico**

**Anno scolastico 2009-2010**

***Il Counselling sistemico:  
una cultura della relazione***

**MARIO AVERSANO**

## Le ragioni di un percorso

La scelta di iscrivermi alla Scuola di Counselling del Centro Milanese di Terapia della Famiglia è maturata dalla constatazione di dover acquisire alcuni strumenti necessari alla *relazione di aiuto* ma prima ancora dal desiderio/necessità di riflettere ed elaborare una rinnovata consapevolezza all'interno di un gruppo di lavoro che mi permettesse di acquisire una visione più ampia e documentata del sistema stesso delle relazioni che significano e realizzano l'identità del *sistema-individuo*.

Per la mia biografia umana e professionale (sono e “faccio” il prete in una comunità formativa), l'interesse per il counselling nasce da un bisogno di onestà, dall'esigenza di leggere un aspetto del mio lavoro (la relazione di aiuto) attraverso le categorie del pensiero sistemico (o – più specificamente – del “pensare sistemico”), entro un quadro epistemologico serio, una cornice culturale specifica, una metodologia verificabile, un rapporto diretto con un gruppo di docenti e di colleghi. In sostanza: credo che non si dia onestà se non in un quadro di competenza. Se lo scopo della scuola è dunque la formazione di *counsellor* professionali a orientamento sistemico, le premesse stesse di questa competenza aprono ad una “conversione”, non solo alla conoscenza di un modello teorico ma all'acquisizione della mentalità, quindi del modo di vedere, di ragionare (forse anche di sentire) del “pensare sistemico”. In questo senso, evitando confusioni e ingenuità (*fare* il prete, *fare* l'educatore, *fare* il counsellor, *fare* il confessore significa indossare abiti diversi senza generare equivoci e produrre danni...), il modello sistemico rappresenta uno scenario di sapere più ampio che si propone come premessa possibile dell'individuo, immerso e partecipe di un mondo significativo; come ipotesi di lettura dei significati in cui si dà l'uomo in quanto soggetto in relazione; come approccio culturale, che integra ragionevolmente altri saperi (costruttivismo, postmoderno, teorie della comunicazione, della narrazione) in un quadro di senso – per vocazione – aperto.

Non potendo ancora documentare esperienze di tirocinio, in questo lavoro mi limiterò a presentare alcuni elementi teorici del counselling professionale, per dare conto del processo di apprendimento nel quale mi sono incamminato attraverso lo studio dei testi in bibliografia, la partecipazione alle lezioni e le relative esercitazioni in classe. L'occasione di questo scritto ha provocato in me anche un livello di interrogazione più biografico. Il ritorno a una dinamica scolastica, l'approccio con un sapere differente per contenuto e per statuto epistemologico agli studi filosofici e teologici pregressi, il confronto con una scuola laica sono dati non periferici ma strettamente connessi allo stesso percorso di formazione. La mia attuale esperienza di studente (nell'atto di apprendere un

modello teorico e una competenza professionale specifica) mi spinge a prendere consapevolezza, a confrontare, a integrare la conoscenza di tale modello con la cultura e i codici da cui sono portato e di cui sono portatore, facendomi riflettere sulle possibili modificazioni che l'incontro tra questi modelli produce.

A titolo esemplificativo, a proposito di incontro tra culture diverse, sottolineo un aspetto di notevole impatto. Facendo parte di un'istituzione (la Chiesa Cattolica), dotata di forti premesse ideologiche, che ha tra i suoi obiettivi *la difesa della propria tradizione e il proselitismo religioso*, una delle prime provocazioni con cui confrontarsi consiste nell'accogliere (come assioma) la non esistenza della verità, intesa in senso assoluto. La questione, fuori da preoccupazioni teologiche o filosofiche, rappresenta l'atrio di ingresso di qualsiasi relazione che in quanto incontro tra persone rispettivamente segnate da premesse e pregiudizi specifici pone in rapporto comunicativo (o meta-comunicativo) sistemi di riferimento diversi, quindi verità diverse, che è necessario riconoscere non solo in quanto ispirate a filosofie, religioni, modelli assiologici precisi ma come sistemi culturali (che includono lingua, genere, istruzione e pure le proprie storie familiari e relazionali, comportamenti, emozioni) che sono il sistema di significati di cui e in cui la persona vive. In questo ambito il counselling sistemico offre un quadro culturale e una metodologia di conduzione del colloquio che rispetta e valorizza il cliente nello specifico della propria biografia, *facendo sistema con il suo sistema*.

## **Il Counselling sistemico**

Una delle prime prove che deve affrontare lo studente, motivato ad apprendere l'arte del counselling, consiste nel rispondere alle domande perplesse di chi gli chiede timidamente chi sia e che cosa faccia un counsellor (l'espressione in lingua inglese contribuisce a rabbuiare lo sguardo di chi interroga sull'argomento). Nel momento in cui cerca di rispondere, lo studente prende atto della sua stessa difficoltà a spiegare in modo chiaro e sintetico i contorni di questa professione, avvertito dalle prime ore di lezione e da alcune letture, che il paragone con la psicoterapia o l'uso eccessivo di frasi negative (*il counselling non è questo, non è quest'altro...*) non depongono a favore della comprensione.

Se lo studente in questione è pure prete, si aggiunge il problema di distinguere l'intervento del counselling da quello che offre un *padre spirituale*, un confessore, un ministro di culto. Qualcuno magari azzarda l'espressione "guida spirituale laica", credendo di trovare in simile analogia un termine di paragone vicino e chiarificatore. Ma l'effetto finale consiste soprattutto nel faticare a

riconoscere una funzione e una utilità specifica del counsellor, al punto che qualcuno chiede se si tratti di acquisire una “infarinatura di psicologia” (letterale) per essere un po' più attrezzati nell'ascolto degli altri e, alla fine, concluda spazientito: “Ma che cosa aggiunge *questa scuola* a ciò che stai già facendo?”

In effetti non si tratta di aggiungere ma di distinguere e delimitare, di dare un preciso contorno all'intervento professionale del counsellor (né psicoterapeuta, né prete!) che “accoglie la richiesta di aiuto del cliente, solo con l'obiettivo di ridefinirla al più presto. *Da persona che chiede aiuto perchè non ce la fa da sola*, il cliente deve diventare, attraverso gli interventi del counsellor, una persona che impara a riattivare le sue risorse interne e a reperire e utilizzare al meglio quelle esterne fino a farcela da solo. L'obiettivo del counsellor è quello di diventare al più presto non più necessario.”<sup>1</sup> Per questo motivo il counsellor non può essere definito e soprattutto *non deve essere* una guida, un esperto, un consigliere, qualcuno che accondiscende alla domanda del cliente “*Che cosa devo fare?*” offrendo soluzioni, proponendo interpretazioni, prescrivendo comportamenti, dispensando consigli, ricorrendo al patrimonio del “buon senso” o addirittura facendo di sé e della propria esperienza di vita il modello a cui ispirarsi. La delimitazione delle competenze del counsellor corrisponde quindi a un obiettivo specifico che viene ulteriormente precisato dal modello sistemico.

Una premessa fondamentale della scuola sistemica consiste nella rinuncia all'uso di *etichette* (specie se di natura patologizzante) perchè il cliente (termine che non definisce una condizione di disagio) va accolto e riconosciuto come uno *sconosciuto* che non si può pensare di capire in poche battute. Tale posizione contribuisce anzi a valorizzare ed attivare il contributo stesso del cliente nel percorso di aiuto. Ciò non significa disporsi ideologicamente a “chiudere” con i pregiudizi personali, come se fosse possibile uscire dai propri schemi mentali, ma ad averne consapevolezza proprio per non esserne implicitamente condizionati. Neppure significa rinunciare a formulare delle *ipotesi* sui motivi che generano disagio nel cliente, anche perchè una qualche *mappa* dovrà certamente essere elaborata. Ma essere disposti a non trasformare le proprie ipotesi in teorie, in verità da cui lasciarsi sedurre perchè “*spiegherebbero tutto*”.

La conduzione del colloquio (*condurre senza guidare*) è dunque affidata da subito alla delimitazione della questione portata dal cliente, la cui entità e complessità permetterà di capire se il counselling sia il genere di intervento adeguato alla situazione o si debba piuttosto inviare il cliente ad altro esperto. Tale delimitazione rappresenta l'ambito di lavoro fondamentale del primo incontro: la negoziazione dell'oggetto da affrontare pone counsellor e cliente in una posizione di *alleanza* su cui potranno accordare modalità dell'intervento, obiettivi da raggiungere e numero di incontri adeguato (da 1 a 7-8 sedute, a seconda dei casi).

---

1 S. Quadrino, *Il colloquio di counselling*, 2009 Torino, pag. 15

Ora, ponendo che l'amico di prima – quello che vi chiedeva del counselling – abbia cominciato a manifestare un certo interesse per quanto gli state dicendo (l'idea di aiutare qualcuno ad aiutarsi e l'importanza di non mettere etichette sono coordinate che lo persuadono), la domanda più elementare che egli possa rivolgervi è: “*Ma in sostanza che cosa succede? Lasci che il cliente si sfoghi? Lo ascolti con attenzione?*”. La domanda non va sottovalutata, anche perchè crediamo di sapere in che cosa consista l'ascolto e ci siamo persuasi che “*a volte basti svuotare il sacco per sentirsi subito meglio*”.

La relazione va condotta in modo tale che ci sia equilibrio tra i messaggi in entrata e quelli in uscita (ciò che porta il cliente e ciò che il counsellor dice al cliente): né lo sfogo senza contenimento del cliente, né i sermoni prolissi del counsellor attivano una comunicazione adeguata alle esigenze del colloquio. Si tratta di offrire un ascolto attivo che consenta al cliente e al counsellor di circoscrivere la questione, senza lasciarsi ipnotizzare dalla *storia dominante* del cliente. Per storia dominante si intende la narrazione dei fatti che una persona ha imparato a elaborare e a ripetere (e soprattutto ripetersi) per dare conto della situazione che vive. Come sappiamo ogni comunicazione è costituita da una particolare *punteggiatura* (terzo assioma della comunicazione, P. Watzlawick), che tende a inserire nessi tra gli avvenimenti (ad esempio dell'ordine causa-effetto), cristallizzando quel racconto e la “verità” che porta. Tocca al counsellor, che ha accolto con rispetto e fiducia la storia del cliente a cui deve credere (non esiste verità oggettiva, ma la verità così come è vista e percepita dal cliente), rivolgere quelle domande che consentono al cliente di vedere e considerare i fatti attraverso punti di osservazione che non aveva considerato. Ciò, invece di un generico e inefficace incoraggiamento a non perdere la fiducia, consentirà al cliente di intuire una via di uscita rispetto all'*impasse* che sta vivendo, se attraverso l'apprendimento di una possibile storia diversa non rimarrà invischiato nella trama della storia dominante da cui si sente bloccato.

“La storia dominante “contiene inevitabilmente (e quasi mai intenzionalmente) omissioni, sostituzioni, accentuazioni, deformazioni. Mescola fatti e interpretazioni, trasforma connessioni temporali (prima...poi...) in nessi causali (siccome...allora). Ma quella storia è vera fino al momento in cui il narratore non la sostituisce con un'altra storia altrettanto accettabile e dotata di senso per lui.”<sup>2</sup>

Nella relazione con il counsellor il cliente può sperimentare una narrazione nuova, attraverso l'esercizio di co-scrittura o co-costruzione che fa del counsellor qualcuno che affianca il cliente, senza mai sostituirsi a lui. Il modo di procedere del counsellor richiede quindi da una parte la capacità di stare con il cliente, di rimanere alla sua storia, di esprimere empatia, di confermare i suoi sentimenti, di mettersi nei suoi panni; dall'altra, di mantenere un atteggiamento decentrato,

---

2 Ibidem, pag. 57

multifocale, curioso, che non si arresti alla stessa palude su cui sta il cliente, ma gli consenta una modificazione della propria storia. Il pregiudizio positivo che muove il counsellor consiste nel considerare il cliente non in termini problematici ma a pensarlo dotato di risorse e competenze relazionali, culturali, sociali che ancora non riesce a scorgere ma di cui si può sprigionare l'energia. Per fare questo, il counsellor - attraverso le ipotesi che continuamente verifica e riformula - elabora domande e fa uso delle risposte "scegliendo e selezionando, nel racconto del cliente, gli aspetti che più si prestano a tentare un percorso di sviluppo delle sue capacità di fronteggiamento e di ricerca di soluzioni, li valorizza, li sottopone a verifiche di solidità, li restituisce al cliente perchè li sperimenti lui stesso nei suoi contesti di vita."<sup>3</sup> Seguendo un movimento che conduce *dal micro al macro*, il counsellor, attraverso le *domande circolari*, allarga il contesto selezionando le *informazioni* necessarie (esse differiscono dai meri dati, perchè collegano questi ultimi con il sistema di relazioni e aggiungendo attraverso *differenze* elementi che permettono di fare connessioni specifiche alla storia del cliente) alla scoperta di nuovi significati<sup>4</sup>.

Nella relazione si incontrano due persone portatrici ciascuna di esperienze e di pregiudizi che costituiscono la cultura/la visione del mondo di ciascuno (C.M.M.): sono dunque due sistemi di significati quelli che si incontrano e lo stesso counsellor deve poter maturare una consapevolezza auto-riflessiva perchè non sia giocato dalle sue premesse e sappia cogliere il suo stesso essere parte di un sistema relazionale da quando ha cominciato il suo dialogo con il cliente. Dunque, attraverso la svolta della *seconda cibernetica*, in particolare l'indirizzo del *costruzionismo sociale*, abbiamo assunto l'evidenza che non è possibile distinguere due posizioni separate tra quella dell'osservato e quella dell'osservante: il counsellor (come il terapeuta) è parte del sistema osservato (Von Foester), il suo sguardo, la sua visione del mondo è coinvolta all'interno della relazione, per cui il counsellor sistemico è chiamato a "mantenere una visione circolare degli eventi accanto quella lineare propria del senso comune" (L. Boscolo, P. Bertrando). D'altra parte la comunicazione (che secondo il modello della C.M.M. non si limita agli elementi CONTENUTO e RELAZIONE, ma integra gerarchicamente gli elementi del CONTESTO: biografia, genere, appartenenze culturali, atti linguistici, episodi...) non si incarica di rappresentare i dati del reale ma è il processo stesso attraverso cui gli individui costruiscono significati: "ogni sistema di relazioni è un sistema che si genera nel linguaggio e che costruisce i propri significati" (Massimo Giuliani).

La relazione costituita da counsellor e cliente è quindi ciò che determina il contesto in cui acquista senso la narrazione che il soggetto fa di sé, proprio a partire dall'incontro tra le credenze di ciascun soggetto. Tali credenze da cui scaturiscono le basi per le proprie storie dominanti possono aprirsi a

---

3 Ibidem, pag. 61

4 Le domande circolari possono essere anche descritte come metodi di indagine socratico sostenuto dalla definizione di Gregory Bateson secondo cui l'informazione non è altro che "notizia di una differenza" L. Boscolo, G. Cecchin,

nuove narrazioni (che ampliano, integrano ma pure de-costruiscono e ricostruiscono le storie di partenza), che includono oltre ai modelli di valore del cliente anche il contributo attivo del counsellor e del suo mondo di significati (chiamato esso stesso a lasciarsi modificare dalla relazione). D'altra parte, nella stessa formulazione delle domande il counsellor inserisce alcune *informazioni* (Boscolo, Cecchin) che incidono sulla lettura stessa dei fatti dal parte del cliente. Le domande infatti sono rivelatrici della epistemologia, della cultura del counsellor prima ancora degli eventuali *commenti*, delle *attribuzioni* o delle *esplicitazioni* che questi potrà formulare nel corso del colloquio.

Non esistono dunque domande neutre, anche se è necessario che il counsellor esprima un atteggiamento neutrale (o multifocale) e comunque sia avvertito delle proprie precomprensioni, per evitare di leggere la situazione del cliente attraverso il limite dei propri filtri: “nella relazione io-counsellor/tu-cliente, l'io del counsellor non è un io inattivo, disincarnato e anemotivo. E' un io che pensa, che prova emozioni, che può trovarsi all'improvviso trascinato in una tempesta di ricordi e sensazioni che una parola o un frammento del racconto del cliente ha suscitato in lui.”<sup>5</sup>

E' dunque fondamentale che il counsellor conduca il colloquio con rispetto e trasparenza, condividendo ogni passaggio con il cliente e attivandone il contributo: “i materiali che emergono dalla esplorazione-raccolta vengono rivisti e d esaminati insieme al cliente, selezionati, riorganizzati e ricollocati in modo da rendere possibile la co-costruzione di nuovi significati, la comparsa di nuove strade o di nuove storie.”<sup>6</sup>

Paradossalmente è come se il counsellor e il cliente fossero reciprocamente ingaggiati entro una sfida comune: prendere consapevolezza del proprio sistema di significati in quanto sfondo su cui si staglia la situazione indagata, per superarlo e arricchirlo di nuove connessioni. Il cambiamento della *cornice* pone il *quadro* sotto una luce diversa e mette il cliente in una una prospettiva inedita, che nascendo dall'osservazione di se stesso e degli altri attori della sua storia, entro una precisa trama relazionale, gli permette di uscire dalle secche in cui si era arenato. Tale apprendimento pone il counsellor nella condizione di “passare al suo cliente le insegne di guida. Di guida di se stesso, abile e abilitato a usare gli strumenti che ha sperimentato nel percorso di counselling per affrontare nuovi viaggi, nuove avventure.”<sup>7</sup>

Potremmo affermare che la professionalità e l'efficacia del counsellor coincida con la sua capacità di sottrarsi progressivamente dal *sistema del cliente* per portarlo a riconoscersi pienamente titolato ad assumere protagonismo e competenza nel fronteggiare le sfide che gli sono poste innanzi. Un

---

L. Hoffman, P. Penn, *Clinica Sistemica*, (1987) 2004, pag. 112

5 S. Quadrino, *Il colloquio di counselling*, 2009 Torino, pag. 102

6 Ibidem, pag. 124

7 Ibidem, pag. 221

contributo, quello del counsellor, che pone nella precomprensione ottimistica (ma non buonista), nella curiosità empatica, nell'umiltà (come rinuncia al potere e alla sopraffazione) e nella compartecipazione del cliente alcuni tratti peculiari del suo intervento di sostegno.

## **Domande che aprono**

Nella mia attività di sacerdote vengo interpellato da persone che in vario modo chiedono ascolto, aiuto, consigli per la propria vita e le proprie scelte, in momenti di fatica o di cambiamento. Normalmente (ma non sempre) la richiesta tiene conto del ruolo che rivesto: la persona cerca il confronto con il punto di vista, il sistema di valori, la prospettiva simbolica di una *confessione* verso cui nutre sentimenti di appartenenza. In effetti, un sacerdote viene interpellato (esplicitamente o implicitamente) a dire “che cosa pensa la Chiesa”, ad offrire una visione del mondo, ad istruire rispetto a codici, norme, comportamenti.

Tale quadro risulta decisamente alternativo rispetto alla cornice del counselling e all'approccio sistemico. Inoltre la condivisione - almeno teorica - di una matrice religiosa comune e l'asimmetria dei ruoli, anche nel senso di una gestione del potere che il sacerdote esercita e che supera l'ingaggio relativo al dialogo di aiuto (il prete fornisce prestazioni religiose specifiche, insegna l'ortodossia della fede, giudica comportamenti morali, consente o vieta la partecipazione ai sacramenti) stabiliscono definitivamente una netta distinzione tra la prestazione e gli obiettivi del counsellor rispetto alla guida spirituale.

Nonostante tali distinzioni, credo che rimanga un problema di fondo: la persona che chiede aiuto, che cerca di fare chiarezza nella propria vita, che desidera agire cambiamenti significativi in quali condizioni di interazione può trovare il sostegno adeguato? Quali sono le condizioni di possibilità che sottostanno alla dinamica di ascolto in una relazione di aiuto? Al di là delle tradizioni o correnti di pensiero di cui ciascuno risulta debitore, è possibile sostenere efficacemente qualcuno senza coinvolgerlo nel processo stesso di aiuto? E' possibile aiutare qualcuno correggendo, sostituendo, proponendo altre verità rispetto a quella di chi chiede sostegno? Non è proprio nell'assunzione consapevole di sé, nel reperimento personale di nuovi significati che ci si abilita a risposte responsabili?

C'è un dato generalissimo che accomuna la relazione tra un prete e un fedele, tra un counsellor e un cliente, tra un terapeuta e un paziente, c'è un *fare* di cui si palesa l'evidenza: essi parlano, comunicano. Questo parlarsi è precisamente un *fare*: non c'è comunicazione che non sia

comportamento, non c'è comportamento umano che non sia comunicazione (*Pragmatica della Comunicazione Umana*, P. Watzlawick).

L'osservazione e l'apprendimento delle regole della comunicazione rappresenta dunque un ambito necessario alla conduzione di quella più specifica forma di dialogo interpersonale che è la relazione di aiuto. Le interazioni che counsellor e cliente stabiliscono sono il terreno creativo entro il quale può darsi l'esercizio di "riscrittura", la possibilità di scorgere nuovi punti di vista (attraverso le domande circolari, ipotetiche e sul futuro) che aprono prospettive ulteriori sul caso portato dal cliente. L'interazione, al di là degli aspetti più strategici, determina peraltro una modificazione nello stesso counsellor (come nel terapeuta) perchè non c'è conoscenza o interazione che, in quanto azione, non determini un cambiamento.

Se nel paragrafo precedente ho provato a descrivere alcuni tratti specifici del counselling sistemico, adesso sto tentando di esplicitare la domanda che, accompagnando il mio percorso di apprendimento, mi offre la possibilità di riflettere sulla modalità di accoglienza e di accompagnamento di quanti, in questi anni, hanno bussato alla mia porta per "chiedere aiuto". Esplicito una domanda, niente di più. Mi trovo in una fase così acerba, rispetto all'apprendimento del modello sistemico, da considerare precoce un confronto serio sulla questione. Eppure, mantenerla sullo sfondo, mi aiuta a considerare la possibilità di distinguere in chi mi interpella la domanda di aiuto che necessita della parola di perdono di un prete, dall'offerta di una informazione di tipo religioso, dal contributo del counselling sistemico.

L'ipotesi che qui abbozzo, interrogandomi peraltro sulla sua stessa liceità, impone necessariamente che si aiuti il cliente (forse adepto, forse penitente) a chiarire, nella relazione che stabilisce, quale tipo di richiesta intenda veramente avanzare, non solo per indirizzarlo al professionista adeguato, ma perchè prenda atto egli stesso di ciò di cui più necessita, facendosi attivamente partecipe.

In questo l'approccio sistemico consegna un atteggiamento culturale e un metodo di lavoro che sembrano tutelare la verità del cliente (anche quella di tipo religioso), allargando in lui (e nello stesso sguardo del professionista) la possibilità di reperire nuovi significati, di esercitare la propria libertà e di auto-appropriarsi di sé e dei propri progetti. Il counsellor (e il prete?) che coltiva una *visione* sistemica favorisce le condizioni di libertà e di creatività entro cui una persona può attivare la propria responsabilità nella dinamica di riscatto e ri-partenza della propria vita.

## **BIBLIOGRAFIA**

P. Watzlawick, J. H. Beavin, D. D. Jackson, *Pragmatica della Comunicazione umana*, (1967) 1971, Roma

L. Boscolo, G. Cecchin, L. Hoffman, P. Penn, *Clinica Sistemica*, (1987) 2004, Torino

S. Quadrino, *Il colloquio di counselling*, 2009, Torino