

# *Relazione del corso di counselling I anno*

*Il (mio) punto della situazione ...*

*Emanuela De Marinis*

# *Relazione del corso di counselling (I anno)*

## *Introduzione*

Il seguente elaborato tratterà di alcuni dei punti chiave del counselling sistemico visto dal punto di vista di un'allieva del primo anno del suddetto corso. In vari punti si noteranno dei paralleli tra il lavoro del counsellor e il lavoro dell'educatore, ma con questo non si vuole assolutamente confondere o paragonare le due professioni così diverse tra loro. È, invece, un modo per esporre il punto di vista di chi è educatore e si accinge a diventare anche counsellor e che non può fare a meno di creare "relazioni" tra gli ambiti della vita che gli sono propri. Il fatto di essere educatore implica l'aver intrapreso studi pedagogici e avere quindi anche un back-ground di conoscenze filosofiche e psicologiche. L'apertura e la multidisciplinarietà sono essenziali per chi oggi si cimenta in questo tipo di studi. Anche questo aspetto fa parte della scelta di integrare gli studi pedagogici con un corso di counselling a indirizzo sistemico: questo può arricchire la teoria e la pratica pedagogiche e può essere una sorta di lente per guardare il mondo e le relazioni.

L'approccio sistemico nel counselling ha di per sé molti aspetti pedagogici come per esempio la tendenza a depatologizzare l'individuo, il puntare sulle risorse già esistenti, è una pratica che ricorda la maieutica socratica per il fatto che "tira fuori" senza cercare di indottrinare le persone.

Per questi motivi nel seguente elaborato saranno messi in risalto gli aspetti del counselling sistemico che potremmo considerare pedagogici; proprio perché chi scrive parte dal punto di vista del lavoro educativo.

Vorrei puntualizzare che questa idea di counselling come momento pedagogico è sorta dopo questo primo anno di corso in cui mi è stato possibile riflettere e approfondire tale pensiero. Alla domanda: “cosa ti ha lasciato questo primo anno?” risponderei proprio che ho trovato molto di educativo in questa professione e, soprattutto, nell’approccio sistemico in generale. Ho notato come le dinamiche all’interno delle lezioni abbiano rispecchiato un metodo di lavoro sistemico e come le dinamiche all’interno del gruppo abbiano permesso la messa in pratica degli stessi principi dell’approccio sistemico.

## *1. Una “lente” per vedere diversamente*

*«Vieni a giocare con me» [...] «Non posso giocare con te», disse la volpe, «non sono addomesticata» [...]*

*«Che cosa vuol dire “addomesticare”?»*

*«È una cosa da molto dimenticata. Vuol dire “creare dei legami”...»*

*Antoine De Saint-Exupéry*

Il titolo di questo paragrafo può dar l'idea che ci sia una relazione diretta tra il counselling e il lavoro educativo. In realtà il legame tra le due professioni è un pensiero scaturito da chi svolge l'attività di educatore e, accingendosi a divenire counsellor, ipotizza che la professione del counsellor (sistemico) possa essere motivo di accrescimento e “lente di ingrandimento” per l'educatore. Dunque non vi è una relazione diretta tra queste ma possono collegarsi se viste da un certo punto di vista. Tale idea è nata da un desiderio di arricchire gli studi pedagogici con una professionalità sfruttabile sul piano pratico e che innescasse un circolo virtuoso tra saperi acquisiti. È necessario puntualizzare che il counsellor e l'educatore svolgono funzioni diverse con modalità proprie e peculiari. Il motivo per cui esse vengono citate insieme in una relazione del corso del primo anno di counselling sistemico è che il lavoro del counsellor ha in sé una componente pedagogica si può dire intrinseca; cioè alcuni suoi aspetti li ritroviamo nel lavoro educativo come per esempio la componente maieutica del “tirar fuori” e del puntare sulle risorse esistenti, o ancora la componente attiva che l'individuo deve avere nel processo di evoluzione personale, o ancora un processo in cui sono coinvolte due persone.

Il fatto di citare “l’educazione” all’interno di tale lavoro deriva dal fatto che la professione del counsellor in questo caso è riletta nella sua componente pedagogica e non, per esempio da un punto di vista delle teorie della comunicazione e del loro effetto nel colloquio, o dal punto di vista degli strumenti che può utilizzare il counsellor (domande ...). Indipendentemente dalla prospettiva da cui si guarda, il contenuto e le competenze di questo esperto non cambiano, cambia solo il punto da cui si parte per analizzarlo.

Il motivo per cui si è scelto il titolo “Il counselling sistemico come lente” concerne l’uso che si intende fare di questa pratica. Per chi è impegnato nel lavoro educativo l’approccio sistemico può fornire strumenti che servano da “lente di ingrandimento” per poter osservare meglio e in modo diverso i fatti e le persone. Il counselling può aiutare nel lavoro educativo se praticato in un luogo e in un setting altro rispetto agli spazi educativi, come la classe, il centro giovani, la comunità, ect. Il counselling può aiutare a far evolvere situazioni bloccate o a superare difficoltà agli studenti, agli insegnanti, ai genitori, ect. ma non bisogna confondere questo col fatto che abbiamo avanzato l’idea che il counselling conservi in sé una componente pedagogica intrinseca per gli effetti che può avere o per gli strumenti che può fornire a chi ne fa uso.

Il titolo “Il counselling sistemico come lente” riguarda anche la mia personale scelta di intraprendere un corso come quello in questione. Gli anni di studi universitari hanno fornito conoscenze di base delle scienze dell’educazione, ma senza dare conoscenze di tipo pratico o un indirizzo specifico, per cui si è pensato che la scelta di approfondire lo studio delle teorie sistemiche e del counselling fosse un modo per integrare il percorso fatto e imparare una professione, diversa da quella dell’educatore o insegnante o pedagoga, da spendere comunque all’interno degli ambienti educativi.

## *2. Il counselling sistemico come processo di evoluzione*

*“Dai un pesce a un uomo e lo nutrirai per un giorno. Insegnagli a pescare e lo nutrirai per tutta la vita”*

*Proverbio cinese*

Il proverbio cinese sopracitato racchiude, a parer mio, uno degli obiettivi principali del counselling sistemico. In realtà ha in sé anche il fine ultimo di molti processi educativi; pensiamo, per esempio, all'educazione che tramandano i genitori ai figli: si passano a questi ultimi valori, norme, usanze della cultura di appartenenza e quelli propri della famiglia e si auspica che, crescendo, questi possano praticarli senza più l'aiuto del papà e della mamma. Si potrebbero fare molti altri esempi, ma questo è già di per sé molto esplicativo. Questa comunanza di obiettivi è ciò che mi ha fatto pensare che l'intervento di counselling abbia in sé una componente pedagogica, ma non solo. Iniziamo a dire che “il counselling è un intervento interpersonale nel quale due o più persone condividono saperi ed esperienze atte a creare le condizioni perché la persona che chiede aiuto scelga e decida in modo informato e autonomo di attivare comportamenti, pensieri e modi di sentire che soddisfano le intenzioni e le aspettative costruttive di vita proprie e degli altri [...] Si tratta della scoperta e della condivisione di significati, del recupero e della simbolizzazione di vissuti che permettono di dare senso a ciò che fa la persona che chiede aiuto. Il cliente crea significati nel dialogo con il consulente, scopre nuove alternative e le comprende nel contesto della vita personale, interpersonale, culturale e interculturale”<sup>1</sup>. In particolare, “un intervento di counselling sistemico consiste in un processo di aiuto articolato in un numero ristretto di colloqui, volti a rispondere ad una domanda di aiuto posta da un cliente [...] in relazione a transizioni evolutive percepite come faticose o critiche. Si tratta dunque di una particolare tipologia di relazione di aiuto con caratteristiche proprie e differenti da

---

<sup>1</sup> Coordinamento Nazionale Counsellor Professionisti, *La bussola del counsellor*, Alpes, 2007; p. 2-3.

altri possibili interventi”<sup>2</sup>. Le transazioni evolutive sono cambiamenti di vario genere presenti nei processi evolutivi che contraddistinguono i sistemi umani. Vedendo il counselling non come un percorso con obiettivi clinici, diverso quindi dalla psicoterapia, possiamo dire con altre parole che ha come obiettivo: “Lo sviluppo, visto come evoluzione sia verso una maggiore autoconsapevolezza e autodeterminazione che verso una migliorata capacità di selezionare ed attivare le proprie risorse personali e relazionali”<sup>3</sup>; si parla, ancora, di sviluppo del sistema che sia questo una famiglia o un singolo individuo. Questo sviluppo punta a far evolvere l’individuo verso condizioni relazionali superiori tenendo conto delle sua possibilità e potenzialità, attivando le sue risorse e affrontando le transazioni evolutive che si presentano. Si punta all’autonomia del cliente che deve essere soggetto attivo del proprio cambiamento cercando di evitare qualsiasi rapporto di dipendenza che bloccherebbe la sua crescita. Questo allenamento all’autonomia a alla ricerca di soluzioni e di ampliamento del modo di vedere le cose, è basato sul presupposto che sono presenti risorse nell’individuo e sulla scommessa che il “cliente sa essere creativo nella normalità delle situazioni”<sup>4</sup>; si deve, quindi, credere nelle sue potenzialità.

La fiducia nelle potenzialità del cliente si riferisce al fatto che nel counselling sistemico si lavora sul buono poiché questo tende ad espandersi a macchia d’olio<sup>5</sup> e si tende a depatologizzare proprio perché si punta su quello che va e non sulle mancanze. Lavorare sul negativo, cioè sul problema, non fa che affermare l’esistenza del problema stesso. Questo ultimo aspetto non è solo una peculiarità del counselling, bensì anche all’interno delle relazioni educative che hanno come protagonisti individui con storie o situazioni difficili. Tale modalità non è un modo per evitare le difficoltà, ma è un modo per rafforzare le qualità di ognuno non solo nel counselling, ma anche nell’educazione.

---

<sup>2</sup> Sabrina Piroli, *Counselling sistemico. Ascoltare, domandare, coevolvere*, Psicologia Uni.Nova, Parma, 2006; p. 65.

<sup>3</sup> Sabrina Piroli, *Counselling sistemico. Ascoltare, domandare, coevolvere*, p. 66.

<sup>4</sup> Appunti tratti dal seminario della Dott.sa Quadrino, “Counselling e comunicazione nei diversi contesti”, Milano, 27.03.2010.

<sup>5</sup> Appunti tratti dalle lezioni tenute dalla Dott.sa Caiani e Pereira, “Le domande riflessive”, Milano, 27.01.2010.

## 2.1. Più possibilità più scelta

*“Un buon osservatore, sostiene Bateson, deve saper riconoscere la differenza fra cambiare punto di vista entro un contesto dato per scontato, e cambiare quel contesto”*

*Marianella Sclavi*

Il counsellor si deve fare strumento per aiutare il cliente ad aumentare le possibilità di visione e di punti di vista. Se si cambia prospettiva si vedono le cose diversamente e per cambiare visione sul passato, dato che non lo si può cambiare, si può però guardarlo con diverse chiavi di lettura: il counsellor cerca di aiutare il cliente a raccontarsi quella determinata storia alla luce dei fatti del presente. Questo dà vita ad una co-costruzione di significati tra counsellor e cliente. Oltre a ciò, sono essenziali le ipotesi rispetto alla storia del cliente e i significati che il counsellor introduce nel colloquio; più significati si introducono più si lavora sulla flessibilità e sull'accrescimento delle possibilità, e si preparano quindi le basi per un maggiore benessere.

A proposito dell'ampliamento dello sguardo, e del conseguente aumento di scelta di opzioni, Marianella Sclavi in una delle sue sette regole dell'arte di ascoltare (tutte utili al counsellor sistemico) afferma: “ Quel che vedi dipende dal tuo punto di vista. Per riuscire a vedere il tuo punto di vista, devi cambiare punto di vista”<sup>6</sup>. Un'altra regola invece afferma: “Un buon ascoltatore accoglie volentieri i paradossi del pensiero e della comunicazione. Affronta i dissensi come occasioni per esercitarsi in un campo che lo appassiona: la gestione creativa dei conflitti”<sup>7</sup>. Per spiegare nei dettagli le due regole ci vorrebbe un capitolo a sé; per questo lavoro ci basta ricollegarci ad esse solo

---

<sup>6</sup> Marianella Sclavi, *Arte di ascoltare e mondi possibili. Come si esce dalle cornici di cui siamo parte*, Bruno Mondadori, Milano, 2003; p. 63.

<sup>7</sup> *Ibidem*.

per alcuni aspetti. In particolare la prima regola citata è, a parer mio, essenziale per iniziare ad uscire da una situazione bloccata o da una modalità di pensiero statica; chiaramente deve esserne consapevole per primo il counsellor. Egli può aiutare il cliente in questa direzione con delle modalità che caratterizzano la sua professione, esse sono l'ascolto attivo, le domande e la conseguente coevoluzione. Secondo Sabrina Piroli: "Il counselling sistemico, pur mantenendo ferma l'importanza dell'ascolto, restituisce un ruolo di primaria importanza alla domanda ed al suo potenziale chiarificatorio e di sviluppo, e favorisce l'acquisizione di un ruolo attivo per il counsellor"<sup>8</sup>.

In questo processo di sostegno e di intervento quasi maieutico (tirar fuori) il counsellor deve sempre avere consapevolezza del proprio stile comunicativo ed è auspicabile che abbia analizzato e riflettuto sulle proprie posizioni, pregiudizi, stereotipi, modi di vedere e relazionarsi al mondo, etc. pena la cattiva riuscita del colloquio. Oltre a cogliere tali aspetti di sé il counsellor deve indagarli anche nel cliente e afferrare il suo analogico integrandolo coi contenuti verbali.

Per favorire lo sviluppo e l'apertura a nuove possibilità è necessario un cambiamento di visione non sempre facile. Avventurarsi fuori da una cornice conosciuta è difficile e non si è sempre abituati a pensare "fuori dagli schemi"; anzi percepiamo il cambiamento spesso come un disordine o un disagio. Invece, come consiglia Sclavi, si potrebbero sfruttare le situazioni di difficoltà "andando contro vento": usando il vento come alleato andando a zig-zag. Il disagio provato può diventare un momento per capire meglio cosa sto facendo per poi modificarlo; per far ciò "si deve metacomunicare e sapere che si può andare contro vento"<sup>9</sup>. L'apprendere schemi nuovi resta un processo tortuoso e non immediato, ma il cambiamento è utile per evolvere; una spiegazione a questa resistenza è data dal concetto di deuterio-apprendimento proposto da Gregory Bateson. Ad esempio, riferendosi ai soggetti sperimentali, egli ritiene che i più efficaci siano quelli che hanno già fatto esperienza dell'esperimento poiché hanno appreso ad apprendere, non si limitano a salivare o a ripere le sillabe

---

<sup>8</sup> Sabrina Piroli, *Counselling sistemico. Ascoltare, domandare, coevolvere*, op. cit., p. 73.

<sup>9</sup> Appunti tratti dal seminario tenuto dalla Marianella Sclavi, "Arte di ascoltare e mondi possibili", Milano, 8.05.2010.

corrette. Si può dire che : “Il soggetto apprende a dirigersi verso certi tipi di contesto, o che sta acquisendo un certo intuito per il contesto del risolvere problemi”<sup>10</sup>. L’apprendere ad apprendere, in qualunque situazione ci si trovi, richiede comunque un certo tasso di esperienza.

Tutto questo serve a dire che il counsellor può anche essere visto come l’osservatore e l’ascoltatore attivo di cui parla la Sclavi. Egli cerca di costruire col cliente questa modalità dell’imparare a imparare anche dalle situazioni di difficoltà. Possiamo dire con la Sclavi che: “Gli organismi che apprendono si muovono entro orizzonti di possibilità orientate dalla propria cultura, ma almeno teoricamente possono anche trascendere questi orizzonti, uscire da queste cornici, produrre abduzioni innovative e creative [...] In una prospettiva fenomenologica l’osservatore, consapevole del fatto che ciò che vede dipende dalla prospettiva in cui si colloca e che per vedere il suo punto di vista deve cambiare punto di vista, è un costruttore attivo di abduzioni. Non solo si trova di fronte a eventi sorprendenti, ma li crea”<sup>11</sup>. È dunque importante che il counsellor tenga sempre conto che le ipotesi che formula sono soggettive e derivano dal suo personale punto di vista indagando le ragioni del cliente in un atteggiamento di curiosità ed empatia; con l’atteggiamento di curiosità: “il counsellor sarà consapevole di agire in base alle proprie premesse sociali, culturali e biografiche, e a partire da queste sarà curioso di comprendere posizioni anche radicalmente diverse da esse, considerando tutti i comportamenti e tutte le ragioni [...] degli individui e dei sistemi che incontra”<sup>12</sup>.

Proprio per quello che si è appena esposto torniamo a dire che anche per questi motivi il counselling sistemico conserva in sé un atteggiamento pedagogico. Anche nelle situazioni educative, difficili e non, è sempre complesso far accettare all’educando una situazione nuova che comporta l’abbandono degli schemi messi in pratica fino al quel momento. Come nel counselling l’individuo non apprende subito nuove strategie, ma ci vogliono molti tentativi e, talvolta, molti errori. L’ampliamento delle possibilità

---

<sup>10</sup> Gregory Bateson, *Verso un’ecologia della mente*, Adelphi, Milano, 2007, p. 207.

<sup>11</sup> Marianella Sclavi, *Arte di ascoltare e mondi possibili. Come si esce dalle cornici di cui siamo parte*, op. cit. pp.247-248.

<sup>12</sup> Sabrina Piroli, *Counselling sistemico. Ascoltare, domandare, coevolvere*, op. cit., p.79.

di visione e di scelta costituisce in ogni caso un momento delicato ma essenziale per l'evoluzione di ognuno.

### *3. I punti chiave del colloquio*

#### *3.1. La riformulazione*

Come si è già detto il counselling sistemico attribuisce un ruolo fondamentale alla domanda, riconoscendo inoltre l'importanza dell'ascolto; l'uso della domanda fa sì che il counsellor abbia un ruolo attivo all'interno del rapporto col cliente. Possiamo riassumere ciò dicendo: "Il counselling sistemico consiste in interventi di comunicazione [...] durante i quali il counsellor, mediante un ascolto attivo del cliente ed attraverso la formulazione di domande, verifica, modifica o decostruisce ipotesi di lavoro, implementando nel cliente l'autoconsapevolezza e l'autodeterminazione necessarie ad organizzare al meglio le risorse, utili per superare le transizioni critiche e compiere scelte evolutive e di sviluppo"<sup>13</sup>. Lo strumento principale con cui si applica l'ascolto attivo è la riformulazione che è l'utilizzo delle stesse espressioni, frasi, stile... che il cliente adopera per raccontare la sua esperienza. Questa può essere una ripetizione di parole (eco) o di sequenze di frasi (parafrasi) particolarmente rappresentative o significative per il colloquio stesso e serve a rimandare al cliente la conferma che il counsellor sta ascoltando attentamente ciò che dice. La riformulazione di primo livello, cioè quella in questione, è efficace soprattutto quando il cliente si trova in difficoltà ad esprimere un qualche contenuto. Vi è poi la riformulazione di secondo livello volta a riassumere "passaggi comunicativi complessi"<sup>14</sup>, siano essi eventi, comportamenti o emozioni. Il riassunto può comportare il rischio di cadere nell'interpretazione, poiché non si tratta di una selezione oggettiva avendo al suo interno le premesse proprie del counsellor. La ristrutturazione è "l'introduzione di

---

<sup>13</sup> Sabrina Piroli, *Counselling sistemico. Ascoltare, domandare, coevolvere*, op. cit., pp.73-74.

<sup>14</sup> Op. cit., p.75.

nuove cornici e quindi di nuovi significati”<sup>15</sup>. Essa va per così dire dosata poiché riformula facendo sì che emerga qualcosa di nascosto; consente di attribuire un significato differente alle esperienze vissute dal cliente “dando una nuova struttura alla sua visione del mondo, concettuale ed emozionale, e ponendola in condizione di considerare le situazioni esperite da un punto di vista inesplorato, aumentando così le sue possibilità di scelta”<sup>16</sup>. Anche in questo tipo di riformulazione si deve fare attenzione all’uso che se ne fa per evitare di fornire al cliente un eccesso di stimolazioni che potrebbero essere fonte di paura per il nuovo. La ristrutturazione è anche detta riformulazione di terzo livello. Infine, vi è la riformulazione di quarto livello, la riformulazione narrativa. Essa può essere conclusiva dell’incontro e può contenere riassunti o riformulazioni ed è specifica del counselling sistemico. “La funzione della riformulazione narrativa è di ripresentare al cliente i significati e i vissuti emotivi, collegati agli eventi descritti, avendo cura di organizzarli in nuove sequenze narrative”<sup>17</sup>.

### *3.2. Le domande*

Karl Tomm afferma che durante tutto il corso dell’intervista il terapeuta ha opportunità terapeutiche nel senso che tutto ciò che fa potrebbe avere effetti sul corso della seduta; egli, infatti, parla di “intervista come intervento”. In quest’ottica si tiene in considerazione il fatto che “è impossibile per un terapeuta interagire con il paziente senza intervenire nella sua attività autonoma”<sup>18</sup>. Questo importante punto del pensiero di Tomm ben si coniuga col cambiamento avvenuto nella pratica terapeutica sistemica, passata da una prospettiva costruttivista a una prospettiva di costruzionismo sociale. Quest’ultimo “riporta in primo piano le relazioni, viste più in una chiave diversa da quella delle primitive teorie cibernetiche: non più espressioni di strutture o pattern

---

<sup>15</sup> Op cit. p.76.

<sup>16</sup> *Ibidem.*

<sup>17</sup> *Ibidem.*

comportamentali, ma sistemi di linguaggio e di significato [...] Il processo terapeutico diventa allora soprattutto un processo di ri-narrazione delle storie (re-storying). In esso, i clienti recuperano la possibilità e la capacità di essere autori, tramite l'interazione con il terapeuta, di storie positive per sé, che attenuino la sofferenza o perlomeno che le diano un senso"<sup>19</sup>. Tale processo che vede impegnati tanto il counsellor quanto il paziente procede tramite un circuito ricorsivo di ipotesi-domande-feedback che porta il cliente verso una maggiore chiarificazione di sé, come già accennato. Attraverso le domande, al counsellor giungono i feedback che gli consentono di formulare ipotesi che cerca di verificare assieme al cliente (ipotizzazione). Sempre attraverso le domande e i feedback derivanti da quest'ultime il counsellor mette in relazione idee, atteggiamenti, comportamenti ed effetti, significati attribuiti dal cliente (circularità). Infine, il counsellor deve mantenere una linea di intervento di neutralità, anche se vi è una linea sottile tra neutralità e non-neutralità visto che è impossibile essere del tutto neutri. In generale, "è attraverso le domande che il counsellor co-costruisce con i clienti la definizione del problema e dei suoi possibili esiti; è quindi fondamentale che il counsellor sappia distinguere e dosare domande lineari, circolari e riflessive"<sup>20</sup>.

Vi sono quattro tipi fondamentali di domande: le domande lineari, le domande circolari, le domande strategiche e quelle riflessive. Come ricorda Karl Tomm ciò che distingue le domande non deriva dalla struttura sintattica e neanche dal contenuto semantico, bensì dalle intenzioni e dagli assunti del counsellor<sup>21</sup> che le pone.

"Le domande lineari sono poste per orientare il terapeuta sulla situazione del cliente e sono basate su assunti lineari circa la natura dei fenomeni mentali"<sup>22</sup>. Questo tipo di domande hanno un intento investigativo e sono solitamente utilizzate all'inizio dei colloqui per farsi un'idea sulla situazione e capire lo svolgersi degli eventi secondo

---

<sup>18</sup> Karl Tomm, "L'intervista come intervento: parte I. L'atteggiamento strategico come quarta direttiva per la conduzione della seduta", p.3.

<sup>19</sup> Luigi Boscolo e Paolo Bertrando, *La terapia sistemica di Milano*.

<sup>20</sup> Sabrina Piroli, *Counselling sistemico. Ascoltare, domandare, coevolvere*, op. cit., pp.81-82..

<sup>21</sup> In realtà nel suo articolo Karl Tomm non parla di counsellor ma solo del terapeuta, ma riteniamo che ciò di cui l'autore tratta valga anche per il lavoro del counsellor.

<sup>22</sup> Karl Tomm, "L'intervista come intervento: parte III. L'intendimento nel porre domande lineari, circolari, strategiche e riflessive", p.15.

l'ottica del cliente, ma anche per agganciare quest'ultimo seguendo visione lineare del problema che porta. Sono utili per aumentare le informazioni e chiedono una spiegazione o una definizione in riferimento a un evento, un comportamento o un'idea portati dal cliente. Il rischio insito nelle domande lineari è che si porti il cliente verso visioni ancora più lineari affermando così le idee esistenti.

Le domande circolari hanno un intento esplorativo e sono formulate “per orientare il terapeuta sulla situazione del cliente, ma sono basate su assunti circolari circa la natura dei fenomeni mentali”<sup>23</sup>. Esse riguardano relazioni e rapporti tra persone, tra eventi e tra contesti. Attraverso le spiegazioni che dà il cliente possiamo notare le connessioni che egli fa degli eventi e delle relazioni comprendendo così il suo punto di vista. Si può dire che le domande lineari hanno come fine una spiegazione o una definizione, mentre le domande circolari fanno emergere delle differenze. Queste differenze emergono mettendo in relazione più persone, ad esempio: “Com'è che ci troviamo insieme oggi? Chi altro è preoccupato? Chi pensa sia il più preoccupato?”<sup>24</sup>. Con le domande circolari ad un membro della famiglia può essere chiesto di descrivere il suo rapporto con un altro membro, per esempio si può chiedere ad una madre di descrivere il proprio rapporto col figlio; si tratta, in questo caso, di una domanda diadica. Può anche essere chiesto al cliente di descrivere la relazione tra due membri della famiglia chiedendo, per esempio, alla madre di descrivere il rapporto tra padre e figlio e facendo emergere il modo in cui lei si pone in rapporto a loro; si tratta qui di una domanda triadica. Con le domande circolari si può chiedere, se nella seduta è presente tutta la famiglia, quali sono state le reazioni dei membri ad uno stesso evento per far emergere le differenze di comportamento. Si possono indagare le differenze di comportamento in un singolo rapporto o la posizione di ognuno rispetto al problema, o ancora le differenze di comportamento dei membri prima e dopo un evento. Infine, con le domande circolari possono emergere differenze rispetto alle aspettative future dei singoli membri della famiglia. Gli effetti delle domande circolari possono essere

---

<sup>23</sup> Karl Tomm, “L'intervista come intervento: parte III. L'intendimento nel porre domande lineari, circolari, strategiche e riflessive, op. cit., p.16.

<sup>24</sup> *Ibidem*.

liberatori e far uscire dalle visioni limitanti che si avevano, ma il rischio è che il counsellor scada in indagini ininfluenti per i bisogni del cliente.

Tomm ci spiega che le domande strategiche: “Sono poste per influenzare la famiglia in un modo specifico, e sono basate su assunti lineari circa la natura del processo terapeutico”<sup>25</sup>; esse hanno un intento soprattutto correttivo. Le ipotesi formulate dal counsellor durante il colloquio possono fargli supporre che ci sia qualcosa da modificare ed è usando le domande strategiche che tenta di apportare un cambiamento. Ciò che potrebbe essere scambiato per “consiglio” è posto sotto forma di domanda per cui la direttività, insita in queste domande, è attutita. Un rischio di queste domande è proprio la direttività e la tendenza manipolatoria; non solo, il cliente potrebbe restare offeso o non accettare questo tipo di domanda poiché è comunque un modo per influenzarlo in base al personale punto di vista del counsellor.

Vi sono poi le domande riflessive; esse servono a “favorire l’autoconsapevolezza e l’autodeterminazione del cliente”<sup>26</sup>. Più specificatamente le domande riflessive: “sono poste per influenzare il cliente o la famiglia in modo più generale e sono basate su assunti circolari sulla natura dei processi che hanno luogo nei sistemi terapeutici”<sup>27</sup>. All’inizio si diceva che il counselling sistemico ha fra i suoi obiettivi un intento quasi maieutico, cioè cerca di attivare consapevolezze e ampliare nuovi punti di vista nel cliente cosicché egli possa cambiare modo di vedere e quindi di agire uscendo dai suoi schemi lineari. Ebbene uno tra i modi per attuare tale obiettivo è quello di usare le domande riflessive. Si parte sempre dal presupposto che gli individui siano competenti e abbiano delle risorse preesistenti per cui non è utile istruirli con consigli o “istruzioni per l’uso”. “I presupposti più importanti sono che il sistema terapeutico è coevolutivo, e che tutto ciò che il terapeuta può fare è innescare una attività riflessiva nei sistemi di credenze preesistenti della famiglia”<sup>28</sup>. L’attività riflessiva innescata dalle domande strategiche è ciò che sprona l’individuo a “guardarsi attorno” e a non sostare nei modi di vedere che lo fanno cadere di continuo nei soliti schemi. Insomma

---

<sup>25</sup> *Ibidem.*

<sup>26</sup> Sabrina Piroli, *Counselling sistemico. Ascoltare, domandare, coevolvere*, op. cit., p.84.

<sup>27</sup> Karl Tomm, “L’intervista come intervento: parte III. L’intendimento nel porre domande lineari, circolari, strategiche e riflessive”, op. cit., p.18.

<sup>28</sup> *Ibidem.*

queste domande aumentano il punto di vista del cliente perché cambiano la sua prospettiva. Con le domande riflessive si vuole facilitare l'autoguarigione del cliente "attivando la riflessività tra i significati presenti nel sistema di credenze, che mette in grado i membri della famiglia di generare o generalizzare pattern costruttivi e più funzionali di cognizioni e comportamento"<sup>29</sup>. Le domande riflessive sono tante quante le intuizioni del counsellor ma è possibile riconoscerne alcuni gruppi. Vi sono, ad esempio, le domande riflessive orientate al futuro le cui risposte non sono essenziali nell'immediato poiché i clienti potranno rispondere anche dopo il colloquio riflettendoci a posteriori. Con queste domande il counsellor può indagare in anticipo le conseguenze di certe azioni e può far circolare le proprie idee o dare speranza a chi gli sta davanti. Vi sono le domande fondate sulla prospettiva dell'osservatore che servono ad incrementare la capacità del o dei clienti di distinguere i comportamenti, eventi o pattern o a riconoscerne il significato attraverso la circolarità; troviamo in questo gruppo le domande triadiche. Le domande che riguardano un cambiamento di contesto improvviso fanno sì che si mostri "l'altro lato" della situazione al cliente ed in queste domande è presente la connotazione positiva. Le domande che introducono ipotesi comportano la "collaborazione" tra cliente e counsellor poiché creano un maggiore livello di comprensione del problema. Vi sono poi molte altre domande riflessive come le domande di suggestione, le domande di confronto normativo, le domande di differenza e infine vi sono le domande che interrompono il processo.

---

<sup>29</sup> Karl Tomm, *"L'intervista come intervento: parte II. Le domande riflessive come strumenti terapeutici"*, p.8.

## *Conclusioni*

Con questo breve elaborato si è cercato di mostrare come il counselling sia una pratica applicabile in diversi ambiti, da quello scolastico a quello aziendale a quello ospedaliero. A prescindere dai vari ambiti di applicazione si proponeva qui l'idea che il counselling conservi in sé una componente peculiarmente educativa.

Dopo un anno di corso ci sono molti aspetti su cui ho riflettuto in particolare la caratteristica educativa del processo di counselling che ricade sicuramente sul cliente, ma anche sul counsellor stesso e si dispiega in quel processo di co-evoluzione descritto nel costruzionismo sociale e dal modello della CMM. Qualcosa di simile alla co-evoluzione avviene in qualunque processo educativo in cui non può essere solo l'educando a cambiare, ma anche l'educatore. A me pare che il counselling sistemico possa essere visto come processo educativo anche da chi non è dentro un'ottica pedagogica come me, ricordando sempre che con "pedagogico" intendo che ha degli obiettivi e delle premesse indirettamente pedagogici non perché sia legato alla Pedagogia; può, quindi, essere riletto secondo questo punto di vista.

Durante le lezioni del primo anno il gruppo di lavoro si è consolidato facendo in modo che gli insegnamenti e i concetti sistemici prendessero vita e mostrassero i propri effetti nelle dinamiche di gruppo, nelle discussioni e nelle esercitazioni. Il gruppo è stato fondamentale affinché si creasse un terreno fertile che favorisse l'apprendimento; questo ha avuto ancora più senso all'interno di un gruppo di aspiranti counsellor sistemici. Inoltre, il gruppo di lavoro-apprendimento che si è costituito all'interno del corso è molto in linea col concetto classico di sistema il quale si può definire come: "Insieme di oggetti e di relazioni tra gli oggetti ed i loro attributi; in campo psicologico, questo principio consente di classificare un insieme di individui (oggetti) collegati tra loro da relazioni significative, il cui esempio più emblematico è la famiglia, distinguendolo da un semplice aggregato"<sup>30</sup>. Ovviamente all'inizio del

---

<sup>30</sup> Sabrina Piroli, *Counselling sistemico. Ascoltare, domandare, coevolvere*, op. cit., p.29.

percorso il gruppo non era ancora un sistema di questo tipo ma era un aggregato, con passare del tempo, però, ha potuto far propria la definizione sopraccitata di sistema. A rafforzare questa mia osservazione vi è il concetto di sistema mentale proposto da Bateson che spiega come due individui, nelle loro interazioni, diano vita ad un sistema mentale che li comprende ed è parte e componente della relazione. È dalla loro interazione che nasce questa “mente altra”. Tutto ciò mi è sembrato avvenisse fluidamente all’interno del gruppo di lavoro e ha permesso che si instaurassero dinamiche favorevoli al rafforzamento del gruppo stesso. Le modalità comunicative all’interno delle lezioni riprendevano ciò che è implicito nella filosofia della Scuola di Milano. Gli insegnamenti erano sempre seguiti da una discussione del gruppo e da un confronto costruttivo che implicava la messa in campo delle diverse visioni e menti presenti.

Molto di ciò che si è appreso in questo primo anno di corso è andato a integrarsi col modo di vedere le cose e i fatti. Non si può ancora dire che il mio personale modo di rapportarmi agli altri e al mondo sia sistemico, ma si è innescato ormai un qualcosa che mi fa pensare che la direzione sia proprio quella. In modo molto banale quando mi trovo a parlare con qualcuno, che sia un bambino al lavoro o un conoscente, cerco di non giungere subito a conclusioni affrettate e perentorie; mi do la possibilità di cambiare idea anche se ciò comporta ancora un certo sforzo. Mi rendo conto di voler provare ciò che descrive la Sclavi quando dice di uscire dalla cornice (e cambiarla) per avere più possibilità di scelta e non restare imprigionati nelle solite stagnanti idee. Ancora più complesso è attuare quell’ascolto attivo e consapevole delle proprie posizioni descritto più volte sui testi dalla Sclavi, da Rogers e, in altri termini, da Tomm. C’è da dire (meno male) che ci possiamo lasciare anche degli spazi per non essere così sistemici! Questi sono tutti aspetti da attuare all’interno di un determinato rapporto che è quello di counselling, ma per quanto mi riguarda, vorrei che si innestassero anche nel mio quotidiano poiché gioverebbero moltissimo nel lavoro educativo che conduco e nei rapporti con gli altri.

Tutto ciò è ancora più significativo se guardo alle motivazioni per cui ho scelto in particolare il counselling sistemico. Il fatto che sia basato su teorie della

comunicazione come per esempio le teorie di Watzlawick o gli studi della scuola di Palo Alto, e l'importanza che dà all'ampliamento della propria e altrui visione, hanno costituito una spinta essenziale affinché continuassi un percorso di riflessione e autoanalisi intrapreso da tempo. Questo percorso non ha come scopo il solo miglioramento personale, ma soprattutto ha come obiettivo l'uscire da schemi comunicativi e di conseguenza comportamenti non sempre ottimali. Nell'approccio sistemico ho trovato un valido appoggio per continuare tale percorso, in particolare per il fatto che deve essere il counsellor in prima persona a essere un "contenitore" accogliente, ma non totalmente vuoto, per il cliente.

Il counsellor, diventando uno strumento per il processo di chiarificazione e cambiamento del cliente, deve inevitabilmente fare i conti con alcuni temi e questioni personali. In virtù del suo ruolo deve riflettere su questi temi e questioni attivandosi in prima persona; è anche questo che rende pedagogico il counselling: è auspicabile un percorso che porti alla chiarificazione delle proprie posizioni e idee (ricordiamo ad esempio il genogramma proiettivo) affinché queste non inficino il lavoro coi clienti. In questo senso il counselling diviene, a parer mio, un percorso anche autoeducativo.