

# Figura del Counselor

**Specificità davanti ad altre professioni quali psicologi, psicoterapeuti, etc.**

## **Profilo del Counselor Professionale**

### **Cenni storici**

Il counseling propriamente detto nasce negli Stati Uniti intorno agli anni '50 quando l'APA dà vita alla "Division of Counseling Psychology". In quegli stessi anni nasce l'"American Association of Counseling and Development".

Tuttavia, lo sviluppo del counseling negli USA è stato influenzato da varie correnti anche di molti anni antecedenti la sua nascita ufficiale: movimento di orientamento, movimento psicoterapeutico, movimenti orientati alla cura della salute.

Ma è negli anni '70 che inizia a svilupparsi e a diffondersi la così detta "psicologia del benessere" alla cui base vi è una concezione sostanzialmente positiva dell'essere umano. Una concezione di tipo evolutivo. Il concetto di "crisi" perde quel suo aspetto negativo e si focalizza maggiormente sul concetto di "transizione": ovvero alternativa possibile e occasione di cambiamento. A tutt'oggi l'obiettivo della psicologia della salute è quello di migliorare la qualità della vita nonché di accrescere la competenza della società in relazione alla salute.

In Italia potremmo provare a rintracciare le origini del counseling nella storia dell'assistenza sociale che ebbe inizio intorno agli anni '20. Tuttavia, le iniziative assistenziali in Italia (formalmente costituite nel 1929) avevano un carattere prettamente filantropico e volontario.

Intorno agli anni '70 alcune scuole di formazione in psicoterapia iniziano a formare figure professionali orientate alla relazione e centrate sull'individuo, pur tuttavia non avendo ancora una definizione di competenza. È solo a partire dagli anni '90 che la definizione di "counselor" inizia ad essere utilizzata.

Lo sviluppo della professione, invece, parte dai primi anni '90 quando iniziano a strutturarsi le prime associazioni di counseling con l'intento di regolamentare l'esercizio della professione. Il 18 maggio 2000 il CNEL - Consiglio Nazionale

dell'Economia e del Lavoro, inserisce il counseling tra le professioni così dette non regolamentate (al pari degli informatici, dei bibliotecari, dei fiscalisti, etc.). Attualmente il counseling è in attesa di conoscere quali saranno gli sviluppi futuri legati alla riforma delle professioni intellettuali (riforma che, appunto, interessa anche il counseling) approvata di recente (dicembre 2006) in Consiglio dei ministri e approdata per una prima discussione alla Camera dei Deputati.

Il 14 luglio 2011 all'interno della manovra Economica, è stato approvato un emendamento (art. 29 bis) relativo al tema della liberalizzazione delle professioni:

*Art.29 1-bis. Al fine di incrementare il tasso di crescita dell'economia nazionale, fermo restando le categorie di cui all'art.33, quinto comma, della Costituzione, sentita l'Alta Commissione, di cui al comma 2, il Governo formulerà alle categorie interessate proposte di riforma in materia di liberalizzazione dei servizi e delle attività economiche; trascorso il termine di 8 mesi dalla data di andata in vigore della legge di conversione del presente decreto, ciò che non sarà espressamente regolamentato sarà libero.*

Potrebbero dunque aprirsi scenari interessanti e per certi versi inaspettati per la professione.

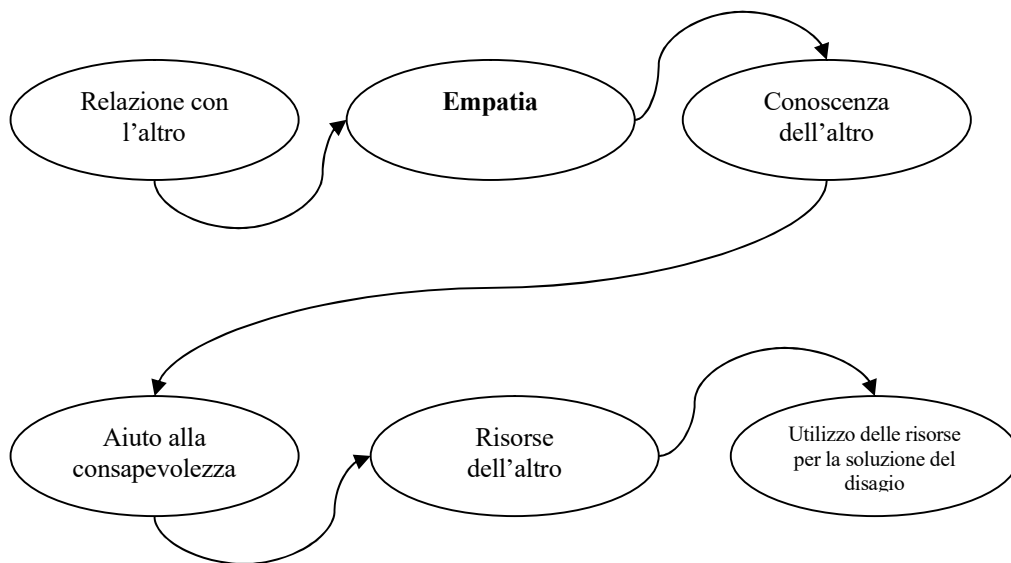
## **Introduzione**

Generalmente l'attività di counseling viene definita come: *"un intervento professionale non regolamentato, orientato alla prevenzione del disagio individuale e sociale. Si occupa di problemi specifici come prendere decisioni, sviluppare la conoscenza di sé, migliorare il proprio modo di relazionarsi agli altri"*. Il counseling ritiene che ogni individuo sia autonomo e il suo intervento è mirato ad incentivare il concetto di responsabilità individuale. Per questo il counselor ha nei confronti del proprio cliente un atteggiamento attivo e propositivo, e ne stimola le capacità di scelta. Il counselor, quindi, *"è quella figura professionale che attraverso le proprie conoscenze e competenze è in grado di favorire la soluzione ad un quesito che crea disagio esistenziale e/o relazionale ad un individuo o un gruppo di individui"*.

## **Il ruolo dell'empatia nel counseling**

L'empatia è la base su cui poggia tutta l'attività del counselor, è considerata *"una variabile che assume un ruolo cruciale nell'ottenere risultati soddisfacenti (Gladstein, 1987)"*, anche se, per altri, può avere poca importanza nella creazione dell'alleanza terapeutica, inoltre, *"uno stress empatico può addirittura distogliere dall'aiuto verso l'altro (Hoffman, 1977)"*. Ricordiamo, rispetto a questa plausibile divergenza, che Rogers (1975) afferma *"che è necessario un appropriato 'come sé, e Stewart (1956) già aveva sottolineato che un distanziamento deliberato risulta necessario dopo un coinvolgimento emotivo"*.

L'empatia è un aspetto ricorrente nelle varie misure dell'intelligenza emotiva (Vreeke e Van der Mark, 2003). *"Comunemente al termine 'empatia' vengono attribuiti significati quali partecipare, saper condividere gli stati d'animo degli altri e le loro sofferenze, saper comprendere e aiutare. Sono significati ampi e spesso imprecisi, sebbene riguardino comunque la condizione delle emozioni e degli stati d'animo degli altri. Viene usato dagli psicologi per indicare quella particolare percezione che gli individui sperimentano quando 'sentono dentro' le emozioni di un'altra persona (Bonino, Lo Cocco e Trani, 1998). La partecipazione empatica viene così ritenuta un'esperienza sostanzialmente affettiva di condivisione, in questa prospettiva l'osservatore percepisce ed esprime, anche a livello motorio, le stesse emozioni dell'altro"*.



## **Chi è il counselor?**

Il counselor è il soggetto che eroga la prestazione di counseling.

## **Il counselor non è:**

Psicologo, psicoterapeuta, psicoanalista (altra figura non regolamentata in Italia al pari del counselor), psichiatra, eventuali altri esperti e/o periti nelle materie più disparate che utilizzano il termine counseling mutuandolo dall'inglese, ovvero attribuendogli il significato di consulenza.

## **Cosa non fa il counselor?**

Non fa terapia, non fa psicoterapia, non opera "cure" o "terapie" di alcun genere, non somministra farmaci, non fa consulenza psicologica, non insegna psicologia, non fa diagnosi, non somministra test riservati ad altre categorie professionali (psicologi, medici, insegnanti, etc.).

## **Cosa fa il counselor?**

Il counselor opera in tutti quei contesti dove sia necessario un intervento informativo, esplicativo e di supporto, finalizzato non tanto a trovare soluzioni, ma a far sì che il cliente mobiliti le proprie risorse per convivere meno dolorosamente con la propria situazione di vita reale nel quotidiano.

L'obiettivo generale è quello di offrire agli utenti/clienti la possibilità di lavorare con modalità da loro stessi definite per condurre una vita maggiormente soddisfacente e ricca di risorse.

## **Ambiti e modalità di intervento**

Se consideriamo il counselor come *"il professionista che favorisce lo sviluppo e l'utilizzazione delle potenzialità già insite nel cliente, aiutandolo a superare quei problemi che gli impediscono di esprimersi pienamente e liberamente nel mondo"* possiamo dire che è possibile operare il counseling in qualunque contesto.

Avremo dunque counseling individuale, di coppia, familiare, di gruppo, counseling scolastico, counseling aziendale, counseling sessuologico, counseling per persone in stato avanzato di malattia. È quindi possibile operare in diversi ambiti, come comunitario, lavorativo, sociosanitario.

## **Formazione**

Il counseling, come altre discipline, mutua le proprie tecniche di intervento dai grandi modelli della psicologia (orientamento psicoanalitico, sistemico-familiare, fenomenologico-esistenziale, cognitivo-comportamentale, etc.).

La formazione del counselor consta dunque di una parte dedicata alla formazione teorica in relazione al proprio modello di riferimento, una parte dedicata all'apprendimento delle tecniche di intervento (sempre in relazione al proprio modello di riferimento), una parte dedicata alla formazione pratica, una parte dedicata alla formazione personale (training individuale e/o di gruppo), una parte dedicata alla supervisione del proprio lavoro.

È quindi importante che il counselor esperisca le teorizzazioni attraverso un training personale, individuale e/o di gruppo, per evitare di esercitare un counseling *"sulla base dei propri più o meno rigidi pregiudizi (Rollo May)"*. Detto training dovrebbe, cioè, far superare al counselor quella tendenza dell'Io definita etnocentrismo, ovvero la tendenza ad utilizzare la propria cultura come paragone per le altre.

## **Definizione del Counseling Professionale secondo**

### **AssoCounseling**

Il sito della AssoCounseling Associazione Professionale di Categoria, riporta la seguente definizione:

*Il Counseling professionale è un'attività il cui obiettivo è il miglioramento della qualità di vita del cliente, sostenendo i suoi punti di forza e le sue capacità di autodeterminazione.*

*Il Counseling offre uno spazio di ascolto e di riflessione, nel quale esplorare difficoltà relative a processi evolutivi, fasi di transizione e stati di crisi e rinforzare capacità di scelta o di cambiamento. È un intervento che utilizza varie metodologie mutuare da diversi orientamenti teorici. Si rivolge al singolo, alle famiglie, a gruppi e istituzioni. Il Counseling può essere erogato in vari ambiti, quali privato, sociale, scolastico, sanitario, aziendale.*