

CONNESSIONI



“Love is in the air”

Editoriale di Marco Andreoli

In questo inizio di 2022, segnato dall'aumento dei contagi Covid nel nostro Paese, qualche riflessione sul Counseling e sugli sviluppi in Italia di questa nostra meravigliosa professione. Dopo anni di encefalogramma piatto per le note vicende, registro una ripresa dell'interesse verso questa modalità di vivere e ascoltare sé stessi e gli altri che è il Counseling. Ed è proprio quando la pala del mulino a vento ricomincia a girare, che non posso fare a meno di fare riflessioni più ampie sul nostro mondo. La prima riflessione riguarda gli attacchi che mi continuano ad arrivare per ciò che scrivo. Pensate che una psicologa alquanto “solerte” ha commentato un mio scritto (uno dei tanti) chiedendomi se esiste un mio pezzo dove NON denigro e sminuisco la figura dello psicologo e ha taggato in questo suo commento l'Ordine degli Psicologi dell'Abruzzo (immagino quello a cui lei risulta iscritta), come a sollecitare una presa di posizione dell'Ordine contro di me. Capite? LEI (loro) A ME! Sarebbe divertente se non fosse tragico. Questa “strategia del terrore”, che dopo essere miseramente naufragata nei primi anni 2000 con disdoro e pagamento di ingenti somme di denaro a diversi Counselor da parte degli Ordini degli Psicologi che denunciavano chiunque per abuso di professione, salvo poi essere riportati alla realtà da diversi Tribunali con conseguenti ingiunzioni di pagamento danni ai counselor ingiustamente accusati, sta tornando tristemente di moda. Alcuni Presidenti di Ordini neoeletti, forse per darsi un tono, hanno motivato i propri iscritti a fare denunce “a tutta birra”, contro gli “infedeli” counselor e persino contro gli stessi colleghi psicologi, che non sono espressamente contrari alla nostra professione. La storia (segue a pag.2)

Counseling, formazione continua e Miopia selettiva...

DI CLAUDIA SCUNCIA

Oggi pensavo che non è un caso (almeno non lo è davvero più), se guardo la vita, gli altri e me stessa filtrando tutto con la lente del Counseling. Eh sì, perché il counseling ha cominciato a lavorare su di me già dal 2010, ma di certo la consapevolezza e il “come” stia lavorando sui miei processi di pensiero e sulla modalità di affrontare gli altri, me stessa e tutte le parti di cui sono fatta, si sta rafforzando ogni giorno di più, ogni Formazione di più, ogni seminario, gruppo di crescita, incontro di supervisione. Insomma, ogni volta che incontro il counseling, finisco per incontrare o riconoscere e nutrire le mie infinite parti. E questo mi permette di essere aperta nell'incontrare le infinite modalità di esistere di ogni persona che si affida a me, che mi affianca, mi stringe la mano, mi guarda negli occhi. E mi arricchisce. E se, come scriveva Kafka: “(...) da un certo punto in avanti non c'è più modo di tornare indietro. E' quello il punto al quale si deve arrivare”, allora credo davvero di volere arrivare abbastanza avanti al punto da superare quella Miopia selettiva che solo oggi mi accorgo essere un punto di vista schiacciante sul mondo. Quella miopia che mi fa dare per scontato il fatto che, oltre a me, esiste un altro e mille altri modi di vivere, pensare, esistere, essere. E quanto tutto questo sia meravigliosamente arricchente!

Quella Miopia selettiva che nasce dalla consuetudine di mettere noi stessi in ogni cosa. E se anche pensate che voi no, non ne siete affetti, basta porvi alcune domande banali del tipo: “Come era il pranzo di oggi?”, “Come è stata la tua vacanza?”. Ecco! Se in men che non si dica vi trovate a rispondere con dei giudizi del tipo: “Faticoso!”, oppure “Buono!”, potrete accorgervi che non solo state esprimendo un giudizio personale, un'interpretazione esclusivamente soggettiva, ma che in effetti state rispondendo ad un'altra domanda, qualcosa del tipo: “Che cosa ne pensi, tu, di quella determinata cosa?”. Eccoci caduti nella miopia selettiva!!!

E' solo grazie al Counseling che ho scoperto l'unica modalità corretta per rispondere alle domande come quelle sopra menzionate, ma anche per comunicare in modo efficace senza dare per scontato l'altrui punto di vista: **l'USO DEL FEEDBACK FENOMENOLOGICO**, cioè quella modalità di risposta empirica che esclude definitivamente il giudizio togliendo “noi stessi” dalle cose che ci circondano, restituendo loro la dignità e, con essa, anche una libertà da noi. Questa meravigliosa finestra sul mondo comporta in più anche un enorme alleggerimento di zavorre psichiche, le stesse attraverso le quali tenevamo in piedi tutta la struttura della realtà percepita, al posto della realtà “vista” fenomenologicamente!!! Se anche voi volete provare la grandezza di questa modalità di vedere, se volete acquisire le lenti fenomenologiche e guarire dalla MIOPIA SELETTIVA, avvicinatevi al counseling...

CLAUDIA SCUNCIA, COUNSELOR
MEDIATORE FAMILIARE,
VICEPRESIDENTE ASPIC RC



EDITORIALE (segue da pag.1) non insegna evidentemente nulla e non ci resta che assistere sconsolati a questa ennesima "caccia alle streghe", in attesa che il tempo, il progresso ed il buonsenso trionfino sull'oscurantismo, le posizioni conservative e il corporativismo, come è sempre accaduto in casi simili. Alla psicologa ho risposto di procedere pure e di denunciarmi nelle sedi opportune. Non ritengo si possa trovare una sola riga, nella quale io sminuisco o denigro la figura dello psicologo. Mentre è molto facile trovare il contrario: svalutazione, odio e auguri di disgrazie indirizzate a me e alla nostra figura professionale. Ma il nemico peggiore è dentro e non fuori. Sempre più trovo molta incoerenza tra quelli che sono i principi del Counseling e quella che è la realtà di chi fa e propone Counseling ad altri. Non che sia facile perseguire il paradigma proposto da Carl Rogers e dal Counseling, ma forse bisognerebbe almeno provarci. Spesso mi sento dire che molti counselor sono più bravi nella teoria riguardo a certi concetti (la trasparenza, il "parlare a" piuttosto che "parlare di" dietro le sue spalle, l'onestà di fondo, ecc.) e, per quella che è la mia esperienza personale, non mi sento di dare tutti i torti a chi mi fa questo tipo di critica. Ma questo non solo a livello individuale. Trovo che da ormai troppi anni la realtà del Counseling in Italia sia anche mortificata da un basso interesse REALE a che il Counseling si ritagli lo spazio che davvero merita da parte di tutti i soggetti coinvolti. Le Associazioni di Categoria spesso (con rarissime e apprezzabili eccezioni) sono più impegnate a raccogliere iscritti e a perseguire fantomatiche e inutili "vittorie di Pirro" personali, per potersi vantare con i propri soci, più che a cercare DAVVERO delle vie che possano risolvere una volta per tutte la questione. Lo scorso weekend sono stato a Reggio Calabria e sono andato a visitare la mostra di Banksy al palazzo della Cultura. Tra le varie proposte provocatorie di Banksy, mi ha colpito quella del "Barely Legal", un'esposizione in cui lui ha accolto i visitatori inserendo nella stanza adibita alla mostra, un'enorme elefantessa indiana, di 37 anni, di nome Tai, dipinta con una fantasia damascata, rossa e oro, uguale alla tappezzeria e quindi mimetizzata in qualche modo. Ai visitatori venne consegnato un cartoncino con su scritto: "C'è un elefante nella stanza. C'è un problema di cui non abbiamo mai discusso. Il fatto è che la vita non è più giusta. Un miliardo e settecento persone non hanno accesso all'acqua potabile. Venti miliardi di persone vivono sotto il livello di povertà. Ogni giorno centinaia di persone sono indotte a sentirsi male a causa di alcuni cretini matricolati che dicono loro quanto ingiusto sia il mondo, ma non fanno niente per cambiare le cose. Qualcuno vuole un bicchiere di vino?". Ecco, leggendo e ripercorrendo la storia di questa mostra provocatoria ho pensato a noi, al Counseling. Sono anni che esistono scuole di Counseling in Italia, fondate da Psicologi e Psicoterapeuti, che hanno fatto di questa attività un business, in modo peraltro legittimo. A un certo punto alcuni altri Psicologi si sono "svegliati da un lungo sonno" e hanno deciso (in maniera totalmente autoreferenziale e pretendendo che questa posizione fosse anche quella della legge, stile Principato di Seborga per capirci) che il Counseling era "cosa loro" e hanno pure attaccato duramente i colleghi che non la pensavano allo stesso modo. In tutto questo, tra battaglie legali, (segue a pag.3)

Perché essere counselor è un modo di essere e non un mestiere (di Marco Andreoli)

"Posso essere tale da venire percepito dall'altra persona come degno di fiducia, fidato e leale nel senso più profondo del termine?"
e anche:

"Posso essere abbastanza sicuro di me da permettere all'altro di essere da me distinto? Posso dargli la libertà di esistere? Oppure sento che dovrebbe seguire i miei consigli, rimanere in qualche modo dipendente da me, modellarsi su di me?"

Ecco due delle "domande" che si poneva Carl Rogers, psicoterapeuta statunitense, considerato (anche se non è proprio del tutto vero) padre del counseling e dell'approccio centrato sul cliente nella relazione di aiuto.

È così che Rogers concepiva l'idea stessa di ASCOLTO: un atto completamente rivolto all'altro, nel rispetto e nell'accoglienza, che passa attraverso la più profonda consapevolezza di sé e l'autenticità, nel contatto con le proprie emozioni. Ed è per questo motivo che considerare il lavoro di Rogers come una semplice serie di riformulazioni, significa averci capito ben poco circa il messaggio che il buon Carl voleva trasmettere. In Aspic Piemonte-Liguria e in tutte le sedi territoriali di Counseling che ho fondato (Reggio Calabria, Genova, Savona, Alessandria) docenti, formatori, facilitatori e collaboratori sono persone che aspirano ad offrire questo tipo di ascolto. Ognuna delle nostre attività è centrata su questo tipo di valori. Le persone che sono scelte per progettare e condurre ognuna delle nostre lezioni e ognuna delle proposte esperienziali, sono chiamate a sviluppare questo tipo di consapevolezza e a offrire questo tipo di qualità. In Aspic abbiamo questa ambizione: che tutti noi, e gli allievi, i tirocinanti, i partecipanti alle nostre attività, e i clienti, siano partecipi di questa visione della relazione e di questa "tensione" all'offrirsi all'altro. Ci poniamo queste domande: nelle attività che offriamo, e prima di tutto nella vita. Perché essere counselor è un modo di essere, non un mestiere.

Il Counseling è una metodologia fondata sul concetto di "ascolto attivo" e sull'attenzione rivolta alle risorse interne e alle potenzialità della persona. Il counseling è un accompagnamento processuale alla crescita e alla consapevolezza del cliente, non a caso definito così e non paziente, proprio per sottolineare il carattere "paritario" di questa relazione, che non prevede la presenza di un "esperto", un "consulente" che sa e un soggetto "più passivo" che riceve le istruzioni per vivere meglio. Ed è questa la peculiarità del counseling, peculiarità che rende questa modalità di ascolto assai diversa da altri tipi di approccio alla relazione d'aiuto. La reale differenza tra un intervento di Counseling puro, fatto bene, e altri tipi di intervento è che nel counseling NON esiste l'esperto. Non viene fornita alcuna diagnosi, proposta, suggerimento, soluzione preconfezionata, interpretazione, spinta motivazionale volta a "smuovere le acque" da parte del professionista Counselor. Bensì un costante lavoro di accoglienza delle istanze del cliente con costanti rimandi "come farebbe uno specchio" e perciò il più possibile neutri, proprio per dare la possibilità al cliente di "occupare da solo il proprio spazio con i propri tempi". Solo così, nel caso in cui il processo si riveli fruttuoso, avremo un cambiamento che nasce dal cliente e non proviene da stimoli esterni.



EDITORIALE (segue da pag.2) denunce, controdenuce, insulti, intimidazioni e minacce di vario genere, sono passati oltre 40 anni, no dico, QUARANT'ANNI senza che nessuno si sia mai preso la briga di risolvere o dirimere la questione una volta per tutte! Nulla a che vedere con la povertà nel mondo, ci mancherebbe, ma credo si possa dire che c'è un elefantino nella stanza della diatriba Psicologi-Counselor. Un elefantino che TUTTI, ma proprio tutti, fanno finta di non vedere da ormai troppo tempo... Grappino?



"ATTIMO" DOPO "ATTIMO" (resoconto del quinto incontro)

Le Costellazioni familiari

L'invito a parlare di Costellazioni Familiari, nel 5° incontro del ciclo Attimi, è stata un'opportunità che aveva anche il retrogusto di una sfida. Qui sai, o presumi, che altri counselor abbiano standard severi e grandi aspettative. Insomma il tema esistenziale del sentirsi all'altezza. Assai presto, questo sentimento si è stemperato in quella umiltà che il percorso di costellazioni mi ha fatto ricontattare. La prospettiva è cambiata: ho potuto lasciare spazio al caleidoscopio di emozioni e godere appieno di tutti i momenti, delle gratitudini ricevute, di ogni contributo o perplessità, e persino delle mie incertezze. Ero lì, accanto a persone come me, professionisti che hanno voglia di continuare a crescere, che si interrogano, che sono curiose e a tratti incerte. L'informe e sterminato ignoto ci avvolge: il voler conoscere, sapere, capire, è un tentativo, raramente soddisfatto, di ammantare lo sconosciuto di forme rassicuranti. Anche io quando inizio un seminario di costellazioni, o un gruppo di counseling, non ho idea di cosa possa succedere. Riuscirò a cogliere tutte le sfumature? Sarò in risonanza con l'energia del gruppo? Nel frattempo la realtà si disinteressa di tanti dubbi e si affaccia su di noi con fresche ventate di nuovo. Alcune parole condivise dai partecipanti, "curiosità e timore" in particolare, erano già in armonia con quelle che abitavano in me. Cosa fare di questa curiosità e di questo timore? Si può, ad esempio, "riconoscere ciò che è", come insegna Bert Hellinger, e darci la possibilità di trasformare la tensione iniziale in un sottile rilassamento, donato dall'affidarsi al momento presente. E' solo un attimo. Proprio come il titolo di questo, speriamo ancora lungo, ciclo di incontri.

Maria Ledda

IN QUESTO NUMERO

LA MIOPIA SELETTIVA E IL COUNSELING

È PARTITO IL MICROCOUNSELING! PRIME REAZIONI

RESOCONTO DEGLI "ATTIMI" DI GENNAIO E APPUNTAMENTO A FEBBRAIO

COME È ANDATO IL QUARTO "ATTIMO"

La pratica della meraviglia

Pensavo che non l'avrei fatta quella serata. Non stavo bene, meditavo di rinunciare. Poi mi hanno detto: "Sara, ci sono quasi trenta persone iscritte! Mai così tante dall'inizio del *Ciclo Attimi!*" E ho allora ho capito. Nulla accade per caso. Ho raccolto gli appunti, i materiali e il lavoro che preparavo da tempo. Ho raccolto le energie e mi sono collegata. E' stata per me davvero una *serata della meraviglia*. Ho condiviso il senso che ha per me questa pratica. Ho raccontato dell'importanza che credo possa avere nella vita di tutti (e ancora di più di un counselor!) allenare uno *sguardo attento*. Allenare l'abitudine ad osservare le piccole cose che incontriamo ogni giorno e per cui vale la pena *prendersi un attimo*. Vale la pena fermarsi e lasciarsi stupire. Ho condiviso le pratiche di meraviglia che personalmente preferisco: raccogliere le foglie cadute, cercare il blu in una stanza, andare a vedere un piccolo pezzo di prato... Anche se poi non è molto importante il cosa si fa, ma il *come*. Non è importante raccogliere la foglia o osservare un filo d'erba. E' importante prendersi il tempo di vedere davvero l'infinita meraviglia che ci circonda sempre e *lasciarsi stupire* e non darla per scontata. E' importante anche solo notare una sensazione spiacevole che stiamo provando (come quella che ho sentito al primo problema tecnico della serata, per esempio) e osservarla e cercare di non giudicarla. Farlo ci aiuta a vedere che anche lei ha un suo senso di esistere. Ho chiesto ai partecipanti di pensare se avevano altre pratiche da condividere, altri modi di lasciarsi meravigliare dalle cose così come sono, dentro e fuori di noi. Ancora oggi, ogni tanto mi giungono messaggi o foto di persone che condividono con me il loro attimo di meraviglia. *Ho lanciato qualche seme e mi sta fiorendo intorno un giardino*. Questa è la più importante consapevolezza che mi ha regalato quella serata. Ho deciso di esserci e questo ha fatto tutta la differenza. Provo un'immensa gratitudine nei confronti di tutte le persone che ci sono state e mi piace pensare possa essersi attivato un *circolo virtuoso* fatto di piccoli gesti, di persone che decidono ogni tanto di fermarsi e magari condividono quell'esperienza con qualcuno. Un *circolo grazie al quale la meraviglia passerà di bocca in bocca, di occhi in occhi, di cuore in cuore, facendo emergere un granello di bellezza - o anche solo di stupore - dove sembrava non esserci nulla di interessante*.

Sara Camussa

Nuvole strappacuore a Reggio, la mia "pratica della meraviglia" di gennaio (M. Andreoli)



ODI ET AMO – LA GESTIONE DEI CONFLITTI (9 E 23/2 SU ZOOM)

ALESSANDRA CONTA

Il conflitto fa parte della nostra vita, è una forza naturale e necessaria per il cambiamento ed è il modo in cui lo affrontiamo che fa la differenza. Nella nostra vita quotidiana affrontiamo spesso situazioni conflittuali, a volte senza accorgercene, a volte con consapevolezza ma senza sapere come gestirle. Molti di noi sono terrorizzati dal conflitto e preferiscono evitarlo il più possibile, stando da soli, rimandando il confronto, ingoiando rospi, autoconvincendosi che quella cosa lì non abbia poi tutta quell'importanza, imponendosi il punto di vista dell'altro, spostando l'attenzione su altro. Nel primo incontro, il 9 febbraio, esploreremo quindi insieme cosa vuol dire il conflitto nella nostra vita quotidiana nelle relazioni familiari, amicali, lavorative. Parleremo anche di Mediazione Familiare, di cosa si tratta, a chi si rivolge e cosa c'entra questo con i conflitti. Nel secondo incontro, il 23 febbraio, approfondiremo strategie e strumenti utili per gestire e trasformare le situazioni conflittuali nella vita di tutti i giorni. Vi aspetto, siete tutti invitati!



CICLO "ATTIMI"



"ODI ET AMO"
LA GESTIONE DEI CONFLITTI



Il conflitto è parte integrante della vita ed è il modo in cui lo affronti che fa la differenza.
Se ti senti in conflitto nelle relazioni con il partner, amici, colleghi, familiari, questo webinar è per te

QUANDO: 9 Febbraio e 23 Febbraio 2022 (6° e 7° Incontro ciclo "Attimi")
ORARIO: dalle 19.00 alle 21.00
PIATTAFORMA ZOOM

CON ALESSANDRA CONTA

È PARTITO IL MICROCOUNSELING! (PRIME REAZIONI)

Un "avvenimento nell'avvenimento", una "conversione dello sguardo": se dovessi descrivere cosa mi sta accadendo dal momento in cui ho deciso di aderire al corso di Microcounseling, credo non ci potrebbero essere per me termini più appropriati, cioè più aderenti alla realtà che mi è dato di vivere. Certo, mi sono iscritta per ottenere un titolo, e questo obiettivo chiaramente non è venuto meno, anche se in un certo senso è come se lo fosse. Anzi, più esattamente, l'obiettivo si è spostato, si è letteralmente "convertito": non è più "bene, un giorno sarò anch'io una counselor"; ma è diventato: "oggi sono più Irma", sono un frammento in più me stessa. Il mio obiettivo è cioè godermi quello che mi sta accadendo, rimanendo connessa al

presente e a questa compagnia, di cui mi sento parte, di gente "non a posto" che prova ad accompagnarti verso di te. E dentro tutto questo accadono anche cose singolari, strane, inaspettate: drammi che si riaccendono, aspetti della mia personalità che per me erano scontati e adesso non lo sono più, una realtà che si riaccende in modo non prevedibile e per questo commovente. Una realtà che, appunto, mi commuove e mi "muove", proprio perché ho la netta impressione che non la sto costruendo io, secondo un mio progetto: è qualcosa che mi accade, che "avviene", viene verso di me, mi è data gratuitamente perché io possa godermela e guardarla con verità.

In un mondo in cui siamo costantemente sotto pressione, perché ci è chiesto di continuo di



adeguarci a qualcosa o a qualcuno, credo non ci sia cosa più bella e liberante del sentirsi dire: "ma guarda che non ti è mica chiesto di essere all'altezza". Ma allora cosa mi viene chiesto? Di essere "semplicemente" Irma. Tutto questo (e molto altro) è counseling...

Irma Lanucara, Reggio Calabria (Partecipante al Microcounseling 2022)

Gruppo di crescita a Reggio Calabria - condivisioni

Chi crea è madre (anche senza partorire figli)

Ho riletto più volte questa frase prima di scrivere queste mie riflessioni. Sono così risalita all'etimologia della parola "creare", il primo significato che ho trovato è: far nascere qualcosa dal nulla. In senso più ampio la parola creare significa dare vita a qualcosa che prima non c'era, mettere al mondo, o anche farsi tramite perché qualcosa possa esistere attraverso il nostro agire. Se ci soffermiamo su quest'ultima definizione, creare diventa qualcosa di più, è si dare vita, è si mettere al mondo, ma è soprattutto permettere a ciò che si è creato di crescere, di svilupparsi, di vivere ed esprimere la propria bellezza. Madre è allora chi crea e cura nel tempo, è chi si prende cura di tutto ciò che viene fatto essere, è camminare accanto, è vicinanza, è calore umano. Pensiamo alla radice latina della parola "cura", essa contiene un'intera frase, viene da "cor urat" che vuol dire "scalda il cuore", ed è proprio nel cuore che si diventa madre. È dal cuore che nasce il prendersi cura, che dà vita a quel legame o meglio a quella relazione che ogni giorno viene alimentata, fatta essere e durare nel tempo. È essere insieme, è reciprocità, è alleanza, è fiducia, è amore. Allora sì, ognuno di noi può essere madre...si può essere madre anche senza partorire figli.

Donatella Pastore

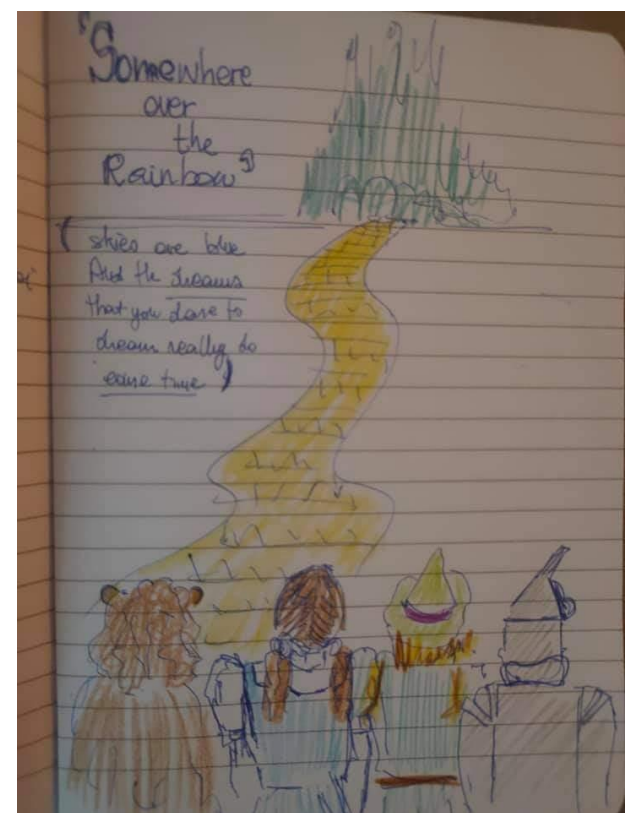


La mia parte inutile e la mia parte utile incredibile come due diversi modi di vivere siano vissuti in modo diverso da ognuno di noi! Tu vivi la tua parte inutile come un problema, un qualcosa che non funziona, io vivo sognando che la mia parte inutile venga fuori... Oggi mi porto dentro la voglia matta di vivere il mio "io inutile" e lasciare in un cantuccio il mio "io utile"... Che poi, riflettendo, utile a chi? A me? Aggiungo: "Viva La Vita", ..Sì, perché anche il doversi vestire in un determinato modo mi fa capire che la parte utile, stressante e pesante, caratterizza le mie giornate. Stacco, ho appuntamento con la

mia "parte inutile" (per gli altri). Buona Stupidera!
Tonino Scuncia
Reggio Calabria

Il mago di OZ rappresenta un po' quello che fa il counselor... Perché il mago di Oz non fa niente, se non ascoltare i viaggiatori nelle loro richieste: Dorothy vuole trovare casa, lo spaventapasseri il cervello, l'uomo di latta il cuore e il leone il coraggio... Ed in tutto questo il mago non fa altro che aiutare loro a capire che è già tutto dentro di loro e che devono solo tirarlo fuori...

Erika Branca
Reggio Calabria



SUPERVISIONE E PENSIERI IN LIBERTÀ (DI MARCO ANDREOLI)

Succede questo. Durante una supervisione di qualche settimana fa una counselor porta la seguente considerazione: "Con la mia cliente sono ad un punto morto. Lei è troppo cognitiva e così ho pensato di proporle l'utilizzo di materiali espressivi per sbloccare la situazione". Quando succedono queste cose non so se essere più intenerito o preoccupato... Nonostante tre anni di percorso insieme, nonostante il mio incessante ripetere AD OGNI OCCASIONE che gli incontri di Counseling sono un percorso processuale e che NON ESISTE la tecnica giusta, il rimando decisivo, il mezzo tecnico che sblocca le situazioni d'impasse, nonostante la mia faccia attonita OGNI volta (e succederà 963 volte al mese) in cui ricevo la stessa identica domanda: "Ma quindi in questo caso, quale è la cosa CORRETTA da dire/fare?", come se ce ne fosse una giusta e tutte le altre sbagliate..... Ecco nonostante tutto questo... Non ci schiodiamo dall'idea che un incontro interpersonale debba essere incasellato in rigide formule matematiche che hanno un unico sviluppo, variabili prevedibilissime ed un UNICO ed INCONTROVERTIBILE risultato: $x = 3!$ E quando, timidamente, ricordo loro che stiamo parlando di esseri umani e che le variabili sono ahimè infinite e l'unico modo per prevederle è SAPERE con certezza che non potrò mai prevederle tutte, mi guardano con quell'aria di scherno mista a sufficienza che vuole dire: "Seee, seee, bei concetti. Ma la verità vera è che tu la risposta GIUSTA la sai ma non VUOI condividerla con noi!!!". E dunque eccomi qua, all'ennesima supervisione ad ascoltare l'ennesima Counselor entusiasta di volersi sperimentare con i mezzi espressivi per "sbloccare" una cliente eccessivamente cognitiva... Ma poi, dico io, che male c'è ad essere eccessivamente cognitivi? Dove sta scritto che "sentire" a diecimila sia meglio che inibirsi le emozioni? E, soprattutto, noi che vogliamo così tanto che i nostri clienti si liberino della loro schiavitù da tutto ciò che è cognitivo, possiamo dire di essere a nostra volta liberi da codesta schiavitù ed in grado di essere sempre in contatto con le nostre emozioni come fossimo un direttore d'orchestra in "trance" musicale? E se la risposta a questa domanda fosse, come è probabile, no, perché mai dovremmo pretendere dai nostri clienti qualcosa che è complicata assai anche per noi? È stato così che alla Counselor in supervisione ho posto una semplice domanda unita ad una considerazione: "Interessante pensare all'utilizzo di materiali espressivi, che certamente possono sbloccare alcune situazioni, ma prima di addentrarci in queste riflessioni, posso chiederti cosa provi nei confronti di questa tua cliente e se ci sono delle cose che avresti voluto dirle e non le hai detto?". Un pugno allo stomaco. Gli occhi che si spalancano, il viso che allenta i muscoli tesi... Eh già. Non ci sono risposte migliori, tecniche risolutive, colpi di teatro da guru. Nell'ascolto di un altro funziona solo una cosa... L'ascolto. Totale. Di ciò che provo mentre ascolto. Di ciò che prova l'altro nel raccontarmi. Delle conseguenze che le due situazioni sopracitate portano all'interno della relazione io-tu. Se so fare questo in modo totale, centrato, presente a me stesso e a chi sto ascoltando, allora poi le tecniche, le risposte, le "genialate" e qualsiasi altro mezzo "lecito" sono tutti strumenti che possono avere una certa efficacia. Ma se manca la premessa, non c'è tecnica che tenga... Il mio rimando viene compreso. La counselor mi dice: "Capisco esattamente cosa mi stai dicendo, ma era più semplice pensare di acquistare materiali espressivi e presentarmi così al prossimo incontro!". Sorrido. Ha ragione. Era più semplice. Peccato fosse meno efficace... E oggi ricevo il feedback dell'avvenuto incontro con la cliente. Scenario capovolto. Il "punto morto" da cui eravamo partiti non solo è resuscitato ma gode di ottima salute! La cliente, trovando l'umanità della Counselor, ha tirato fuori la propria senza indugi e con fiducia, il clima dell'incontro è cambiato dalla notte al giorno... In fondo, nella sua profonda difficoltà, ascoltare professionalmente un'altra persona è un mestiere semplice...

Da quest'anno ci saranno due gruppi di supervisione su Zoom dalle 19.00 alle 21.30. Uno per counselor in formazione e neodiplomati, che ho chiamato "Gruppo di Supervisione Professional", e uno per counselor esperti, che ho definito "Gruppo di Supervisione Advanced". Di seguito le date del 2022 dei due gruppi!

Gruppo Professional	Gruppo Advanced
19 gennaio	26 gennaio
16 febbraio	23 febbraio
16 marzo	23 marzo
13 aprile	27 aprile
11 maggio	25 maggio
8 giugno	22 giugno
5 luglio	12 luglio
14 settembre	28 settembre
12 ottobre	26 ottobre
9 novembre	23 novembre
7 dicembre	14 dicembre



CONNETTIAMOCI!

Da ottobre scorso la nascente sede di Reggio Calabria, in collaborazione con Aspic Piemonte-Liguria, ha fatto partire, per i propri soci, un servizio gratuito di sportello di ascolto "on-line" su 5 incontri. Il servizio ha da subito avuto una buona rispondenza e diversi "sportelli" sono stati avviati ed alcuni di loro si sono anche già conclusi. Di seguito vi facciamo parte delle impressioni dei counselor che ne hanno preso parte e che ringraziamo per il prezioso lavoro svolto, oltre che per questa arricchente testimonianza.

Tramite la collaborazione tra Aspic Piemonte-Liguria e Aspic Reggio Calabria, ho potuto fare l'esperienza "Connessioni" come Counselor. Mi è stata affidata una cliente con la quale avrei potuto fare un percorso di cinque incontri, tramite la piattaforma Zoom. È stata un'esperienza molto interessante, perché mi ha permesso di confrontarmi con una realtà geograficamente distante e, per un certo verso, anche diversa dalla mia. Questo mi ha portato a fare particolare attenzione alla sospensione del giudizio e all'accettazione positiva incondizionata e così ho fatto, ma poi ho anche riflettuto sul fatto che tutti i clienti possono essere distanti o diversi dal proprio counselor. Potendo lavorare per un numero definito e molto limitato di incontri ho pensato che l'ascolto rogersiano fosse il più efficace, vuoi per l'ascolto attivo che trovo molto adatto nella modalità on line e vuoi per l'empatia e la fiducia che aiutano, a mio avviso, a creare uno spazio di ascolto in cui la relazione, nonostante tutto, faccia la differenza. La cliente, che ha richiesto questo servizio quasi per curiosità, ha potuto conoscere meglio come si sviluppa un incontro di counseling e, pian piano, si è



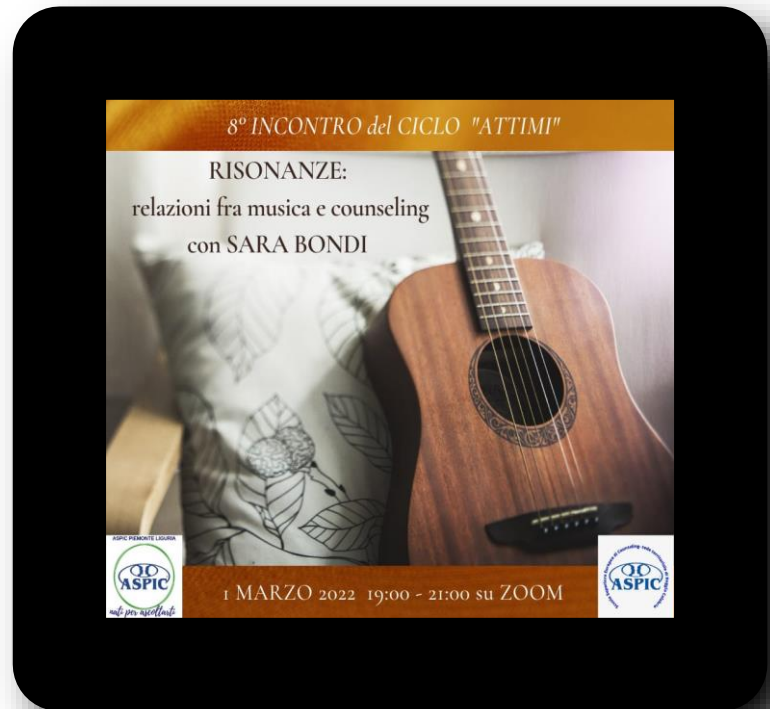
permessa di essere ascoltata, di essere vista e, di conseguenza, ha potuto ascoltarsi e vedersi. La mia fiducia nel processo, poco presente al primo incontro, è cresciuta in modo esponenziale e, al quinto incontro ho salutato una persona cambiata. Mi sembrava diversa anche fisicamente, e in quell'ultimo incontro persino lei stessa si è collegata da una stanza diversa della casa, come a sottolineare il divenire di questo processo. È stata particolarmente importante la Supervisione a inizio

percorso, che mi ha permesso di correggere il mio operato già dall'incontro successivo. Ho apprezzato questa esperienza, non solo dal punto di vista professionale, ma anche da quello personale perché è stato assai piacevole vivere questa relazione: anche io mi sono vista cambiata alla fine.

Maura Allamando



A marzo l'appuntamento con "Attimi arriva SUBITO! Martedì 1 marzo alle 19.00 su Zoom, incontreremo Sara Bondi, Flautista e Counselor, che ci condurrà per mano lungo il confine tra queste due discipline così diverse, eppure così simili ed entrambe certamente affascinanti!



Tra le opportunità che sono arrivate a conclusione del mio percorso di formazione come counselor c'è stata l'esperienza di "Connessioni", in cui, grazie ad Aspic Piemonte-Liguria e Aspic Reggio Calabria, ho avuto modo di incontrare una cliente proveniente da oltre mille chilometri da me. Questa opportunità solo un paio di anni fa poteva sembrare impossibile, o almeno difficilmente realizzabile, invece è stata tecnicamente fattibile grazie a un semplice clic sul computer.



Tramite la piattaforma Zoom, mi sono connessa con una cliente di un'altra regione d'Italia: mi ha fatto sperimentare la vicinanza e la lontananza. Mi piacciono i paradossi e questo, in un certo senso, lo è. La distanza con un cliente si può sperimentare anche seduti uno di fronte (o quasi) all'altro, e si vive ogni volta che ci si differenzia, nel pensiero e nell'espressione di sé. In questa distanza ho

sperimentato la ricchezza che ho ritrovato nell'ascoltare un altro da me nelle sue differenze e nelle sue uguaglianze con me. Mi piace cogliere le differenze, mi permette di notare, di vedere e di vedermi. La cliente mi ha portato uno schema di riferimento personale, composto della sua storia in quanto unica, ma anche da tanti elementi culturali che ho potuto osservare e considerare. Il confronto è stato arricchente. Tante sono state le risonanze.

Inizialmente i 5 incontri prefissati mi sembravano pochi, pensavo non sarebbero bastati per instaurare un rapporto e "lavorare insieme". Invece mi sono ricreduta, Rogers lo insegna: se si pone attenzione (e intenzione) all'autenticità e all'accettazione dell'altro si genera empatia e la relazione avviene. Ancora più bello poterlo cogliere in una manciata di incontri. Abbiamo camminato insieme. Un incontro vero con un altro da me. Sono grata per questa opportunità.

Anna Angelucci

Ecco le nostre prossime date insieme:

7 E 14/2 ALLE 19:00-21:30 TERZO ANNO DEL MASTER IN COUNSELING

9/2 ALLE 19:00-21:00 SESTO APPUNTAMENTO CON IL CICLO DI INCONTRI ATTIMI: "ODI ET AMO – LA GESTIONE DEI CONFLITTI" CON ALESSANDRA CONTA

11/2 ALLE 18:00-20:00 SU ZOOM "IKIGAI: QUALE È LA MOTIVAZIONE CHE TI FA ALZARE LA MATTINA?" IN COLLABORAZIONE CON AIF (ASSOCIAZIONE ITALIANA FORMATORI)

12/2 9:30-18:00 MICROCOUNSELING

16/2 ALLE 19:00-21:30 SUPERVISIONE SU ZOOM PER COUNSELOR IN FORMAZIONE O NEODIPLOMATI CON MARCO ANDREOLI

19/2 ALLE 9:30-18:00 SECONDO ANNO MASTER

21 E 28/2 ALLE 19:00-21:30 MICROCOUNSELING

23/2 ALLE 19:00-21:00 SETTIMO APPUNTAMENTO CON IL CICLO DI INCONTRI ATTIMI: "ODI ET AMO – LA GESTIONE DEI CONFLITTI" CON ALESSANDRA CONTA

24/2 ALLE 19:00-21:30 SUPERVISIONE SU ZOOM PER COUNSELOR ESPERTI CON MARCO ANDREOLI

26/2 ALLE 9:30-18:00 MASTER COSENZA

27/2 ALLE 9:30-12:00 GRUPPO DI CRESCITA A REGGIO CALABRIA CON MARCO ANDREOLI E CLAUDIA SCUNCIA

1/3 ALLE 19:00-21:00 OTTAVO APPUNTAMENTO CON IL CICLO DI INCONTRI ATTIMI: "RISONANZE: RELAZIONI TRA MUSICA E COUNSELING" CON SARA BONDI



IKIGAI
Qual è la motivazione che ti fa alzare la mattina?

venerdì 11 febbraio 2022
18.00 - 20.00
Piattaforma Zoom

<p>RELATORE <i>Marco Andreoli</i></p> <p>Presidente e Fondatore delle sedi ASPIC di Alessandria Savona, Genova, Cuneo e Reggio Calabria. Supervisore accreditato di Counselor e Formatore nell'ambito delle tematiche relazionali, della comunicazione, dell'educazione all'affettività, di prevenzione del disagio nelle scuole, nelle comunità e in aziende.</p> <p>COORDINAMENTO <i>Patrizia Di Berardino – Consigliera AIF Abruzzo/Molise</i></p> <p>DESCRIZIONE</p> <p>Durante l'incontro sarà presentato il concetto giapponese di ikigai, parola composta da "iki", che vuol dire "esistenza" e "gai", che indica lo "scopo". La sua traduzione letterale quindi è "scopo della vita". Insieme cercheremo lo scopo che ci farà svegliare con entusiasmo la mattina. Ognuno di noi possiede il proprio «motore», anche se non tutti ne sono consapevoli.</p>	<p>OBIETTIVI</p> <ul style="list-style-type: none"> • Porsi domande efficaci finalizzate alla ricerca del senso della propria vita <p>PROGRAMMA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Definizione di ikigai • Ambiti di applicazione nel lavoro e nella vita • 14 elementi dell'ikigai • Le 4 domande <p>0,5 CREDITI AIF / 50 posti disponibili</p> <p>Webinar destinato ai soci AIF, sarà data priorità ai soci AIF Abruzzo e Molise in regola con l'iscrizione 2022, a seguire i soci di altre delegazioni.</p> <p>INFO E ISCRIZIONI</p> <p>Iscrizioni entro il 10 febbraio ore 20.00 compilando il form: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe28SdpERouCmN3Au3e8DnsXRKDBBLywbq1oKjSqbMOZEu0Q/viewform?usp=pp_url</p> <p style="text-align: right;"></p>
---	--

ARRIVEDERCI A MARZO!



**Pensiero di fine giornale:
di Marco Andreoli**

Il counselor non è uno psicoterapeuta che ha studiato di meno e che quindi può intervenire sui problemi delle persone in maniera meno complessa e con strumenti meno sofisticati e meno efficaci. Non è così: il counselor è un counselor e lavora sul miglior essere, sulla prevenzione del disagio, sulla qualità della vita e delle relazioni, sulla ricerca di soluzioni e risorse interne ed esterne. Essere Counselor vuole dire partire dal desiderio e non dal bisogno, dalla visione positiva e non dalla patologia, vuole dire che, nelle persone che sono in relazione con noi, il dolore c'è, sicuramente ci sono state le esperienze negative e il passato deprivante e, allo stesso tempo, c'è anche la voglia di andare avanti, di ripartire accettando quelle stesse esperienze negative come qualcosa che ha contribuito a farci essere quello che ora siamo. Nel concreto, il Counselor permette a ciascun individuo di sentire ciò che prova, lo sostiene nel momento in cui riconosce delle parti di sé anche negative e lo accompagna verso l'accettazione di sé e quindi verso una nuova e più profonda consapevolezza.



Il nostro motto: Viva il Counseling dei counselor!!!