

Il posto del counseling nel panorama delle scienze psicologiche

Piera Campagnoli

Piera Campagnoli, Centro Psicologia, via Don Gnocchi 5, 20064 Gorgonzola (MI).
t. 02 95302231 347 0768215 WWW.centropsicologia.it info@centropsicologia.it
Psicoterapeuta, Professional counselor, Coordinatrice delle attività terapeutiche del Centro Psicologia, Coordinatrice e responsabile scientifico della Scuola triennale di Counseling Familiare e dell'Età Evolutiva.

Tornare una volta di più sulla definizione di counseling è un modo per contribuire a una sempre maggiore chiarezza rispetto alla nostra professione. Quando una disciplina diventa chiara diventa più facilmente trasmissibile. Diventa più forte. Questa chiarezza si impone, come bisogno, per aiutarci a cogliere e a definire lo spazio del counseling nell'ambito delle scienze umane. In particolare, è importante definire il confine fra counseling e psicologia, fra counseling e psicoterapia. Mi sembra che esista confusione in merito e che occorra dibattere questo argomento per evitare fraintendimenti.

Il counseling non è psicologia e non è psicoterapia come psicologia e psicoterapia non sono counseling. Si tratta di discipline diverse con ambiti di competenza diversi. E' importante che esista un confine che indichi chi è il counselor, chi è lo psicologo, chi è lo psicoterapeuta e quali sono gli ambiti di competenza di queste professioni. Se questo confine è oscuro e indefinito, si genereranno confusioni e conflitti. Se questo confine è chiaro, psicologi, psicoterapeuti, counselors, possedendo una propria identità definita, potranno sentire con chiarezza qual è il loro ambito di competenza, potranno operare nel loro ambito con tranquillità, nella consapevolezza che non esistono sovrapposizioni confusive e confrontarsi fra loro sapendo di essere diversi ma complementari, una complementarità che torna a vantaggio della cultura psicologica e delle scienze umane.

Counseling e psicologia

La definizione del confine tra psicologia e counseling può articolarsi intorno a tre temi: acquisizione del titolo, tradizioni culturali, strumenti diagnostici.

Acquisizione del titolo di psicologo e di counselor

Psicologo è colui che possiede una laurea in Psicologia. La psicologia viene insegnata nelle Università a grandi gruppi di allievi. Il counseling non viene insegnato, non si può insegnare. Il counseling viene trasmesso mediante corsi di formazione. Che differenza esiste fra insegnamento e formazione? Insegnamento è veicolare conoscenze mediante parole. Formazione è preparare l'allievo attraverso un percorso rivolto alla persona nella sua globalità: mentale, affettiva, esperienziale. Non può avvenire in grande gruppo ma esclusivamente in piccolo gruppo. Le professioni di counselor e di psicologo sono dunque diverse perché diverso è il percorso per acquisire il titolo.

Le radici culturali di psicologia e counseling

Per definire la professione di psicologo possiamo esaminare i programmi delle principali facoltà universitarie di psicologia nonché norme e indicazioni dell'Ordine Psicologi. Appare che la componente diagnostica, medica, di stampo cognitivista è un elemento largamente presente nelle facoltà universitarie e contemplato dall'Ordine fra le mansioni dello psicologo. Il counseling ha tradizioni culturali diverse. Nasce con Rogers e con l'idea di Rogers di fondare una disciplina non medica. Nasce da una concezione dell'umano di matrice fenomenologica. Dunque counseling e psicologia sono discipline diverse perché diverse sono le loro tradizioni culturali.

Strumenti diagnostici

La Psicologia per la tradizione culturale che la caratterizza utilizza i test e considera la diagnosi come momento fondamentale conoscitivo. Il counselor utilizza strumenti non diagnostici. Non utilizza test.

Non possiamo dunque confondere le professioni di psicologo e di counselor in quanto le formazioni sono diverse, i riferimenti culturali sono diversi, diversa è la concezione rispetto alla diagnosi.

Counseling e psicoterapia

Più complesso e articolato è il discorso sulle differenze fra counseling e psicoterapia anche perché il panorama delle scuole di psicoterapia è vasto e variegato.

Se infatti consideriamo i criteri precedentemente analizzati, riscontriamo che:

- per quanto riguarda l'acquisizione del titolo sia counseling che psicoterapia utilizzano una formazione in piccolo gruppo;
- per quanto riguarda la tradizione culturale, esistono scuole di psicoterapia e scuole di counseling con la stessa matrice epistemologica;
- per quanto riguarda la diagnosi possiamo notare che ci sono scuole di psicoterapia che, come il counseling, non utilizzano strumenti diagnostici o testistici.

Ne consegue che i precedenti criteri di distinzione non sono sufficienti per definire la differenza fra counseling e psicoterapia, ma occorre prendere in esame altri aspetti per approfondire ulteriormente l'argomento, in particolare occorre affrontare il tema dei campi applicativi di pertinenza del counselor e dello psicoterapeuta.

Counseling : ambiti applicativi

Se proviamo a definire gli ambiti applicativi del counseling, possiamo dire che sono sostanzialmente: prevenzione, sostegno, attivazione di risorse umane.

Proviamo a chiarire meglio.

Prevenzione

Prevenzione è un intervento applicato nei confronti di un disagio per evitare che questo possa aggravarsi. Per disagio intendiamo un problema momentaneo o circoscritto: una malattia, la perdita di una persona cara, un problema sul lavoro. Disagio non è psicopatologia. L'intervento preventivo è connesso a un miglioramento della qualità della vita è rivolto all'individuo per aiutarlo a scoprire nuove possibilità a livello lavorativo, di coppia, di relazioni familiari e ad attivare nuove potenzialità personali.

Sostegno

È l'intervento di aiuto alla persona malata, morente, disabile, carcerata. È un intervento circoscritto non finalizzato a risolvere il problema che è in questi casi è irrisolvibile, ma che può aiutare la persona a vivere al meglio possibile con quel problema. Il Counselor non può guarire un malato terminale, può accompagnarlo per aiutarlo a vivere nonostante quella situazione drammatica.

Attivazione di risorse umane

Per attivazione di risorse umane si può intendere: formazione, counseling con gruppi di lavoro, counseling aziendale, counseling interculturale, counseling scolastico.

Il counseling è una nuova metodologia di intervento nel sociale?

Proviamo a chiederci se un intervento che opera in situazioni di disagio, sostegno, attivazione risorse umane può essere definito un intervento sociale.

Mi sembra che a questa domanda si possa rispondere affermativamente.

Il counseling, ponendosi l'obiettivo di migliorare la qualità della vita, si presenta come collegato a una cultura dell'aiuto che può avere una significativa ripercussione sul piano sociale. Il counseling può essere considerato un intervento sociale a patto di definire cosa intendiamo per intervento sociale. L'intervento sociale può essere definito come rivolto alla persona (rogersianamente intesa) con scopo preventivo o di sostegno o di attivazione di risorse. Pensare in questi termini l'intervento sociale significa pensare a una cultura del sociale fondata sul concetto di centralità della persona. Se introduciamo nel sociale il concetto di prevenzione, sostegno, attivazione di risorse rivolto alla persona nella sua globalità possiamo pensare che il counselor possa riconoscersi come professionista del sociale ed intervenire nel sociale in modo consono alle proprie radici culturali.

Il counseling può essere considerato un intervento professionale applicato al sociale.

Il counseling può essere considerato un modo più qualificato e competente di intervenire nel sociale, può attivare o potenziare una nuova cultura del sociale caratterizzata da qualificazione e professionalità. Occuparsi in modo professionale di prevenzione, sostegno, attivazione di risorse significa favorire le potenzialità della persona e innalzare il livello delle competenze sociali. Il counselor potrebbe operare in uno spazio attualmente vuoto. Può introdurre nel sociale una cultura dell'aiuto caratterizzata da professionalità e valorizzazione della persona: due elementi attualmente, nel sociale, assenti o parzialmente presenti.

Counselor, Psicologo, Psicoterapeuta: una integrazione possibile

Definire il counseling come intervento applicabile al sociale potrebbe tracciare una chiara distinzione fra l'ambito di competenza del counselor e quello dello psicoterapeuta. Se operiamo questa distinzione possiamo definire lo psicoterapeuta come il professionista che opera con la psicopatologia, il counselor come il professionista che interviene in situazioni sociali.

Fra counselor e psicologo la differenza è culturale e metodologica. La differenza consiste nel fatto che il counselor è formato a condurre un colloquio d'aiuto mentre lo psicologo ha competenze diverse. Non è formato a condurre un colloquio e ad applicare tecniche di ascolto. Può possedere informazioni teoriche in merito, non formazione.

Si rende dunque necessario oltrepassare un modo di pensare per cui cultura dell'aiuto è psicologia o psicoterapia. E' stato così nei decenni precedenti perché psicologia e psicoterapia erano gli unici strumenti per una cultura dell'aiuto finalizzata alla crescita psicologica della persona.

Gli altri interventi del sociale hanno svolto prevalentemente mansioni assistenziali o educative. Il counseling va dunque collocato come risorsa che, nel sociale, va oltre l'attuale immagine che abbiamo del sociale. Il counseling è un intervento finalizzato a favorire la crescita psicologica della persona per un miglioramento della qualità della vita. Può integrare il lavoro dell'insegnante, dell'assistente sociale, del medico, delle strutture ospedaliere, dell'azienda, dei comuni, degli operatori socioassistenziali. Si pone nel sociale come cuscinetto fra l'intervento educativo e quello psicologico o psicoterapico non sovrapponendosi né all'uno né agli altri, ma affiancandoli con una propria specificità e occupando uno spazio attualmente vuoto.

Operare questa distinzione significa evidenziare che counselor, psicologo, psicoterapeuta sono professionisti con mansioni circoscritte e chiare. Se gli ambiti sono distinti, questi professionisti possono collaborare e integrare i loro interventi. L'intervento di counseling, in alcuni casi, può precedere l'invio allo psicoterapeuta e lo psicoterapeuta può consigliare il counseling in situazioni di prevenzione, sostegno, formazione in ambito lavorativo. Potrebbero esistere équipes multiprofessionali dove psicoterapeuta, counselor ed altri professionisti cooperino in modo integrato per un intervento più qualificato. Considerare la possibilità di integrarsi senza snaturarsi e senza sovrapporsi può arricchire il panorama delle scienze umane con ripercussioni positive sia sul piano della ricerca scientifica che su quello della crescita sociale.