



il counselling un aiuto nei momenti di crisi

"...per trovare gli alberi della libertà nella foresta dei vincoli..." (Von Foerster)

COS'È IL COUNSELLING

La parola "counsel" deriva dal latino "consilium" che, nel suo significato traslato significa "consiglio, giudizio, consultazione". ci sono numerose traduzioni della parola "counselling" e ogni termine utilizzato nella lingua italiana rischia di essere improprio o impreciso. la definizione letterale "consiglio dato da un consigliere, consulente" non è di aiuto, perché pone l'accento sulla parola "consiglio", la quale è essenzialmente l'opposto di quel che il counsellor intende fornire. né si può attribuire al counsellor la tradizionale funzione di consulente inteso come la figura professionale che, attraverso le proprie specifiche conoscenze, esprime un parere di competenza su questioni di ordine tecnico.

Il counselling è una "relazione di aiuto" tra counsellor e uno o più clienti (singoli, individui, coppie, famiglie, gruppi, o istituzioni), con l'obiettivo di fornire ad essi opportunità e sostegno, affinché sviluppino le loro risorse e promuovano il proprio benessere, affrontando specifiche difficoltà o momenti di crisi, di natura non psicopatologica. L'obiettivo del counselling consiste nell'aiutare le persone a individuare e dare fiducia alle proprie capacità e punti di forza, fornendo opportunità e sostegno per sviluppare le loro risorse e promuovere il loro benessere come individui e come membri della società.

A CHI SI RIVOLGE...

possono beneficiare del counselling il singolo individuo, la coppia, la famiglia, il gruppo che richiede di essere aiutato, mediante un'opera di supporto, in un percorso formativo e un processo di sviluppo personale, inerente una specifica problematica.

il counselling può quindi essere:

- **individuale** (la persona chiede aiuto per superare un periodo difficile, una crisi, per sviscerare un problema, per prendere una decisione)
- **di coppia** (quando ci sono crisi coniugali legate ai più svariati motivi)
- **familiare** (quando c'è disagio provocato dalla complessità del ciclo di vita: la nascita dei figli, la loro adolescenza, l'uscita di casa, la mezza età, l'invecchiamento, la malattia di uno dei membri, i lutti...)

CHI È IL COUNSELLOR?

il counsellor è la figura professionale, che aiuta il cliente a cercare soluzioni di specifici problemi di natura non psicopatologica e, in tale ambito, aiuta a prendere decisioni, a gestire crisi, a migliorare relazioni, a promuovere e sviluppare la consapevolezza personale su specifici temi, promuovendo l'autonomia personale e riconoscendo il diritto della persona di autodeterminarsi e di stabilire gli obiettivi per il proprio sviluppo e benessere.

è una figura di facilitatore con capacità di gestione di situazioni conflittuali e di crisi. tramite il suo specifico ruolo, aiuta il cliente a una corretta definizione del suo problema e, attraverso lo stimolo al cambiamento di prospettiva, favorisce la ricerca di possibili soluzioni.

l'obiettivo finale è quello di offrire alle persone l'opportunità di individuare essi stessi i percorsi migliori per condurre una vita più soddisfacente, sia come individui sia come membri di una società più ampia.