

Stili di apprendimento nel Counselling: metodi ed esperienze a confronto

Stefano Lauciello
Raffaele Mastromarino

In questo articolo si riportano, in una prima parte, i contenuti presentati nell'intervento gli "*Stili di apprendimento nel Counseling: metodi ed esperienze a confronto*" e, in una seconda parte, la sintesi dei contributi raccolti da Stefano Lauciello emersi nel lavoro di gruppo coordinato da R. Mastromarino nell' Expert meeting organizzato dal Coordinamento Nazionale Counsellor Professionisti (CNCP) il 6-7 Novembre 2010 dal titolo "La formazione: Standard di qualità".

In questo articolo quando si parla di stile di apprendimento si intende la modalità che il formatore può mettere in atto per stimolare un apprendimento significativo.

Di seguito si forniscono alcune riflessioni sui diversi stili che favoriscono l'apprendimento e dei differenti metodi di insegnamento che possono essere tenuti presenti nell'ambito della formazione e che sono stati usati come punto di partenza per il lavoro di gruppo all'interno dell'expert meeting. Questo gruppo ha avuto l'obiettivo di promuovere uno scambio su come si insegna e si facilita l'apprendimento nei diversi corsi di counselling che hanno approcci teorici differenti.

Per apprendimento significativo nei partecipanti ai corsi di counselling si intende l'abilità del formatore di sviluppare nei counsellor in formazione una crescita sia professionale che personale.

Quando si parla di crescita professionale del counsellor ci si riferisce a quali contenuti trasmettere nella formazione e a come trasmetterli

Quando si parla di crescita personale si intende a come il formatore può facilitare la creazione di un clima di gruppo che favorisca lo sviluppo del sé dei singoli partecipanti.

Per promuovere tali le competenze è necessario che un formatore sia attento sia ai contenuti che al processo di come si trasmettono.

Per quanto riguarda la trasmissione delle competenze professionali è necessario che il formatore sia capace di:

- essere padrone dei contenuti in maniera tale da trasmetterli in modo comprensibile
- considerare i principi di base della metodologia didattica
- tener presente le diverse fasi del processo di insegnamento e i differenti stili di apprendimento che vengono attivati nelle sue diverse fasi.

Per quanto riguarda lo stimolare la crescita personale nei counsellor in formazione è importante che il formatore:

- si conosca in modo tale che i problemi personali non interferiscano nella sua attività e
- sia in grado mettere in atto dei comportamenti e degli atteggiamenti che promuovano la creazione di un clima relazionale che favorisce lo sviluppo del Sé .

Segue una breve spiegazione delle competenze menzionate precedentemente.

Per quanto riguarda la capacità di essere comprensibile è utile che il formatore nel trasmettere i contenuti faccia riferimento alle categorie individuate dall' Istituto di Psicologia di Amburgo caratterizzanti la comprensibilità del linguaggio usando una comunicazione semplice, ordinata, breve e stimolate (Franta, Salonia 1979).

Altra competenza che il formatore dovrebbe avere è la capacità di saper progettare e realizzare in modo appropriato un intervento prendendo in considerazione i principi della metodologia didattica e quindi: motivare, concordare gli obiettivi, adeguare il proprio intervento a chi si ha di fronte, mantenere direzione, tener desta l'attenzione, proporre delle attività di rinforzo e verificare l'efficacia dell'intervento. Per

approfondire i principi della metodologia si rimanda alla lettura dei testi di Pellerrey (1979) e di Mastromarino (1990).

Per favorire nell'intervento un apprendimento significativo nei counsellor in formazione è utile che il formatore prenda in considerazione gli stili di apprendimento proposti da Scilligo (1987) facendo riferimento alla teoria proposta da Kolb e Fry (1975) che sostiene che l'insegnamento sia un processo ciclico costituito da 4 fasi (EC, OR, CA, SA) e all'interno di queste fasi si promuovono 4 diversi stili di apprendimento divergente, assimilativo, convergente e accomodativo (cfr. fig. 1).

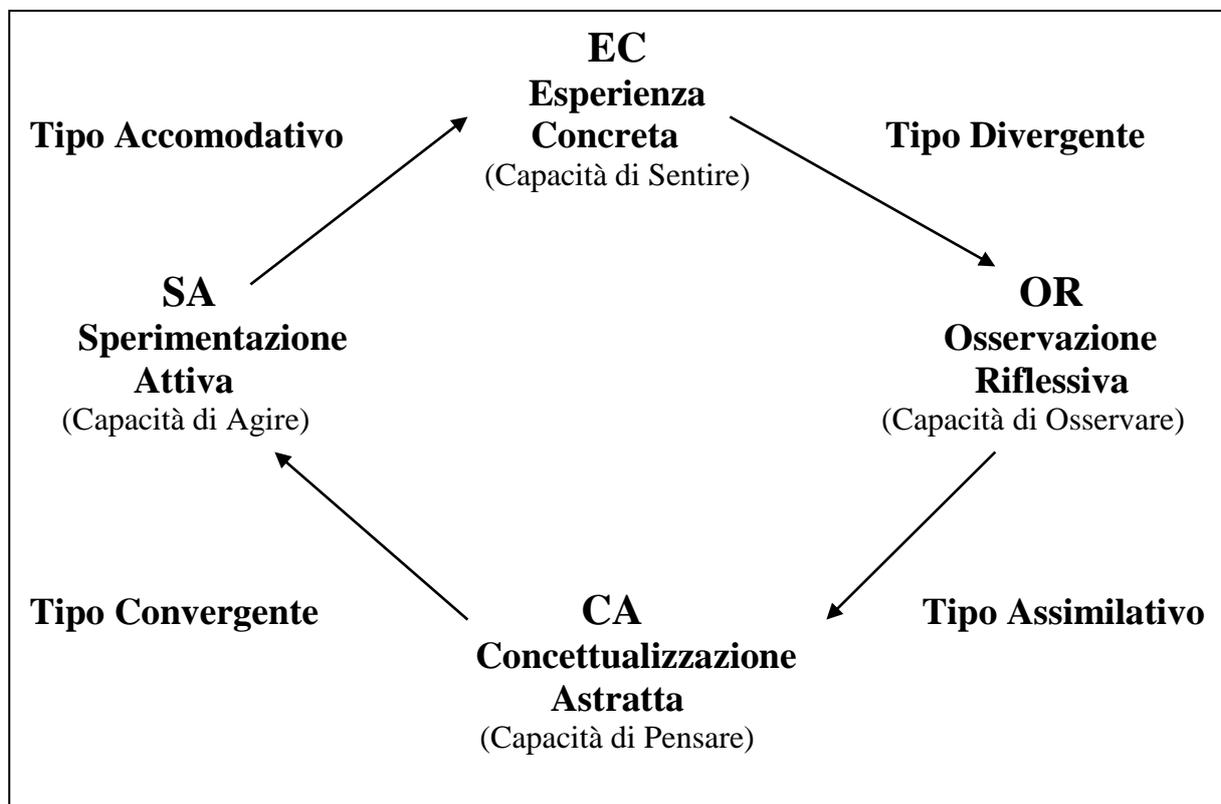


Fig 1.

Ci soffermiamo maggiormente su questo punto in quanto legato al tema proposto all'expert meeting.

1. Il tipo Divergente si trova meglio nell'apprendere partendo dall'esperienza concreta per osservare in modo riflessivo ciò che avviene.
2. Il Tipo Assimilativo apprende meglio partendo dall'osservare ciò che avviene nell'esperienza e per concettualizzarla.
3. Il Tipo Convergente apprende meglio partendo dalla concettualizzazione astratta (teorica) per sperimentare ciò che ha studiato attivamente sul campo.
4. Il Tipo Accomodativo apprende meglio dalla sperimentazione attiva sul campo facendo in questo modo un'esperienza concreta ed impara da ciò che scopre dall'esperienza concreta che fa.

Ogni persona ha un proprio stile di apprendimento preferenziale ed apprende meglio quando nella formazione viene attivato tale stile.

Per questo motivo il formatore per essere efficace nella sua attività è importante che utilizzi tutte e quattro le diverse fasi di questo ciclo in modo che tutti i partecipanti si ritrovino a sperimentare il proprio stile di apprendimento preferenziale. Per questo è fondamentale che il formatore non proponga nella formazione solo il proprio stile di apprendimento privilegiato.

Nell'attività formativa si può partire da qualsiasi fase del processo di insegnamento.

Per esempio nell'insegnare ai counsellor in formazione come gestire una dinamica di gruppo iniziale che ha come scopo di creare un clima che facilita l'apprendimento si può: partire *dall'esperienza concreta* realizzando con loro una dinamica di gruppo iniziale, per poi passare *all'osservazione riflessiva* analizzando gli stimoli, la sequenza che viene messa in atto e gli effetti che ciò produce nei singoli membri del gruppo che nel gruppo intero, per poi passare alla *concettualizzazione astratta* illustrando i principi teorici a cui si è fatto riferimento nel realizzarla ed infine passare *alla sperimentazione attiva* proponendo loro di progettare e sperimentare la conduzione di una dinamica di gruppo iniziale.

Per quanto riguarda la capacità del formatore di stimolare la crescita personale nei counsellor in formazione si vuole sottolineare innanzi tutto che il gruppo di formazione non è un gruppo di terapia ma può essere terapeutico se il formatore è in grado di creare un clima relazionale che permette lo sviluppo del sé.

Per affermare ciò si fa riferimento agli studi sullo sviluppo del Sé e in modo particolare all'Analisi Transazionale Socio Cognitiva proposta da Pio Scilligo (2009).

Coerentemente agli studi su Sé egli sostiene che il Sé è in continua trasformazione in base alla qualità delle relazioni che la persona instaura, ed è il precipitato della relazione tra la persona e gli altri importanti nonché l'impatto che l'una ha sugli altri e viceversa.

La figura n.2 illustra il processo di strutturazione e revisione continua del Sé. E' possibile osservare che il Sé si struttura nelle relazioni importanti, per esempio tra il genitore (proponente) e il figlio (rispondente), in un processo di continua interdipendenza sia per il figlio che per il genitore. Entrambi inoltre, si proporranno e risponderanno, ad "altri importanti", a partire dal loro Sé e grazie anche a queste nuove relazioni il Sé può essere continuamente rinforzato o ristrutturato.

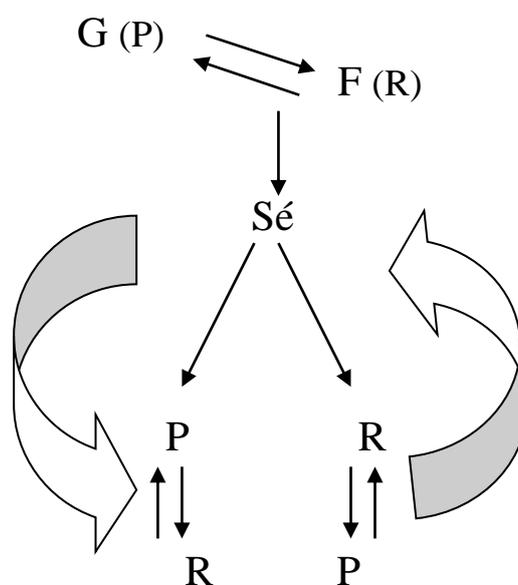


Fig.2

Questo processo può spiegare l'importanza che il rapporto con il formatore, in qualità di "altro importante", può avere sulla crescita

dell'individuo, sia a livello individuale che a livello di gruppo, e la necessità che questi sia in grado di promuoverne lo sviluppo.

Il formatore per incidere su questo processo deve:

- a livello individuale proporsi e rispondere, ai singoli individui del gruppo, in modo da instaurare con loro una relazione "sana" che può divenire parte integrante della formazione del loro Sé. Così facendo può modellare quei comportamenti e atteggiamenti del Proponente e del Rispondente caratterizzanti quella che lui chiama quaterna del benessere, che possono avere un impatto sullo sviluppo del Sé dei singoli individui e che sono riportati nelle figure 3 e 4.

- a livello di gruppo facilitare la formazione di un clima di gruppo che promuova relazioni in grado di sostenere lo sviluppo del benessere psicologico degli individui e permettere così che il gruppo in sé possa, come altro importante da interiorizzare, favorire lo sviluppo del Sé.

Sintetizzando è importante che il formatore sia in grado di mettere in atto e promuovere nella relazione tra i membri del gruppo gli atteggiamenti e i comportamenti riportati nelle seguenti figure

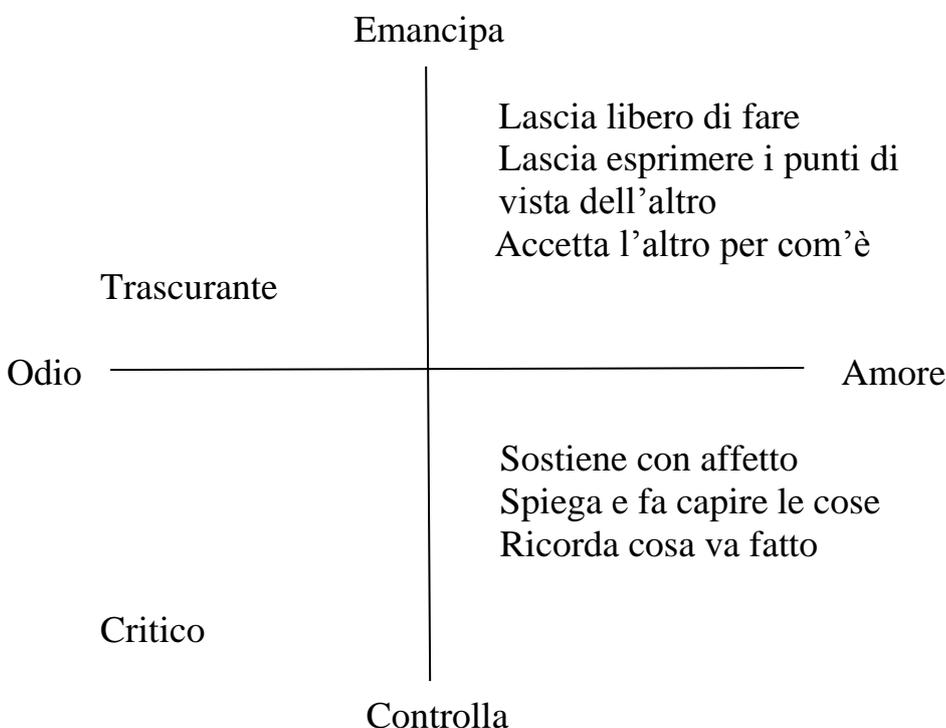


Fig. 3 Proponente

quindi avremo un counsellor che è formato in base all'approccio Rogersiano, Bionergetico, Analitico Transazionale ecc....

- Al di là dell'approccio che si segue il Counsellor diventa un professionista nel momento in cui quando opera è capace di sapere a quali principi filosofici e teorici fa riferimento.
- E' fondamentale, al di là dell'approccio a cui ci si ispira, che la metodologia dell'intervento sia coerente all'obiettivo generale di formare dei counsellor, cioè persone competenti nelle relazioni di aiuto.
- Il dibattito in corso sulla differenza tra counsellor e la psicoterapia è fondamentale per poter chiarire sempre meglio i confini tra queste due professioni e poter differenziare sempre di più i due percorsi formativi. Si ritiene infatti che se non si chiarisce il confine tra psicoterapia e counselling è difficile sapere cosa insegnare e cosa non insegnare. Più è chiara la distinzione e il confine di ciò che è counselling e ciò che è altro e più è possibile sapere su cosa è necessario focalizzarsi nella formazione per favorire un apprendimento appropriato.
- Anche se gli approcci sono diversi alcune modalità di intervento come il tener conto del metodo fenomenologico e alcune tecniche di insegnamento sono comuni a molti, come ad esempio: i giochi di ruolo, le drammatizzazioni, il video modelling, la registrazioni di casi reali. Tra le diverse metodologie di apprendimento è apparso interessante quello di analizzare, ovviamente previo il consenso dei clienti, alcuni frammenti di registrazione di colloqui per illustrare sia le caratteristiche dell'intervento di counselling sia le sue diverse fasi di intervento; ciò permette agli allievi di apprendere osservando "dal vivo" in che consiste un intervento di counselling e allo stesso tempo mostrare in questo modo che il "counselling esiste".
- Se nell'intervento si integrano tecniche provenienti da diversi approcci è importante che il counsellor sia in grado di concettualizzare ciò che sta facendo. Si è affermato che un professionista può ritenersi tale nel momento in cui è consapevole e sa spiegare ciò che fa.

- Tra i diversi punti di contatto tra gli approcci è emerso che nella formazione si pone maggior attenzione sulla relazione che si stabilisce tra docente e allievo e docente e il gruppo di formazione che su tecniche specifiche, in quanto la qualità relazionale che si istaura nel gruppo è fondamentale per l'apprendimento. In questa linea si collocano alcuni corsi di counselling dove il formatore è un agevolatore di processo e il gruppo è strutturato come "comunità di apprendimento".
- E' possibile fare formazione partendo da modelli non precostituiti e costruire (co-costruire) con il gruppo attraverso l'arte della maieutica l'intervento formativo adeguato all'esigenza del momento. Per realizzare tale processo formativo è possibile partire da un qualsiasi stimolo da uno più cognitivo come una domanda o una riflessione, a uno più artistico e creativo come un disegno, un immagine o una poesia
- Il "rispetto della persona", fondamentale per la formazione, passa attraverso il tipo di intervento che si sceglie di fare in quel contesto, con quel gruppo specifico e tenendo conto del punto di partenza e dei tempi del gruppo e del tempo che il formatore ha a disposizione per il suo lavoro.
- E' fondamentale partire dalla filosofia che è alla base di ogni approccio per poter passare all'azione formativa che appunto viene illuminata dal quadro di riferimento di tale approccio.
- E' indispensabile che ogni formatore che segue uno specifico approccio sia consapevole dei propri limiti e pregi e sia in grado di agire mettendo insieme in modo coerente i propri pensieri e sentimenti

Di seguito viene riportata una breve sintesi emersa nei gruppi di lavoro che illustra alcuni aspetti di come è caratterizzata e si differenzia la formazione dei counsellor a seconda dei modelli teorici di riferimento. Sono sintetizzati solo i contributi dei rappresentanti dei diversi approcci che erano presenti all'interno dei differenti gruppi di lavoro per cui di seguito non si presenteranno di tutti gli approcci che sono all'interno delle scuole di counselling che afferiscono all'interno del CNCP.

Inoltre la sintesi non descrive in modo dettagliato le caratteristiche dell'approccio presentato, ma ciò che è emerso dallo scambio tra i diversi componenti dei gruppi e potrebbe essere usata come stimolo e punto di partenza per una indagine e successiva pubblicazione che descrive le caratteristiche teoriche e pratiche delle differenti scuole di counselling

APPROCCIO ROGERSIANO

Tale approccio si fonda su una visione filosofica della persona umana non deterministica in cui la persona ha il potere, la responsabilità, la libertà e le risorse per autodeterminarsi e quindi sia la formazione che l'intervento di questo approccio è caratterizzato dalla "non" direttività. Ciò non esclude anzi sottolinea l'importanza che si dà nella formazione e nell'intervento al mantenere una chiara "direzione". Quindi si può essere non direttivi e mantenere direzione tenendo conto delle esigenze e delle persone che si hanno di fronte.

La formazione si caratterizza dal "Saper, saper fare e saper essere" e quindi nello stimolare gli allievi a conoscere e a saper applicare alcune competenze, ma allo stesso tempo come tener conto del proprio modo di essere nel metterle in atto.

Ad esempio facendo riferimento all'uso del "gruppo di incontro", tipico dell'approccio Rogersiano, il corso di formazione può iniziare con realizzarne uno con il gruppo degli allievi in modo da mostrare loro come funziona e nello stesso tempo promuovere il loro saper essere, obiettivo centrale per la loro formazione.

In questo modo è possibile anche modellare rispetto al "sapere e al saper fare" come viene usato il metodo fenomenologico per illustrare ciò che nella avviene nel gruppo. In modo particolare viene mostrato come si inizia il gruppo per creare un clima favorevole all'apertura dei singoli, come si conduce il processo centrale e come si può chiudere il processo di gruppo.

APPROCCIO GESTALTICO

Un aspetto che è stato sottolineato nella formazione dei counsellor che fanno riferimento a questo approccio è l'importanza che viene data alla

capacità del formatore di saper usare la consapevolezza di sé e di tener conto di ciò che avviene nel presente, "nel qui e ora", per favorire negli studenti le stesse competenze. Oltre alla consapevolezza e il tener presente il "qui e ora" un altro aspetto che caratterizza la teoria e quindi la formazione e la pratica di questo approccio è il "contatto Io-Tu" che sottolinea l'importanza della relazione nell'intervento in campo psico-socio-educativo.

Uno dei principali obiettivi del gruppo di formazione è quello di stimolare gli allievi counsellor ad essere consapevoli di sé e quindi come imparare, cominciando dal gruppo di apprendimento, sia a dare nome a ciò che sente sia a come usare la consapevolezza di sé nello stare in relazione agli altri per poi poterlo applicare nella sua attività professionale.

Per apprendere tutto ciò nella formazione vengono impiegati anche "giochi di ruolo", simulate, drammatizzazioni, stimoli artistici (fare un disegno, una pittura, ascoltare o comporre una musica, ecc.)

Viene riportata un'esperienza di uno dei componenti del gruppo di lavoro che facevano riferimento all'approccio gestaltico per illustrare come vengono usati tali concetti nell'intervento formativo.

Un formatore era stato chiamato a svolgere una lezione all'interno di un ultimo modulo di un corso di counselling e aveva preparato un programma specifico, anche ben organizzato aderente al mandato ricevuto. Il gruppo degli allievi invece non era intenzionato a seguirlo e quindi non voleva saperne di svolgerlo. Quel punto il formatore invece di andare a fare un braccio di ferro sul cosa fare, ha iniziato ad esplorare insieme agli studenti ciò che stava avvenendo per comprendere come mai erano arrivati alla conclusione di non voler seguire quel contenuto e successivamente ha usato quello che era successo nel "qui e ora" per realizzare il suo intervento formativo, non seguendo così lo schema preconfezionato ma usando quello che era avvenuto presente. Ciò mostra l'importanza sia di programmare gli interventi, ma adattarli al contesto e quindi alla situazione che ci si trova di fronte.

Tutto questo è stato possibile in particolare grazie al fatto che il formatore è stato capace di usare il "qui e ora" e di essere "consapevole di sé" e di "stare in contatto" sia con i bisogni del gruppo che con i bisogni della formazione.

APPROCCIO SISTEMICO

La filosofia su cui si fonda questo approccio è che il gruppo di formazione col suo potenziale creativo e rigenerativo è un sistema di cui anche il formatore ne è parte integrante insieme ad altri sottosistemi come quello degli allievi.

L'intervento formativo è caratterizzato dalla capacità del formatore di saper leggere in termini sistemici e circolari i bisogni di formazione dei diversi allievi ascoltando le loro esigenze ed emozioni. Nell'intervento formativo ogni sottosistema contribuisce in modo circolare al raggiungimento degli obiettivi prefissati.

Caratteristica di questo approccio è anche quello di saper leggere messaggi, richieste o domande implicite che arrivano al formatore. Ad esempio in un gruppo di formazione era emersa una richiesta di avere una definizione professionale del Counseling e quindi di definire l'identità professionale del Counsellor; nell'esplorare questa richiesta è emerso il bisogno dei differenti membri del gruppo di definirsi professionalmente e la discussione che ne è seguita su questo tema ha permesso loro di definirsi maggiormente.

APPROCCIO PLURARISTICO INTEGRATO

In questo approccio la formazione si fonda su alcuni principi di base tra i quali quello di imparare ad osservarsi prima dentro di sé per aiutare gli altri ad imparare e quello di insegnare mettere al centro di ogni intervento il rispetto per la persona.

L'obiettivo nella formazione del Counsellor è quello di far acquisire agli allievi delle competenze sia personali che professionali per diventare un esperto nella relazione di aiuto. In questo approccio si integrano diversi approcci e si punta sul potenziare i talenti personali degli allievi in formazione per poter utilizzarli nella propria pratica professionale, quindi ci sarà chi userà nel suo intervento più il corpo, chi la pittura, chi la musica, chi con metodi verbali, ecc...

Quindi il formatore promuove l'auto esplorazione degli allievi per individuare come le molteplici competenze necessarie per la relazione di aiuto possono essere attualizzate in modo coerente attraverso le diverse modalità espressive dei singoli allievi

APPROCCIO ARTISTICO

Questo approccio è legato a forme artistiche per insegnare agli allievi counsellor a come prendersi cura di sé e a prendersi poi cura dei suoi utenti. Più il counsellor si conosce più si può prendere cura e più può usare se stesso per prendersi cura degli altri.

In questo approccio si usa la creatività anche per insegnare. Ad esempio quando si propone di fare un disegno e le persone si sentono bloccate perché ci si sentono giudicati, impreparati, ecc.... il formatore può facilitare il superamento di questo blocco dando il permesso di fare un disegno brutto, il più brutto che gli è possibile o di farlo con la mano sinistra se usa abitualmente la destra o viceversa.

In questo modo si sottolinea come ci si può prendere cura delle proprie difficoltà, anche se si sbaglia, gustandosi quello che si fa piuttosto che porre l'attenzione al risultato.

APPROCCIO ANALITICO TRANSAZIONALE

Uno degli elementi base della filosofia dell'Analisi transazionale è l'OKness, cioè porsi in una posizione di parità (io vado bene, tu vai bene) con la persona o le persone con cui si è in relazione, indipendentemente dal ruolo dei singoli o delle abilità che si posseggono e anche la formazione si fonda sull'attualizzazione di tale aspetto.

Un altro aspetto che viene preso in considerazione in questo approccio è quello dell'importanza dello scambio di "carezze" (riconoscimenti) e come nell'intervento di counselling può essere molto efficace con gli utenti. Una testimonianza di ciò è riportata da una persona che raccontava di una sua allieva che al termine del primo anno di counselling aveva presentato una tesi dal titolo "non è mai troppo tardi per le carezze" in cui descriveva il suo lavoro all'interno di un istituto di lungo degenza per persone non

autosufficienti. In questo elaborato ha mostrato, anche attraverso fotografie, come, instaurando relazioni basate sull'OKness e, ponendo attenzione ai riconoscimenti forniti ad ogni singolo individuo, la gioia ha pervaso le loro espressioni, i loro volti.

Nella formazione si pone quindi fondamentale attenzione a come modellare gli allievi a instaurare relazioni paritarie e rispettose di sé e dell'altro. Inoltre si insegna loro come utilizzare le proprie competenze relazionali, e comunicative nei diversi contesti professionali, ponendo al centro dell'intervento l'unicità e l'importanza di ogni singola.

In questo approccio viene data molta importanza anche al contesto in cui si opera, e alla definizione di uno specifico intervento guidato da un concordato contratto bilaterale tra formatore e allievo o tra counsellor e utente.

Infine è stata evidenziata la distinzione tra il counsellor e lo psicoterapeuta facendo riferimento alle seguenti fasi dell'intervento che caratterizzano questo approccio:

- Alleanza, lo scopo di questa fase è quello di instaurare e mantenere una buona relazione con l'utente, di chiarire il problema che porta, fare l'analisi della richiesta e giungere a un contratto accettabile e raggiungibile.
- Decontaminazione scopo di questa fase è stimolare la persona a comprendere e essere consapevole del motivo per cui ha quella specifica difficoltà
- Riapprendimento scopo di questa fase è quello di stimolare la persona a sperimentare nuovi comportamenti e abilità che possono aiutarla a risolvere in modo concreto il suo problema. Se al termine di questa fase la persona si sente bloccata a livello emotivo è necessario passare alla fase successiva
- Deconfusione questa fase può essere messa in atto solo da un psicoterapeuta e ha scopo è stimolare la persona ad entrare in contatto con alcuni aspetti emotivi arcaici che la mantengono bloccata al problema portata
- Riapprendimento che si ritorna alla fase descritta precedentemente dopo che la persona si è liberata di alcuni aspetti emotivi che le

impedivano di utilizzare i comportamenti e le abilità necessarie per superare il problema portato.

Si riporta infine uno schema elaborato da un partecipante ad un sottogruppo di lavoro riprendendo gli interventi delle persone che hanno descritto gli elementi caratterizzanti i diversi approcci di intervento di counselling.

Nella tabella seguente si riportano solo gli approcci presenti in quel piccolo sottogruppo e fa riferimento a quello che i partecipanti hanno detto rispetto a quell'approccio e quindi non pretende di essere esaustivo o appropriato, ma potrebbe essere usato come punto di partenza per uno studio più approfondito che evidenziano le caratteristiche specifiche di ogni approcci.

	AT	GESTALT	PLURARISTICO INTEGRATO	SISTEMICO
Rispetto	X	X	X	X
Consapevolezza	X	X	X	X
Crescita della persona	X	X	X	
Centralità della persona	X	X	X	
Responsabilità	X	X	X	
Autonomia	X			X
Contatto		X		X
Bisogni del momento		X		X
Alleanza	X	X		X
Creatività			X	
Stimolo	X	X		X
Analisi delle emozioni				X
Accoglienza	X			X
Aspetto relazionale			X	X

Bibliografia

- Benjamin, L.S., (2004). *La Terapia Ricostruttiva Interpersonale: provocare cambiamento nelle persone che non rispondono*. Roma: LAS.
- Franta, H., Salonia G. (1979). *Comunicazione interpersonale*. Roma: LAS.
- Kolb,D:A., Fry,R. (1975). *Toward an Applied Theory of Experiential Learning*. In C.L. Cooper (Ed.) *Theory of Group process*. New York:Wiley.
- Mastromarino, R. (1990) *L'azione didattica*. Roma: Armando.

- Mastromarino R.(2010), Il gruppo di formazione esperienza di crescita professionale e personale. *Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze Umane*, 53, 80-97.
- Pellerey, M. (1979). *Progettazione didattica*, Torino: SEI.
- Scilligo, P. (1987). Questionario sugli stili di apprendimento. *Polarità*, 1, 97-106.
- Scilligo, P. (1987). Imparare ad apprendere e risolvere i problemi. *Polarità*, 1, 107-124.
- Scilligo, P. (2009). *Analisi transazionale socio-cognitiva*. Roma: LAS