

L'incoraggiamento nel *counseling* con i minori

CHIARA BERSELLI

Summary – ENCOURAGEMENT DURING THE COUNSELING WITH MINORS. Adler says that the inferiority feeling is innate and so it is functional for the individual, functional to its overcoming. Parents, educators, psychologists and counselors have to promote this adlerian encouraging process to prepare children to face the most important tasks of life with a feeling of cooperation. Children who arrive to a psychological counseling haven't overcome their inferiority feeling but, on the contrary, they have often cultivated it. And we have to address encouragement both towards parents and children. In fact, adults are the emotional world of children and Adler teaches us that emotions can modify the situations in favour of those individuals who feels them.

Keywords: STRATEGIES OF ENCOURAGEMENT, CHILDREN, COUNSELING

I. Il *counseling* adleriano: alcuni aspetti teorici e metodologici

Il *counseling* è una particolare modalità di intervento comunicativo, finalizzato ad affrontare le difficoltà nei momenti critici dell'esistenza, favorendo il passaggio da una condizione di disagio a una di benessere, in un tempo relativamente breve. Talvolta, l'istanza di cambiamento, oltre che ad una situazione di disagio, si può riferire a un'abitudine o addirittura a una caratteristica dello stile di vita dell'individuo. Il *counseling* adleriano, come l'analisi e la psicoterapia, si riferisce, infatti, a una teoria della personalità che ha come costruito fondamentale lo stile di vita, un sistema di convinzioni soggettive relative alla concezione di sé e del mondo tipiche dell'individuo, il quale si comporta *come se* tali convinzioni fossero giuste e utilizza il proprio stile di vita per orientarsi, conoscere, prevedere l'ambiente.

Occorre, dunque, entrare nello stile di vita del paziente per poterlo comprendere, utilizzando una comunicazione a lui familiare, una modalità comunicativa che non sia necessariamente solo il linguaggio parlato. L'approccio della Psicologia Individuale è particolarmente adatto a questo scopo: "vedere coi suoi occhi, sentire con le sue orecchie, vibrare col suo cuore", diceva Adler [3]. Proprio per l'im-

portanza che riveste la necessità di essere in sintonia col paziente, è opportuno centrare l'attenzione sulla comunicazione, strumento cardine del processo relazionale d'aiuto, già ampiamente trattata per quanto riguarda gli aspetti verbali e non verbali del linguaggio, ma generalmente poco approfondita relativamente alle possibilità di utilizzare gli strumenti necessari a decodificare il linguaggio spesso criptico di tale tipo di comunicazione e di impiegare addirittura le modalità comunicative del paziente; noi adleriani godiamo di tale vantaggio.

La relazione di *counseling*, infatti, si svolge solo apparentemente sul piano conscio: se comunicare significa trasmettere messaggi codificati in simboli noti ad entrambi gli interlocutori, è altrettanto vero che ogni codice veicola oltre ai pensieri anche emozioni e significati inconsci dell'individuo; il *counselor* deve pertanto riconoscerli per cogliere, dietro alla formulazione di un problema, le motivazioni più profonde e rispondere ad esse più che preoccuparsi di trovare soluzioni.

Il *counselor* adleriano, al pari del terapeuta, è una persona partecipativa che mostra un sincero interesse nei confronti del paziente, è libero di sperimentare sentimenti, emozioni e di esprimerli. Il concetto di "terapeuta anonimo", creato per facilitare il verificarsi di una relazione transferale, come formulata da Freud, è infatti estraneo alla Psicologia Individuale, ma anche il ruolo definito chiaramente lo è, perché, come dice Pagani, «ogni analista (e quindi ogni *counselor* aggiungo io) ha un suo modo di essere adleriano» [20].

Conoscere l'individuo significa conoscere la sua organizzazione cognitiva e il suo stile di vita; secondo Adler sia l'inconscio sia il conscio sono determinati da valori e interessi soggettivi, tutti di orientamento sociale e tutti senza un corrispettivo nella realtà fisica; essi, in definitiva, non sono altro che una creazione dell'individuo. La soggettività, dunque, più che una valutazione oggettiva, diventa lo strumento principale per capire l'individuo: la relazione d'aiuto richiede cooperazione, il che significa allineamento di obiettivi, ma per far questo occorre "parlare la stessa lingua". La capacità di adeguamento e la creatività proprie del modello adleriano, consentono una diversificazione della comunicazione a seconda degli individui, siano essi adolescenti, adulti, genitori, insegnanti, bambini, che appunto parlano lingue diverse ed esprimono bisogni diversi, sostituendo così ad una spiegazione causale esterna e oggettiva, una spiegazione causale psicologica, interna e soggettiva.

II. *Il counseling rivolto ai minori*

Il *counseling* adleriano si rivela particolarmente efficace nelle situazioni di emergenza per l'attenzione che rivolge alle circostanze presenti e alle mete future dell'individuo; non consiste, però, nella semplice offerta di informazio-

ni, consigli o prescrizioni, anche se si tratta di minori, abituati ad essere istruiti, ammaestrati, consigliati.

Il *counselor* più che dare risposte, deve fare domande: le domande sono uno strumento euristico molto utile e dinamico anche perché l'individuo a cui le si rivolge non ha subito la risposta, ma esse lavorano comunque dentro quella persona, aiutandola a trovare la sua specifica modalità di cambiamento e facendola così procedere nella ricerca di sé. Il *counseling* centrato sul problema, infatti, sembra porre l'accento non sulla persona, ma su qualcosa di estraneo/esterno ad essa, o peggio sembra considerare la persona il problema, riducendo in questo caso il potenziale interattivo del paziente a una "diagnosi" e impedendo il realizzarsi di quella prima fase dell'incontro, importantissima, che consiste nello sviluppare una relazione, creando comprensione, fiducia, sicurezza e solo dopo, come fine ultimo del colloquio, la messa a fuoco del problema.

Il *counseling* psicologico rivolto ai minori, soprattutto a bambini in età prescolare, implica necessariamente una visione più allargata: un problema che ha al centro un minore è un problema anche della sua famiglia; non ha importanza se il soggetto che chiede la consultazione sono i genitori oppure il minore stesso, c'è un intero contesto in difficoltà che "parla" attraverso il disagio di uno dei componenti. Del resto è noto l'assioma di Adler, secondo cui non si può riconoscere e studiare un essere umano in condizioni di isolamento [4]. È, infatti, la dimensione relazionale dell'individuo ciò che struttura le sue interpretazioni, la dimensione psicologica del suo rapporto soggettivo con il mondo.

Nel caso di bambini in età scolare o di adolescenti è utile spesso incontrare insieme in un primo colloquio genitori e figli: tutti parlano liberamente nell'ambito di una conversazione condotta in modo attivo e mantenuta costantemente collegata ai problemi che vengono sottoposti; poter esaminare il libero confronto fra più persone rappresenta, infatti, la verifica delle modalità che esse usano per esprimere la loro vita di relazione: un momento di ascolto e un punto di osservazione privilegiati, «particolarmente congeniali – come scrive Pagani – alla linea psicologica adleriana che ha proprio per assunto lo studio dell'individualità irripetibile di ciascuna persona, inserita dinamicamente tra gli altri» (17, p. 24). In questi casi i tempi di ascolto si prolungano e le dinamiche relazionali si complicano, necessitando talvolta tempi e spazi ulteriori, ma ci si avvantaggia di un'osservazione attenta non solo ai rapporti tra l'individuo e la società, ma anche alle dinamiche che si allacciano tra persona e persona.

Obiettivo del *counseling* adleriano è anche quello di svelare finzioni svantaggiose e ricercare finzioni utili per promuovere il cambiamento, una procedura non certo rigida, come abbiamo visto, ma senz'altro caratterizzata da passaggi, attraverso gli specifici momenti della relazione che identificano le tappe di questo per-

corso [16], pertanto analogamente a quanto avviene nelle sedute di psicoterapia è importante la raccolta dei dati sulla costellazione familiare e una *strategia d'incoraggiamento* per sviluppare responsabilità, rispetto e risorse.

III. *L'incoraggiamento nel lavoro con i bambini*

Occupandomi di *counseling* psicologico in particolare rivolto ai minori da oltre dieci anni, ho avuto modo di incontrare bambini di tutte le età, attanagliati dai disagi più diversi, appartenenti alle costellazioni familiari più disparate. Ma ciò che li accomuna è il fatto che quasi nessun bambino viene portato a una consultazione psicologica per *decisione* dei genitori. I genitori sono indotti a rivolgersi a una consultazione psicologica in seguito alle segnalazioni, talvolta alle insistenze, innanzitutto della scuola (educatori di scuola materna, insegnanti, dirigenti scolastici), in secondo luogo del pediatra o del medico di famiglia, spesso dietro consiglio dello psicologo o psicoterapeuta di uno dei genitori. Questo è un dato che, secondo me, va tenuto molto presente nel lavoro con i bambini, perché se è vero che è fondamentale l'alleanza col bambino, perché possa trovare un suo spazio, fare esperienza di una relazione esclusiva e protetta, il genitore non deve sentirsi escluso da questo rapporto; soprattutto un genitore che prova evidentemente delle resistenze, della diffidenza, delle paure; forse il genitore ha ancora più bisogno di incoraggiamento del suo bambino.

Adler insegna che il coraggio dell'uomo, il suo ottimismo, la sua efficienza sono risposte al sentimento d'inferiorità permanente, in quanto contenuto essenziale della sua vita psichica [4]; sentimento d'inferiorità quindi innato, naturale, contenuto essenziale della vita psichica dell'uomo, dice Adler, quindi funzionale all'uomo; ma funzionale a che cosa? Al suo superamento. Pertanto compito dell'educatore, del genitore, dello psicologo, del *counselor* è quello di promuovere quel processo d'incoraggiamento, tipicamente adleriano, finalizzato a preparare il bambino ad affrontare con spirito di cooperazione i fondamentali compiti della vita.

Gran parte dei bambini che accedono ad una consultazione psicologica, per quanto molto diversi tra loro, hanno non *superato*, ma *coltivato* il loro sentimento d'inferiorità e questo non è altro che conseguenza di fallimenti dell'educazione. Ecco perché l'incoraggiamento deve necessariamente essere rivolto su due fronti: al bambino e al genitore.

È importante ricordare che le figure adulte di riferimento dei bambini, in primo luogo i genitori, ma anche gli insegnanti, sono il loro mondo emozionale e le emozioni, scrive Dreikurs «non sono impulsi che influenzano il comportamento, ma strumenti al servizio dell'individuo» (12, p. 27), ossia, come dice Adler, lo scopo delle emozioni dovrebbe essere quello di modificare le situazioni a vantaggio del-

l'individuo che le prova. Per questo il lavoro psicologico è prettamente un lavoro basato sulle emozioni: trasformare lo spirito con cui si affrontano le situazioni e per lo stesso motivo per un cambiamento duraturo ed efficace è molto importante la collaborazione genitoriale. Spesso la difficoltà maggiore nel lavoro con i bambini è appunto la "trasformazione dello spirito" dei loro genitori, ma molto spesso l'incoraggiamento più efficace che la rende possibile arriva proprio dai bambini.

IV. *Esemplificazione di un caso*

Chiameremo Marco un bambino di quattro anni per il quale viene richiesta una osservazione e una consultazione di *counseling* psicologico per comportamenti aggressivi sia alla scuola materna sia a casa, dietro consiglio del pediatra, peraltro collega del padre che è medico odontoiatra. Dal primo colloquio con i genitori emerge subito che Marco è un "fastidio": un bambino capitato in età avanzata, ma non voluto; entrambi i genitori hanno un matrimonio fallito alle spalle con figli: la madre ha due figli quasi maggiorenni, di cui uno ha preferito essere affidato al padre, e il padre di Marco ha un figlio affidato alla madre che vive all'estero.

Dichiarano entrambi di avere una vita professionale molto gratificante, che li impegna tutto il giorno, a cui non intendono rinunciare: lui medico, lei lavoratrice in proprio in ambito assicurativo. I figli, in particolare il piccolo Marco, sono pertanto affidati alla governante. La madre, inoltre, afferma serenamente di adorare e senz'altro di preferire il figlio del primo matrimonio che vive con loro: molto ubbidiente, educato, bravissimo a scuola e soprattutto che *non crea mai problemi*.

Marco viene accompagnato dalla madre solo la prima volta, poi sarà sempre portato dalla governante. Il giorno dell'appuntamento ha sempre un'uscita anticipata dalla scuola materna; Marco viene molto volentieri, a cadenza settimanale. I genitori sembrano affettivamente distanti, deleganti, quasi il problema del figlio non li riguardasse direttamente, al punto che in occasione di un colloquio con loro in cui viene consegnata la relazione contenente anche la restituzione di alcuni test, chiedono che tenga io anche la loro copia *per paura di perderla*, perché non hanno un cassetto talmente sicuro in cui riporla, perché in casa c'è sempre molta confusione e via dicendo. Nuovamente il rifiuto di farsi carico del figlio.

Un giorno la suora alla scuola materna si dimentica che Marco deve uscire prima per venire in studio e insiste nel volerlo far dormire dopo il pranzo; Marco esasperato dall'insistenza della suora la prende a sberle, dicendole: «Ma lo capisci o no che oggi devo andare dalla mia amica Chiara?». Questo episodio mi viene riportato dalla madre, come risvegliata dal suo torpore emotivo, *come se* le sberle le avesse prese lei. Entrambi i genitori, infatti, resteranno profondamente colpiti dal gesto di Marco perché colgono l'importanza che hanno per lui i nostri

incontri. Solo a questo punto è stato possibile incoraggiarli a capire le esigenze affettive del figlio che ancora non è in grado di esprimere. Da questo momento in poi lo accompagnerà sempre la madre, forse inizialmente più incuriosita che veramente coinvolta, comunque un primo passo verso il riavvicinamento al modo interiore del bambino.

V. Considerazioni conclusive

Alcune considerazioni conclusive riguardano il rapporto che si struttura tra il *counselor* e il cliente/paziente, anche se questi è un “cliente allargato”, come una famiglia. In accordo con Fulcheri e Accomazzo nella relazione di *counseling* l’operatore è un po’ meno protetto dal *setting* così come viene classicamente inteso in psicoterapia [16]; lo psicoterapeuta si astiene, infatti, dal fornire specifiche risposte al paziente, o quantomeno le modula adeguatamente nel tempo di un percorso più lungo e articolato. Tuttavia la continua interazione dialettica tra *counselor* e “cliente allargato”, e tra i componenti familiari stessi, incentrata sull’organizzazione della vita dell’individuo all’interno di una vita familiare, incontra minori resistenze proprio perché non è in gioco una ristrutturazione in profondità della personalità, delle sue dinamiche intrapsichiche, rendendo così le parti in causa più collaborative e, per questo, più creative.

L’approccio adleriano, infatti, è incentrato sulla necessità di adeguarsi al soggetto per permettergli di sperimentare la propria creatività: al *counselor* è richiesto un grande impegno comunicativo, proprio perché si serve del colloquio come mezzo terapeutico di incoraggiamento. Saper conversare è già un atto di cooperazione, in quanto presume l’assunzione, seppur momentanea, degli scopi altrui: il *counselor* è tenuto a scoprire in che modo il suo interlocutore considera il mondo e quali sono i canali comunicativi che privilegia o che può essere portato a privilegiare. Incoraggiare significa saper comunicare in un clima di cooperazione, il che consente, al *counselor* come al paziente, di trovare e utilizzare modalità espressive non necessariamente canoniche, appunto più individuali. L’unicità della persona e la creatività sono, infatti, due principi dell’adlerismo intimamente connessi al concetto di *stile di vita*, che, come scriveva Canziani all’inizio degli anni ’80, assume il valore di uno strumento clinico-diagnostico [11].

Bibliografia

1. ADLER, A. (1912), “Zur Erziehung der Eltern”, in *Heilen und Bilden*, tr. it. “Per l’educazione dei genitori”, *Psiche*, 3, n. 4, ott.-dic. 1914.
2. ADLER, A. (1912), *Über den nervösen Charakter*, tr. it. *Il temperamento nervoso*,

Astrolabio, Roma 1971.

3. ADLER, A. (1920), *Praxis und Theorie der Individualpsychologie*, tr. it. *La Psicologia Individuale*, Newton Compton, Roma 1970.

4. ADLER, A. (1927), *Menschenkenntnis*, tr. it. *La conoscenza dell'uomo nella Psicologia Individuale*, Newton Compton, Roma 1994.

5. ADLER, A. (1930), *Die Seele des Schwerezieharen Schulkindes*, tr. it. *Psicologia del bambino difficile*, Newton Compton, Roma 1993.

6. ADLER, A. (1930), *The Education of Children*, tr. it. *Psicologia dell'educazione*, Newton Compton, Roma 1993.

7. ADLER, A. (1931), *What Life Should Mean to You*, tr. it. *Cosa la vita dovrebbe significare per voi*, Newton Compton, Roma 1994.

8. ADLER, A. (1933), *Der Sinn des Lebens*, *Il senso della vita*, Newton Compton, Roma 1997.

9. ADLER, A. (1935), Introduzione al Vol. 1 dell'*International Journal of Individual Psychology*, New York 1935.

10. ANSBACHER, H. L., R. R. (1956), *The Individual Psychology of Alfred Adler*, tr. it. *La Psicologia Individuale di Alfred Adler*, Martinelli, Firenze 1997.

11. CANZIANI, G. (1981), "Che cosa significa oggi dirsi adleriani", *Atti del 2° Congr. Naz. SIFI*, Camogli.

12. DINKMEYER, D. C., DREIKURS, R. (1963), *Encouraging Children to Learn: the Encouragement Process*, tr. it. *Il processo di incoraggiamento*, Giunti Barbera, Firenze 1974.

13. DREIKURS, R., CASSEL, P. (1972), *Discipline without Tears*, tr. it. *Disciplina senza lacrime*, Ferro, Milano 1976.

14. FERRIGNO, G. (2004), Le emozioni come "luogo" d'incontro fra menti, Editoriale, *Riv. Psicol. Indiv.*, 55: 3-6.

15. FERRIGNO, G. (2008), La relazione empatica adleriana e la ricomposizione dell'interindividualità, *Riv. Psicol. Indiv.*, 63: 3-13.

16. FULCHERI, M., ACCOMAZZO, R. (1999), Il *counseling*: un Giano bifronte, *Riv. Psicol. Indiv.*, 45: 57-84.

17. PAGANI, P. L. (1996), *Il counseling adleriano*, Istituto Alfred Adler di Milano, Milano.

18. PAGANI, P. L. (1997), *Il linguaggio dell'incoraggiamento*, Istituto Alfred Adler di Milano, Milano.

19. PAGANI, P. L. (1998), I principi dell'incoraggiamento, in SANFILIPPO, B. (a cura di), *Itinerari adleriani*, Franco Angeli, Milano.

20. PAGANI, P. L. (1998), comunicazione personale.

21. SHULMAN, B. H., MOSAK, H. H. (1990-1995), *Manual for Life Style Assessment*, tr. it. *Manuale per l'analisi dello stile di vita*, Franco Angeli, Milano 2008.

22. STERN, D. (1985), *The Interpersonal World of Infant*, tr. it. *Il mondo interpersonale del bambino*, Bollati Boringhieri, Torino 1987.

Chiara Berselli
Via G. Balla, 16
I-20151 Milano
E-mail: chiarabers@libero.it