



SELINUS UNIVERSITY

BACHELOR OF SCIENCE
FACOLTA' DI PSICOLOGIA

Indirizzo: Counseling Psicologico

Il counseling applicato alla mediazione familiare come strumento di sostegno relazionale e supporto nella genitorialita'

Candidato:
Luana de furia

“ con la presente dichiarò di essere l’unica autrice di questa tesi dal titolo:Il Counseling applicato alla Mediazione familiare come sostegno relazionale e supporto alla genitorialità e che il suo contenuto è il solo risultato delle letture e delle ricerche che ho fatto”

Luana De Furia

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Luana De Furia', written in a cursive style.

COUNSELING FAMILIARE

Il counseling applicato alla mediazione familiare come strumento di sostegno relazione e supporto alla genitorialità

INTRODUZIONE	3
1. CAPITOLO PRIMO	
Il counseling: ascolto attivo, empatia e accettazione incondizionata.....	5
1.1 La relazione di aiuto	6
1.2 Fasi e definizioni del processo di aiuto	9
1.2.1 La valutazione.....	9
1.2.2 La programmazione dell'intervento.....	10
1.2.3 L'attuazione e il monitoraggio	10
1.2.4 La verifica.....	11
1.3 Il counselor: ruoli e competenze	11
1.3.1 Condizioni di base	12
1.3.2 Attività di base.....	13
2. CAPITOLO SECONDO	
Counseling e Mediazione Familiare.....	15
2.1 La Mediazione familiare come risorsa e strumento	15
2.2 Il Counselor familiare	17

2.3 Counselor e mediatore: quali differenze e quali punti di incontro?.....	22
3. CAPITOLO TERZO	
Strumento di supporto alla genitorialità	27
3.1 Genitorialità e conflitto.....	27
3.2 Il processo di Mediazione familiare nel conflitto	31
3.3 Strumenti del counselor	35
3.4 Esperienza professionale in campo.....	39
CONCLUSIONE	42
Bibliografia.....	45
Sitografia	47
Riferimenti normativi	48

INTRODUZIONE

Il presente lavoro sviluppa in maniera dettagliata il fondamento che riconosce la mediazione familiare come strumento di tutela e sostegno dei minori e del rapporto familiare in caso di separazione o divorzio e ha l'obiettivo di approfondire cos'è un intervento di counseling nell'ambito del trattamento psicosociale della dinamica familiare.

Il counseling può essere definito come un tipo di relazione di aiuto in cui un individuo che ha un problema, ritenendo di non avere le capacità o le competenze necessarie per risolverlo in completa autonomia, si rivolge alla figura professionale del counselor, il quale ha il compito e le competenze per aiutare tale individuo ad imparare ad "aiutarsi"

In tal senso si colloca lo strumento della mediazione familiare, come percorso che la coppia decide congiuntamente di intraprendere per superare il conflitto coniugale, generato molto spesso dalla decisione di separarsi dal partner, per la convinzione di salvare e tutelare quello che di buono c'è stato in quel legame. L'analisi di questo percorso, strumento familiare soprattutto a favore dei minori, avviene anche alla luce del fenomeno della separazione, che porta come conseguenze una evidente trasformazione dell'assetto familiare.

Ad oggi non è pensabile considerare il mondo familiare senza riflettere sull'utilità e sull'efficacia della mediazione nelle coppie in fase di separazione e/o divorzio. Un tema molto vicino al momento storico e alle dinamiche culturali e sociali che si prediligono.

Il presente lavoro espone, diviso in tre macro capitoli, i tre concetti fondamentali legati a questo tema.

Il primo capitolo della tesi è dedicato all'approfondimento di cos'è una relazione d'aiuto, intesa come la base di partenza per poter dare vita ad un intervento di counseling. Successivamente si descrivono i vari aspetti del counseling a partire dalla sua nascita soffermandosi su: definizione, fasi, figura professionale del counselor e sue funzione e la sua attività.

Il secondo capitolo è focalizzato sulla mediazione familiare, sulla sua funzionalità e valenza come supporto alla biognitorialità e vengono tracciati i punti di incontro e le differenze tra counselor e mediatore familiare e la loro interconnessione nella figura del consulente genitoriale.

Nel terzo capitolo mediante la mia personale esperienza di tirocinio ho pensato di approfondire quanto questo servizio di “ aiuto” consideri rilevante e importante l’ascolto, ritenuto un elemento essenziale per poter giungere alla risoluzione delle problematiche. In questo preciso contesto di esperienza attiva vengono delineate con chiarezza similitudini e differenze che contraddistinguono la figura del counselor e del mediatore familiare e su quanto siano un valido sostegno di supporto genitoriale.

CAPITOLO PRIMO

Il counseling:

ascolto attivo, empatia e accettazione incondizionata

Il Counselling, o Counseling, nasce come vera e propria figura professionale negli Stati Uniti intorno agli anni '20, come risposta a tutti coloro che, pur svolgendo un lavoro richiedente una buona conoscenza della personalità umana, non erano né psicologi né psicoterapeuti. Approda in Europa negli anni '30, attraverso la Gran Bretagna, sia come servizio di orientamento pedagogico che come strumento di supporto nei servizi sociali e nel volontariato. In Italia per arrivare ad una specifica definizione di competenza dobbiamo attendere gli anni '80.

Il Counselling è inteso come una relazione d'aiuto che intercorre tra due persone, in cui una si rivolge all'altra per cercare di rispondere ad un bisogno specifico, relativo all'ambito familiare, ai rapporti affettivi, agli ambiti lavorativi e di autorealizzazione.

La British Association for Counselling (1985) definisce il counselling "... l'uso professionale e regolato da principi, di una relazione, nell'ambito della quale il cliente è aiutato nel processo finalizzato a facilitare una migliore conoscenza di sé e l'accettazione dei propri problemi emotivi e a portare avanti la propria crescita emozionale e lo sviluppo ottimale delle proprie risorse personali. Lo scopo finale è di fornire al cliente un'opportunità di vivere in modo soddisfacente ed in base alle proprie risorse".

Per Galimberti (1999) "... Counselling significa consulenza, forma di rapporto interpersonale in cui un individuo che ha un problema, ma non possiede le conoscenze o le capacità per

risolverlo, si rivolge a un altro individuo, il consulente (o counselor) che, grazie alla propria esperienza e preparazione, è in grado di aiutarlo a trovare una soluzione...”.

Reddy (1987) è tra i primi a trasporre i concetti e le pratiche dei compiti evolutivi del Counselling in metodi di supporto alle Organizzazioni, ponendo l'accento sulle risorse personali individuali. Lo definisce come “... un insieme di abilità, di tecniche, atteggiamenti per aiutare le persone a gestire i loro problemi utilizzando le loro risorse personali”.

Uno dei “padri” del Counseling è Carl Rogers. Attraverso l'ascolto attivo, l'empatia e l'accettazione incondizionata, i tre pilastri del suo modello è possibile accompagnare la persona alla riscoperta delle proprie risorse, Fondatore dell'*approccio centrato sulla persona*, ritiene che il comportamento umano abbia come unica fonte energetica il bisogno di autorealizzazione (ottimismo motivazionale). Il presupposto che costituisce il rapporto di Counseling è che la persona che chiede aiuto ha già in sé le risorse necessarie per superare i problemi.

1.1 La relazione di aiuto

La relazione d'aiuto consiste fondamentalmente in un incontro tra due persone “vere”. Se infatti la relazione di aiuto deve permettere all'altro di acquisire nuove competenze, abilità e attitudini umane, queste stesse doti devono essere possedute ed esercitate in modo manifesto dall'operatore. Quindi più che le abilità tecniche contano le qualità personali dell'operatore, senza per questo escludere il valore della sua competenza tecnica. La relazione d'aiuto, infine, non è monopolio delle professioni d'aiuto: essa è una relazione umana. La relazione madre bambino è per gran parte relazione d'aiuto; molte relazioni amicali, familiari, di vicinato sono relazioni d'aiuto; molte relazioni professionali tipo insegnante allievo, medico paziente, ecc. possono assumere connotazioni di relazione d'aiuto. Quello che caratterizza una valida relazione d'aiuto è fare in modo consapevole, controllato e intenzionale ciò che una persona fa spontaneamente nella sua vita quotidiana. Sarebbe pertanto molto utile sostenere e

potenziare le naturali capacità d' aiuto di coloro che nella loro vita o nello svolgimento della loro professione sono astretto contatto con situazioni di difficoltà.

Quindi, la relazione di aiuto può essere definita come una relazione in cui almeno uno dei protagonisti ha lo scopo di promuovere nell'altro :

- la crescita. Ovvero la progressione lungo le tappe del ciclo vitale;
- lo sviluppo, che consiste nella stima di sé e nella realizzazione delle potenzialità;
- la maturità. In primo luogo dal principio del piacere a quello di realtà, in secondo luogo l'integrazione tra aspetti cognitivi, emotivi e comportamentali;
- l'integrazione sociale. In primo ordine nell'acquisizione di un modo di agire più adeguato al contesto e all'alterità, in secondo ordine la capacità di adattamento, in terzo ordine l'accettazione ed utilizzo costruttivo della diversità, e infine, la consapevolezza e capacità di affrontare conflitti e difficoltà relazionali.

Rogers nel 1951 ha definito la relazione d'aiuto come "una relazione in cui almeno uno dei due protagonisti ha lo scopo di promuovere nell'altro la crescita, lo sviluppo, la maturità ed il raggiungimento di un modo di agire più adeguato e integrato. L'altro può essere un individuo o un gruppo. In altre parole, una relazione di aiuto potrebbe essere definita come una situazione in cui uno dei partecipanti cerca di favorire in una o ambedue le parti, una valorizzazione maggiore delle risorse personali del soggetto ed una maggior possibilità di espressione". La specificità che la distingue dalle altre relazioni umane è l'aspetto metacognitivo: per competenza d'aiuto si intende infatti la capacità di dare vita ad una relazione umana in modo consapevole, controllato ed intenzionale, padroneggiando razionalmente abilità "che sono un tutt'uno con ciò che si è". Gli elementi che possono definirsi centrali della relazione d'aiuto sono:
- *contatto psicologico*, inteso come relazione interpersonale che si instaura affinché sia possibile il counseling;

- *incongruenza*, che consiste nella discrepanza tra l'esperienza reale e l'immagine di sé che l'individuo ha quando si rappresenta tale esperienza. Quando il soggetto non ha consapevolezza della sua incongruenza, allora si troverà in una condizione di vulnerabilità, mentre quando ne è cosciente si genererà uno stato di tensione detto ansia. L'incongruenza caratterizza il cliente;

- *congruenza*, cioè la condizione sperimentata dal soggetto che consente di essere liberamente se stesso nel corso della relazione e del colloquio. Il counselor si trova in uno stato di congruenza;

- *comprensione empatica*, ossia la capacità di sentire il mondo del cliente come se fosse nostro, senza perdere mai di vista la condizione di "come se";

- *accettazione positiva incondizionata*: non vengono poste condizioni per l'accettazione dell'altro, la persona viene apprezzata senza essere valutata, in quanto individuo unico, specifico e distinto dagli altri. Essa implica l'assenza di qualunque giudizio e un sincero interesse per l'altro;

- *comunicazione*: fa riferimento al fatto che il cliente percepisca l'accettazione e l'empatia che il counselor manifesta nei suoi confronti. Serve però attenzione per il modo in cui tali sentimenti vengono comunicati e compresi.

Se queste condizioni sono presenti, allora secondo Rogers si verificherà una modificazione costruttiva della personalità del cliente; altri autori successivi hanno affermato che questi sei elementi sono necessari ma non sufficienti per la buona riuscita del counseling.

Nel dettaglio potremmo dire che le condizioni perché si instauri una buona relazione di aiuto si dividono su ambe le parti, quella del professionista e quella dell'utente. Da parte del professionista individuiamo: autenticità, congruenza, valutazione della distanza, rispetto dell'altro, rispetto dei tempi, accettazione della totalità dell'altro, attivazione delle potenzialità dell'altro, rispetto per se stessi, accettazione dei limiti personali, sospensione di valutazioni e giudizi. Mentre le condizioni da parte dell'utente sono: riconoscimento del problema, richiesta di aiuto, fiducia nel terapeuta, collaborazione al processo di cambiamento.

In sintesi, una relazione di aiuto è possibile nella misura in cui posso realizzare condizioni capaci di facilitare la crescita dell'altro come persona distinta. Questa capacità è strettamente correlata con la crescita personale. Qualunque sia il grado di maturità raggiunto è fondamentale la consapevolezza : della reciprocità della relazione (aiutare l'altro fa crescere me stesso), dei propri stati d'animo e dei propri atteggiamenti, e infine, dei limiti dell'intervento.

1.2 Fasi e definizione del processo di aiuto.

Il processo di aiuto, studiato e approfondito dai teorici del servizio sociale, ma applicabile a qualunque genere di professionista del sociale, ha delle fasi chiare e fondamentali. Le fasi non sono necessariamente rigide nella loro sequenza, ma sono ovvie nello sviluppo di un corretto processo.

1.2.1 La valutazione

La valutazione o assessment, consiste sostanzialmente nel ricostruire il quadro della situazione e nell'analizzarlo. Nel lavoro sociale, l'assessment ricopre un ruolo importante in quanto permette agli operatori di valutare e analizzare accuratamente tutto ciò che riguarda e circonda l'utente: reti informali e formali, qualità della vita, ambiente sociale in cui instaura relazioni interpersonali, ecc. L'assessment permetterà all'operatore di assumere una decisione ponderata circa il processo di cura che andrà a creare assieme all'utente. La valutazione si fonda sull'idea di dover apprendere quante più informazioni possibili per migliorare la qualità della vita del soggetto bisognoso.

La fase di valutazione non è una metodologia utilizzata per giudicare il bisogno dell'utente, ma ha come scopo quello di favorire una crescita personale e un riconoscimento reciproco che aiuta ad assumere un punto di vista progettuale rispetto agli interventi. Lavorare in un'ottica progettuale efficace significa progettare, valutare e riprogettare sulla scorta delle valutazioni realizzate, tenendo sotto osservazione gli esiti dei propri interventi e i processi che conducono a determinati esiti. La valutazione è un processo dinamico finalizzato a costruire correggendo.

Quali sono le fasi della valutazione?

1. ex ante: assessment iniziale rispetto al bisogno espresso dall'utente e agli interventi da attuare;
2. in itinere: assessment di controllo della progettazione e degli obiettivi raggiunti;
3. ex post: assessment conclusiva.

1.2.2. La programmazione dell'intervento

La programmazione può essere definita come la selezione di obiettivi desiderabili e attendibili, e l'identificazione dei mezzi necessari per raggiungerli. La valutazione iniziale avrà messo in evidenza quali bisogni risultano insoddisfatti. Gli obiettivi generali vengono stabiliti di conseguenza e, in sostanza, consisteranno nel fare in modo di affrontare meglio quei bisogni. Si procede con un brainstorming, in cui si stimola la riflessione condivisa su ogni tipo di idea che possa essere teoricamente considerata come una soluzione. L'operatore aiuta a fare considerazioni di tipo pratico e previsioni sulle conseguenze future rispetto all'adozione concreta dell'azione scelta per procedere con l'effettiva programmazione.

Azioni:

1. dare all'utente tutte le informazioni necessarie per soddisfare il suo bisogno;
2. decidere chi verrà direttamente coinvolto nell'intervento: si potrebbe lavorare solo con la persona, con i suoi familiari più vicini, o forse con l'intera rete sociale dei suoi amici; è necessario valutare se è il caso di coinvolgere anche altri servizi e, se l'utente non li conosce, è utile spiegarne le funzioni;
3. decidere il problema da affrontare per primo: la scelta viene presa assieme all'utente;
4. definizione del tempo da dedicare all'intervento;
5. stipula di un contratto: si tratta di un mutuo accordo su una serie di azioni orientate a ottenere un certo risultato;
6. dare consigli: sarebbe opportuno consigliare gli utenti sul modo in cui possono raggiungere un obiettivo, e non su quale debba essere l'obiettivo da raggiungere.

1.2.3 L'attuazione e il monitoraggio

L'attuazione consiste nel dare corso alle azioni decise, ponendo attenzione a come procede il percorso. Un monitoraggio attento può risultare di importanza determinante per il buon esito del processo di aiuto.

1.2.4 Verifica

Il processo di auto si conclude con una fase di verifica che consiste nel guardare nuovamente alla situazione nel suo insieme, proprio come si era fatto nell'assessment. Questo occorre per evidenziare quali cambiamenti sono intervenuti; se ci sono stati dei miglioramenti nella direzione che ci si aspettava e/o modifiche inattese, di segno positivo o negativo.

1.3 Il counselor: ruoli e competenze

Il Counsellor è dunque la figura professionale che attraverso le proprie conoscenze e competenze è in grado di favorire la soluzione ad un quesito che crea disagio esistenziale e/o relazionale ad un individuo o un gruppo di individui. In questo senso si può parlare del Counselling come di un modello di intervento che mira a porre gli individui e i gruppi in una condizione di empowerment.

Il Counselor è un agevolatore della relazione di aiuto che sostiene il cliente nel processo di consapevolezza per una maggiore autonomia rispetto alle scelte di vita. È un professionista che lavora sulla salute e sul benessere psicofisico, orienta, sostiene e sviluppa le risorse della persona. Le competenze di base del Counselor sono relative al saper essere una persona empatica, congruente, autentica, consapevole dei propri valori, sensazioni e pensieri, disponibile all'accettazione incondizionata. Il Counselor utilizza molte tecniche: ascolto attivo che evita giudizi e interpretazioni; esplorazione con domande aperte e chiuse; chiarificazione per incoraggiare l'elaborazione; parafrasi per aiutare il cliente a focalizzare il contenuto del suo messaggio ed enfatizzarlo quando l'attenzione sui sentimenti è prematura; riformulazione per incoraggiare a consapevolizzare ed esprimere emozioni, sperimentarne l'intensità per poterle gestire; delucidazione per connettere elementi multipli, identificare un tema ricorrente e fare il punto per ulteriori obiettivi. La relazione costruita è fatta, così, di riconoscimento, rispetto e congruenza, e favorisce l'auto-comprensione e l'auto-esplorazione.

Il Counsellor è dunque la figura professionale che attraverso le proprie conoscenze e competenze è in grado di favorire la soluzione ad un quesito che crea disagio esistenziale e/o

relazionale ad un individuo o un gruppo di individui. In questo senso si può parlare del Counselling come di un modello di intervento che mira a porre gli individui e i gruppi in una condizione di empowerment.

Il Counselor è un agevolatore della relazione di aiuto che sostiene il cliente nel processo di consapevolezza per una maggiore autonomia rispetto alle scelte di vita. È un professionista che lavora sulla salute e sul benessere psicofisico, orienta, sostiene e sviluppa le risorse della persona. Le competenze di base del Counselor sono relative al saper essere una persona empatica, congruente, autentica, consapevole dei propri valori, sensazioni e pensieri, disponibile all'accettazione incondizionata. Il Counselor utilizza molte tecniche: ascolto attivo che evita giudizi e interpretazioni; esplorazione con domande aperte e chiuse; chiarificazione per incoraggiare l'elaborazione; parafrasi per aiutare il cliente a focalizzare il contenuto del suo messaggio ed enfatizzarlo quando l'attenzione sui sentimenti è prematura; riformulazione per incoraggiare a consapevolizzare ed esprimere emozioni, sperimentarne l'intensità per poterle gestire; delucidazione per connettere elementi multipli, identificare un tema ricorrente e fare il punto per ulteriori obiettivi. La relazione costruita è fatta, così, di riconoscimento, rispetto e congruenza, e favorisce l'auto-comprensione e l'auto-esplorazione.

Essere counselor, dunque, significa essere in grado di mettere a disposizione del cliente l'esperienza e la tecnica, l'essere, il saper essere ed il saper fare, che sono elementi fondanti di una modalità operativa di non direttività. Secondo Rogers la non direttività può essere efficace solo se fa parte integrante della filosofia della persona che la applica, non si tratta affatto di una tecnica che si può semplicemente adottare e poi respingere.

Le qualità e le competenze del consulente, in una relazione d'aiuto, possono essere distinte in condizioni e abilità della persona, umane e professionali.

1.3.1 Condizioni di base

- Genuinità o spontaneità.

Nel processo d'aiuto la genuinità dell'operatore si evidenzia nell'essere sempre se stesso, sempre in contatto con i propri sentimenti e con ciò che nel rapporto si sta svolgendo dentro di lui, senza sentire la necessità di negarlo o di distorcerlo. L'operatore genuino non nega la propria personalità ma la esprime e,

secondariamente, non si colloca su un piedistallo, mettendo avanti la tecnica professionale, per evitare un autentico coinvolgimento personale. Occorre essere se stessi ma in senso costruttivo.

- **Accettazione incondizionata** La persona è accettata indipendentemente da ciò che pensa, fa o dice ma solo per quella che è e per la sua motivazione al cambiamento. Il processo di aiuto deve servire a rinforzare questa presa di coscienza morale e la disponibilità a cambiare non deve, pertanto, essere un'arena nella quale l'operatore dà sfoggio della sua superiorità morale, bollando con i suoi giudizi le incapacità della persona che ha di fronte. L'accettazione, comunque, non esclude il confronto; cioè un atteggiamento di contrapposizione, non alla persona in sé, ma ad alcuni aspetti particolari del suo comportamento che appaiono contraddittori o incoerenti all'operatore, ma che possono non arrivare alla percezione della persona per la presenza di meccanismi autodifensivi.

- **Comprensione empatica.**

La comprensione empatica riguarda, quindi, la capacità dell'operatore di cogliere accuratamente la situazione personale di colui che gli sta di fronte in base a ciò che dice (dai contenuti oggettivi delle sue espressioni verbali) e in base a ciò che è (dal suo rivelarsi nel non verbale). La comprensione accurata dell'altro dovrebbe prodursi con un insieme di sentimento (coinvolgimento affettivo) e di intelligenza percettiva. L'operatore deve essere in grado di percepire eventuali messaggi impliciti che si riferiscono a come l'altro vive la relazione con lui "nel qui e ora" e di riformulare queste impressioni in termini espliciti di comunicazione. E' importante che l'operatore parli apertamente della relazione che è in atto affinché la persona impari a farlo lei stessa nel corso del processo di aiuto e poi, in ultimo, nella propria vita. Questo sforzo di comprendere l'altro, di entrare in empatia non si attua semplicemente con la buona volontà, ma richiede una formazione e un metodo.

1.3.2 Abilità di base

- **La capacità di ascolto e di osservazione.**

Il colloquio non si può immaginare né preparare a tavolino. Nel colloquio d'aiuto l'obiettivo dell'operatore è quello di favorire al massimo l'espressione e lo sforzo di formulazione del problema da parte del cliente. L'ascolto e la comprensione producono l'azione e il cliente riceve un feedback che fa sì che il processo si riattivi, si

vada ad un'esplorazione sempre più approfondita, ad una sempre più esatta comprensione e ad un'azione sempre più efficace. L'abilità del consulente consiste nel riuscire a vedere il mondo con gli occhi del cliente. Per ottenere questo occorre, prima di tutto, avere la capacità di prestare attenzione: significa comprendere ciò che sta dicendo il cliente e soprattutto capire ciò che avviene qui ed ora nella relazione stessa. Se il consulente è in grado di garantire questo ascolto e questa osservazione otterrà un maggiore impegno da parte del cliente e faciliterà i suoi processi interni di esplorazione della sua situazione. Prima che il cliente possa riuscire ad elaborare le sue esperienze è necessario coinvolgerlo nella dinamica dell'aiuto, deve cioè essere disposto a comunicare ad un altro le proprie esperienze personali significative e lo farà solo quando si accorge che l'altro dà a lui un'attenzione totale. Il rischio maggiore che corre il consulente ascoltando è quello di interpretare: interpretando si rischia di proiettare i propri significati sulla situazione dell'altra persona e si introducono degli elementi soggettivi e deformanti che non permettono di percepire il vissuto reale del cliente.

- Le microabilità.

Le microabilità quindi prestare attenzione alle espressioni del viso, alle posizioni e ai movimenti del corpo le risposte verbali. Questi sono i tre modi per comunicare attenzione. Gli effetti delle espressioni visive sono prodotti dal contatto visivo, dai cenni di assenso e dall'espressività del viso. Si sa che il volto è la sede privilegiata per la comunicazione degli stati emotivi. Il volto riflette gli atteggiamenti interpersonali e fornisce un feedback non verbale a ciò che dicono gli altri. Il contatto visivo. Le ricerche nel campo dell'interazione interpersonale affermano che il contatto visivo produce vari effetti. Il contatto visivo spesso è un aiuto per individuare la natura della relazione fra gli interlocutori. Per il cliente è importante che il consulente non sia in tensione ma sia rilassato. Una posizione rilassata indica che il consulente è a suo agio sia per quanto riguarda lo svolgimento del colloquio sia per quanto riguarda l'argomento in discussione. Al contrario una continua e persistente tensione fisica comunica al cliente un forte senso di disagio. Può trattarsi di un momento di particolare impegno e quindi riflettere lo stato d'animo che il consulente sta vivendo in quel momento: di coinvolgimento col cliente, oppure può riflettere un senso di disagio che il consulente prova verso se stesso o verso l'argomento. Prima di affrontare un colloquio di aiuto è opportuno che il consulente riesca a raggiungere una condizione di rilassatezza.

CAPITOLO SECONDO

Counseling e Mediazione Familiare

2.1 La Mediazione familiare come risorsa e strumento

Attualmente viviamo in un contesto sociale in cui le relazioni umane si moltiplicano, quindi gli individui si incontrano e si scontrano, aumentando i conflitti che vanno contenuti e gestiti perché gli scontri poi non siano distruttivi. Bisogna considerare l'esigenza di poter imparare soluzioni non dolorose per i conflitti in atto, perché questi si possano risolvere e dialogare, così che si comprendano bisogni e paure dell'altro. Quindi di fronte alle situazioni conflittuali, la Mediazione Familiare è certamente uno strumento efficace ed attivo e diventa una risorsa di sostegno per i cambiamenti familiari in atto, ristabilendo una comunicazione positiva tra le parti. Nel nostro contesto sociale è opportuno promuovere la Mediazione, perché possa essere accettato culturalmente con un mezzo e metodo nelle relazioni di aiuto, e si possa considerare un'occasione di prevenzione ed educazione. Diffondere la Mediazione significa offrire alle persone che stanno intraprendendo un processo di separazione un luogo e un tempo, nei quali è possibile conservare e proteggere il positivo che lega ciascun membro della famiglia. Tramite un processo di apprendimento, la Mediazione educa a trasformare il conflitto in un rapporto di collaborazione anche nel futuro. Mediare è una tecnica anche carica di creatività, di fantasia oltre che di innovazione sociale; infatti, richiede a tutti i partecipanti della mediazione, dal mediatore ed alle parti, la capacità di desiderare e far desiderare uno scenario diverso da quello che oggi li vede in lotta, nel trovare soluzioni concordate e

condivise. Permette di ridefinire le regole di convivenza, di scoprire o ri-scoprire un maggiore senso della legalità e del rispetto reciproco. Mediare è l'azione che trasforma un conflitto in azioni costruttive.

La Mediazione, il cui significato è "*dividere, stare in mezzo*", affonda le sue radici nell'antichità ed è una prospettiva sia vecchia che nuova. Pur essendo cresciuto nel tempo, resta comunque uno strumento ancora non considerevolmente accettato dall'ambiente culturale e dal contesto sociale. È necessario quindi pensare che la mediazione debba avere un percorso evolutivo nella nostra cultura e un'efficace alternativa possibile per ridurre gli effetti distruttivi e rovinosi di una situazione conflittuale.

In Italia solo alla fine degli anni 80 approda la pratica delle mediazioni, pratica con cui si tenta di risolvere i conflitti aziendali, sindacali e contrattuali. In seguito la mediazione viene utilizzata nell'ambito penale e civile e più recentemente in quello dei conflitti familiari, per il quali un primo servizio pubblico, Gea (Genitori ancora), viene istituito nel 1989 a Milano. Nel 1994 si fonda la Società Italiana di Mediazione Familiare e si elaborano i primi modelli operativo-teorici.

Oggi, la Mediazione è un percorso e un processo extragiudiziale alternativo e complementare al processo giudiziale. E' da precisare che questo tipo di intervento non è una terapia coniugale, né una consulenza tecnica, è invece un intervento circoscritto su obiettivi concordati con una durata predefinita e limitata nel tempo, tra otto/dodici incontri di un'ora e mezza ciascuno. E' inoltre un processo che è preferibile intraprendere prima dell'iter giudiziale. La Mediazione Familiare è un'attività concreta di cooperazione, il cui obiettivo principale è quello di aiutare i coniugi al dialogo e a ripristinare la comunicazione interrotta, in modo che possano raggiungere una soluzione concordata per gestire al meglio il conflitto. La tutela delle relazioni familiari tiene in prevalente considerazione il diritto superiore del fanciullo ad una bigenitorialità condivisa; la genitorialità infatti è una funzione autonoma e diversa dalla coniugalità e pertanto l'obiettivo è quello di aiutare le parti a prendere consapevolezza che rimarranno sempre genitori nonostante la rottura del loro legame di coppia.

Tutti e due i coniugi separati o separandi sono i protagonisti del processo, affiancati dai loro figli, ed a loro è richiesto di essere negoziatori nella loro capacità decisionale. In generale, è un processo che permette di confrontarsi anche sulla crescita dei figli. Le famiglie vengono

aiutate a trovare le forme più adeguate di adattamento alla nuova organizzazione che la famiglia separata deve darsi per far fronte ai compiti di sviluppo dei singoli componenti con particolare attenzione ai bisogni affettivi dei figli e alle responsabilità genitoriali. Il futuro e il benessere dei figli viene garantito qualora i genitori abbiano un progetto comune, valorizzino le loro risorse e svolgano il loro ruolo facendo in modo di riconoscere il ruolo genitoriale dell'altro; prestino continua attenzione ai bisogni della prole e la consapevolezza che questa necessita del contributo affettivo/educativo di entrambi. Tutto questo permette che i figli possano mantenere un buon rapporto con tutti e due i genitori, sentirsi amati, rassicurati e protetti da loro e non essere costretti a vivere una continua perdita. Quindi, nel ciclo di vita della famiglia, la Mediazione può essere vissuta come un rito di transizione che aiuta il passaggio verso una nuova fase di ristrutturazione e rinegoziazione dei rapporti dei componenti.

2.2 Il Counselor familiare

Il counselor è un professionista della relazione di aiuto. Tuttavia, anche se ha una “tradizione” ormai consolidata nel mondo anglosassone e statunitense, in molti paesi (Italia compresa) la professione del counselor non è ancora regolamentata. Per la certificazione della professione di *counselor* si fa riferimento alla legge n.4 2013 art.9, comma 2. Gli organismi di certificazione accreditati dall'organismo unico nazionale di accreditamento ai sensi del regolamento (Ce) n.765/2008 del Parlamento europeo e del Consiglio, del 9 luglio 2008. Risulta utile, quindi, cercare di capire chi è e soprattutto cosa fa il counselor nell'ambito della professione del counseling. Per rendere visivamente dove si va a collocare la professione del Counselor, ti invito a immaginare due linee rette che divergono da un punto di congiunzione. Da questo punto si dipartono un primo asse lungo il quale si situano le professioni più tradizionalmente legate alla salute mentale (psichiatra, psicoterapeuta e psicologo) e un altro asse lungo il quale si situano le professioni impegnate nel sociale (quali l'assistente sociale e altre emergenti quali, appunto, quella del counselor).

Naturalmente ci sono delle parziali aree di sovrapposizione trattandosi, in ogni caso, di professioni che hanno a che fare con la relazione di aiuto. Il counselor è colui che offre il suo tempo, la sua attenzione interessata e partecipativa, nonché il suo rispetto a chi si trova in una condizione di difficoltà e di incertezza e che, attraversando un momento di difficoltà, sente la necessità di chiarificare alcuni aspetti di sé, anche in rapporto all'ambiente che lo circonda. E' un esperto di comunicazione e relazione in grado di facilitare un percorso di autoconsapevolezza nel cliente, affinché trovi dentro di sé le risorse per aiutarsi. Aiutare gli altri ad aiutarsi è, infatti, una delle funzioni principali del Counselor. Egli esprime una grande fiducia nelle risorse dell'essere umano e quindi favorisce l'autostima, proprio perché trasmette questo senso di fiducia nelle risorse del cliente.

In ogni caso, il counselor non si sostituisce mai alla persona che aiuta e gli restituisce la responsabilità di prendere le proprie decisioni, pur comprendendolo empaticamente.

Vediamo, in breve, quali competenze ha il counselor e quali sono le distinzioni fondamentali rispetto a quello che fa lo psicoterapeuta.

- Il counselor si occupa di situazioni che riguardano l'area del benessere in cui la necessità è quella di potenziare i punti di forza, nel momento in cui una persona si trovi in un momento di difficoltà e non abbia necessariamente bisogno di uno psicoterapeuta.
- Altra caratteristica che distingue le due pratiche (psicoterapia e counseling) è il focus temporale: lo psicoterapeuta è più centrato sul passato della persona, mentre nel counseling ci si focalizza sul "qui e ora", insomma sullo stato presente.
- Anche i tempi di durata del trattamento sono diversi in quanto nella psicoterapia sono medio lunghi, proprio perché c'è la necessità di fare un lavoro più approfondito, mentre nel counseling sono molto più brevi.
- Il contratto che si stipula con il cliente è più specifico e focalizzato sulla problematica presente nel counseling, mentre è progressivo e focalizzato sugli obiettivi di ricostruzione della personalità nel caso della psicoterapia.
- Anche le finalità di intervento sono diverse: nel counseling abbiamo supporto, orientamento, sviluppo dell'autonomia decisionale, training di abilità specifiche,

invece nella psicoterapia si parla di riabilitazione, cura e trasformazione ricostruttiva della personalità, obiettivi che richiedono necessariamente tempi più lunghi e competenze specialistiche.

- Vi sono poi delle peculiarità che fanno parte della professione dello psicologo e che un counselor che non sia al contempo anche psicologo non può svolgere quali, ad esempio, l'impiego di interviste e test della personalità (cognitivi e attitudinali).

Esiste in Europa una classificazione internazionale delle professioni che va sotto il nome di ISCO (International Standard Classification of Occupation). In questa classificazione si colloca tra le professioni che gravitano intorno al "social working" e, in particolare, in un sottogruppo di queste come specialisti nell'assistenza sociale e nell'orientamento. Mentre vi è un altro sottogruppo che riguarda la professione dello psicologo. Quindi, anche se fanno parte entrambe del ramo degli specialisti in scienze sociali, lo psicologo e il counselor sono collocati in due sottogruppi diversi all'interno di questa classificazione.

In Europa, l'Austria è attualmente il primo paese che ha legiferato e riconosciuto ufficialmente la professione del counselor sin dal 2002. Infatti mentre lo psicologo afferisce all'area della sanità, il counseling è tra le professioni che afferiscono alla camera di commercio. Anche negli Stati Uniti il counseling è riconosciuto ufficialmente, anche se non tutti i counselor hanno seguito lo stesso corso di studi: si distingue il titolo di counselor come specializzazione post-laurea in psicologia da una parte, e da un'altra i counselor che hanno frequentato un master riconosciuto dopo la scuola secondaria. Questi ultimi sono, perciò, counselor pur non essendo psicologi.

La problematica sociale che si manifesta nelle separazioni e nei divorzi rappresenta un settore di lavoro per diverse categorie di professionisti: avvocati, psicologici, assistenti sociali, sociologi, tutte figure che da tempo si incontrano e si scontrano costruttivamente per trovare la risoluzione di questo contenzioso. La figura professionale più idonea ad occuparsi di tale problematica appare il counselor familiare, che ha una formazione specifica. Un professionista capace di liberarsi degli irrigidimenti e delle ortodossie delle diverse discipline d'appartenenza, nel rispetto di alcuni principi generali, come il rispetto per gli altri, per la propria libertà, e l'indipendenza da qualsiasi autorità. Nell'ambito del percorso della mediazione il mio lavoro si basa su alcune premesse teoriche, quali:

- capacità di empatia nei confronti dei genitori separati, comprendendo la sofferenza di chi si ha di fronte senza lasciarsi coinvolgere emotivamente; ma neppure troppo distaccati altrimenti verrebbe a mancare il senso dell'impegno;
- riservatezza del counselor;
- visione dei figli come fonte costruttiva, i minori devono essere un incentivo per cercare la comunicazione;
- considerazione della conflittualità come mezzo per superare l'incomunicabilità, il conflitto può essere moderato, contenuto, canalizzato, utilizzato positivamente;
- consapevolezza della mediazione come metodologia dalle proprie caratteristiche, il counselor deve semplicemente accompagnare chi desidera trovare un accordo.
- ottica di fiducia, credere che i genitori abbiano le potenzialità per trovare un accordo

Inoltre il counselor «deve tener conto nella formazione del rapporto individuo-ambiente: essendo un elemento tra tanti altri, come parte di un tutto, come animale sociale, l'uomo è in continuo contatto e scambio osmotico con il resto del mondo, e il modello per interpretare questa realtà è quello ecologico-sistemico, che ipotizza influenza reciproca continua». Il counselor deve tener conto nel suo lavoro della situazione in generale e degli altri sistemi di riferimento. Questa visione sistemica fa del counselor una figura professionale capace di cogliere la totalità del rapporto tra l'individuo e l'ambiente e le reciproche interazioni. Il counselor si trova così ad affrontare diversi compiti, deve essere in grado di progettare di fronte alla situazione specifica dei genitori separati percorsi di risposta articolati, in cui i soggetti acquistino una posizione centrale e protagonista.

Nel percorso di counseling non ci sono ricette "pronte" e modelli unici per la risoluzione dei conflitti familiari. Bisogna tener conto inizialmente della tipologia del singolo individuo, comprendere la storia della coppia che ha prodotto una tipologia di famiglia per poi analizzare i punti di criticità e i punti di forza presenti nel contesto gruppo – famiglia. La coppia deve prendere consapevolezza delle dinamiche che l'hanno fatta "scoppiare" per giungere alla scelta della separazione. Il counselor dovrà "aggiustare il tiro intervenendo e riconoscendo gli antidoti che secondo il modello della scuola Prevenire è possibile rispondono ai bisogni di quella coppia. La coppia che giunge al servizio di counseling non porta solo una incomprensione ma a volte giunge al servizio con frammenti di fastidio, di delusione di logoramento, di equivoco. Il counselor deve attivare ed utilizzare una comunicazione che

rispetta la caratteristica dei singoli soggetti empatizzando col loro vissuto. A volte si tratta di attivare un processo di dialogicità fra le parti .

Ciò che si osserva nel counseling è “la relazione della coppia e la tecnica fondamentale durante il colloquio è quella di non perdere di vista i tempi che ciascuno occupa nel discorso.” “ Nel caso in cui un partner parli meno, è necessario farlo esprimere attraverso domande dirette. Per es: “ Cosa ne dice di quello che ha detto suo moglie?” E’ molto utile elencare le principali questioni su una lavagna poiché questo dimostra che le loro parole vengono ascoltate e fornisce un punto focale comune. Le informazioni fornite da ognuna delle parti vengono confrontate e discusse con entrambe; dove esistono delle differenze, queste possono essere mostrate come limiti di un campo d’azione. L’incomprensione “è l’incapacità di trovare il senso del comportamento che l’altro mette in atto. Sebbene sia chiaro ed evidente ciò che l’altro fa e perché lo fa, i membri della coppia non ne condividono il senso. Ciascuno non capisce come mai l’altro non capisca che ciò che egli fa non è quello che si deve fare in quella circostanza. Il confronto è sterile perché ciascuno pensa: “Possibile che non capisca che...?”. L’incomprensione è tipica delle relazioni in cui non collimano le priorità, i valori e le concezioni e, pertanto, struttura l’impossibilità di condividere metodo e scopo dei comportamenti, eleva il livello di controllo ed osservazione del comportamento dell’altro e depotenzia l’affettività reciproca.”

Nell’educazione depositaria, che è per essenza chiusa al dialogo, e per questo non comunicativa si deposita nella coppia il contenuto dei programmi della negoziazione, che un “traghettatore” stesso elabora o qualcuno ha elaborato per lui, nel counseling aperto per eccellenza al dialogo, questo contenuto, che non è mai “depositato”, si organizza e si costituisce nella visione del mondo , attraverso il metodo dell’empowerment. Il counseling può avvenire, a seconda dei momenti e della personalità della coppia utilizzando la comunicazione narrativa, simbolica o dinamica.

La comunicazione narrativa, invece, secondo J. Bruner è la prima modalità di apprendimento del bambino. “Ho sostenuto con molta convinzione che una delle forme di discorso più diffusi e più potenti della comunicazione umana è la Narrazione. La struttura narrativa è anche insita nella prassi dell’interazione sociale: ciò che determina l’ordine di priorità in cui le forme grammaticali vengono assimilate dal bambino in tenera età è proprio la spinta a costruire una narrazione”.(Bruner, 1997, 68). “La narrazione è anche un modo di usare il linguaggio”. “La narrazione è l’invenzione di storie attraverso le costruiamo una versione di noi stessi nel

mondo, una versione verosimile attraverso la quale ricostruiamo il significato delle nostre azioni e le leghiamo al senso della vita vissuta.” Mediare attraverso una comunicazione narrativa vuol dire raccontare aneddoti, storie, che possano divenire modelli per la coppia.

La comunicazione dinamica attiva uno scambio e una interazione nella coppia innescando ad esempio una lite. Dinanzi al flusso delle parole, il mediatore deve dimostrarsi non turbato e lascia spegnere la lite, evitando qualsiasi interferenza, che potrebbe solo produrre ulteriori accensioni.

La comunicazione simbolica si attua attraverso le possibili opzioni che i partner esplicitano giungendo a trovare la soluzione più appropriata, senza che il mediatore suggerisca l’opzione risoltrice. I simboli avvicinano quando il linguaggio non permette di comunicare. “Lavorare con i simboli significa mettere o togliere ancoraggi.”

Naturalmente questi tre stili comunicativi possono presentarsi opportunamente miscelati, in tutti i tipi di frame comunicativi. Una buona comunicazione impegna a dedicare un certo tempo ad ogni modello nel corso di una sessione di comunicazione: si può incuriosire, poi narrare, poi operare sintesi e riprendere più volte il processo. Un buon comunicatore stabilisce in questo modo un buon rapporto con la coppia

2.3 Counselor e mediatore: quali differenze e quali punti di incontro?

La mediazione familiare non è una psicoterapia e non è finalizzata alla ricomposizione del rapporto di coppia. La mediazione familiare si distingue dal counseling e dalla terapia di coppia o familiare, in quanto questi ultimi interventi hanno come obiettivo il mantenimento o la ricostituzione del legame coniugale o di fatto, mentre la mediazione mira a garantire la continuità della funzione genitoriale in presenza di una volontà di separazione/divorzio espressa dalla coppia stessa.

Inoltre, mentre il percorso di counseling e di psicoterapia può essere intrapreso anche dal singolo individuo, la mediazione familiare richiede obbligatoriamente il consenso e la presenza di entrambi i membri della coppia. Infine, mentre il counseling si concentra sul “qui

ed ora” del cliente (cioè sul tempo presente) e la psicoterapia ricerca le origini del disagio attuale nelle esperienze del passato, la mediazione è proiettata nel futuro e prende in considerazione i vissuti emotivi e i bisogni più profondi delle parti al solo fine di consentire l’elaborazione interiore dell’evento “separazione/divorzio” e il raggiungimento di un accordo che possa soddisfare gli interessi di tutti i componenti della famiglia e che, proprio per questo, possa essere più stabile e duraturo possibile.

Come già visto, il counselling ha caratteristiche trasversali: è una relazione d’aiuto individuale, di coppia, di gruppo ed è applicabile a tantissimi ambiti. Abbiamo visto cosa sia anche la mediazione familiare, cioè un supporto per le coppie e/o famiglie in conflitto.

Il primo aspetto da considerare nel counselling di coppia è l’equilibrio che cambia tra l’esperto di aiuto e i clienti. Un conto è affrontare uno specifico tema con una persona che chiede aiuto, un altro è dare supporto a una coppia, quindi a due individui che hanno una relazione che li pone di fronte a dei conflitti.

Nel counselling di coppia e nella mediazione familiare, il counselor si trova di fronte a 3 soggetti:

- il partner numero 1
- il partner numero 2
- la relazione

Considerato questo, gli elementi importanti per il counselor in funzione della coppia sono:

a) Accoglienza.

Sappiamo già che l’accoglienza dei clienti è uno dei pilastri della relazione di aiuto. Nel caso della coppia, la prima cosa a cui il counselor deve prestare attenzione è il fatto che si presentino entrambi i partner o uno solo dei due, che porta con sé il terzo soggetto, cioè la relazione. Nel caso in cui si presenti solo un partner, il counselor deve informarsi per capire il perché. Già da qui può ricavare informazioni utili a inquadrare il conflitto in seno alla coppia. Se invece la coppia si presenta assieme, fin dalla fase dell’accoglienza il counselor deve osservare le dinamiche che intercorrono tra i due. Non solo nelle parole che pronunciano, ma anche nel non verbale, negli

sguardi e nel modo in cui mettono in atto il conflitto e arrivano a sviscerare il problema che li ha portati a chiedere aiuto.

b) Equivocinanzza e neutralità.

Una delle sfide più grandi per il counselor è quella di riuscire a tenere un atteggiamento più neutrale possibile rispetto a entrambi i partner. Il counselor e mediatore familiare sa che l'equivocinanzza è molto importante perché anche i clienti avvertano che non propende per nessuno dei due. Si sente vicino a entrambi nello stesso modo ed è aperto ad accogliere le motivazioni di ognuno, ascoltare e interagire con entrambi allo stesso modo. Solo così i partner si sentono accolti e invogliati ad aprirsi al confronto.

c) Direttività.

Sappiamo che il counselling non è direttivo, cioè non dice ai clienti come devono risolvere, cosa devono fare, non dispensa consigli. Usa piuttosto delle tecniche che aiutino il cliente a trovare da solo la soluzione, a ragionare e trovare dentro di sé le risorse.

Quando parliamo di direttività nel counselling di coppia ci riferiamo, però, a come un professionista deve gestire il processo e l'interazione. È importante che lo faccia con un singolo, ma ancora di più quando parla con una coppia. Deve quindi gestire i tempi della comunicazione, assicurarsi che entrambi i partner abbiano sufficiente tempo per parlare, che uno non prevalga sull'altro. Non riuscire a gestire il flusso delle interazioni, rischia di innescare ulteriori conflitti che vanno evitati.

d) Comunicazione.

Il counselor ha un ruolo cruciale nella ristrutturazione della comunicazione nella coppia. Nella maggior parte dei casi, infatti, i partner arrivano da un counselor e mediatore familiare che non riescono più a condividere le proprie emozioni e tante altre cose oppure lo fanno in modo aggressivo e conflittuale. Il risultato è sempre la difficoltà a comprendersi. Un buon livello di comunicazione serve al counselor per ricavare informazioni utili a capire come aiutare la coppia. E serve alla coppia per entrare in contatto nel modo più efficace e funzionale. Per questo motivo il counselor deve osservare qual è il livello di comunicazione della coppia, per sapere come

instradarla a ritrovare un buon equilibrio, una condivisione e un riconoscimento emotivo reciproco.

e) Empatia.

Altro concetto chiave del counselling, tanto più valido nella coppia, è l'empatia. Il counselor deve mostrarsi empatico con entrambi i partner perché anche loro imparino a esserlo tra loro. Ricordiamoci che molte volte non facciamo qualcosa per il semplice motivo che non sappiamo come si fa. L'empatia sentita e mostrata dal professionista favorisce l'apertura dei partner alla comunicazione verso il counselor e mediatore familiare, ma soprattutto reciproca. Se uno dei due si mostra empatico verso l'altro, automaticamente favorisce la sua condivisione, apertura e voglia di condividere.

Da tempo lavoriamo perché la pratica sia prevalente rispetto ai modelli. Vogliamo che i modelli siano un riferimento importante, ma non che imbriglino il nostro lavoro coi clienti. Per questo preferiamo non soffermarci troppo sui modelli, ma ricavare dall'esperienza quanto di più utile per affrontare le diverse situazioni. È vero però, che i riferimenti teorici ci tornano utili in alcuni casi e in alcuni ambiti. A questo proposito, specialmente nella relazione di coppia, è importante pensare a cosa ci dice il modello sistemico: ognuno di noi è inserito in un contesto, in un sistema. Se una parte di questo sistema cambia, anche noi siamo costretti a cambiare.

Facciamo un esempio: una coppia arriva da un counselor e mediatore familiare e uno dei partner sostiene di non sentirsi compreso dall'altro. Questo è un fattore che determina il conflitto.

Un buon professionista si accerta prima di tutto di una cosa: il partner che non si sente compreso, comunica all'altro in maniera efficace? Se non lo fa, è facile che poi non si senta compreso, perché non sta comunicando i propri bisogni, che non potranno quindi essere compresi e soddisfatti dall'altro. Quando, invece, comincia a comunicare chiaramente con il partner, questo sarà costretto a cambiare il suo atteggiamento e venire incontro alle richieste, facendo scomparire pian piano le incomprensioni. Ecco perché usiamo il concetto di costringere: un comportamento ne innesca un altro conseguente, perché i partner sono connessi in un sistema in cui se cambia una parte, cambierà anche l'altra.

Alla luce di tutto ciò che abbiamo detto, ci sembra giusto concludere soffermandoci sulla correlazione che per noi c'è tra mediazione familiare e counselling di coppia.

La diversa denominazione è data dal fatto che il counselling di coppia interviene sulle coppie in conflitto, che decidono di continuare la relazione. La mediazione familiare, invece, è quella che lavora con le coppie in fase di separazione. Ciò che le accomuna è l'attenzione alla relazione futura dei partner. Al professionista non interessa che la coppia resti unita o si separi, perché la decisione spetta unicamente alla coppia stessa. Importa, piuttosto, che sappia gestire il rapporto in entrambi i casi. Counselling di coppia e mediazione familiare hanno entrambi l'obiettivo di sostenere le coppie senza interferire con il contenuto della decisione.

CAPITOLO TERZO

Strumento di supporto alla genitorialità

3.1 Genitorialità e conflitto

La genitorialità, ossia divenire genitori, non coincide con l'evento della nascita ma è connessa a un lungo processo di elaborazione delle proprie relazioni affettive, che determina un'alterazione dell'equilibrio della coppia. Tale alterazione può portare alla costituzione di un nuovo equilibrio che favorisce una relazione armoniosa bambino-genitori, ma può anche creare una situazione di disagio psichico che troverà espressione in interazioni disturbate, causando sofferenza nel bambino. La genitorialità implica un sostanziale riassetto delle relazioni interpersonali all'interno della rete di parentela della coppia stessa.

Le dipendenze irrisolte con le famiglie di origine possono infatti interferire con il funzionamento della coppia e talvolta "spingere" alla scelta di avere un figlio per motivi sbagliati, come ad esempio:

- colmare un vuoto affettivo, "utilizzandolo" come supporto, come un contenitore di frustrazioni e solitudine, come sostituto di un amore familiare o di coppia;
- come tentativo di sollecitare cure prenatali da parte dei genitori o del partner;
- per trattenere il partner e vivificare il rapporto di coppia in crisi;
- considerare il figlio un prolungamento di sé e dei propri bisogni infantili, per potergli dare tutto quello che è mancato a se stessi, perdendo di vista il bambino reale e le sue personali esigenze.

Per "parenting" si intende il processo di allevamento e di crescita di un figlio a partire dalla sua nascita fino all'età adulta. Il parenting, descritto lungo le due dimensioni "supporto" e "controllo" (Maccoby e Martin 1983; Rollins e Thomas 1979), ha come scopo lo sviluppo fisico, intellettuale ed emotivo del bambino e questo processo è fortemente influenzato dalle caratteristiche dei genitori e della famiglia che si "costituisce" con l'arrivo del bambino stesso.

I vari stili di parenting, individuati in relazione alle due dimensioni sopracitate, si distinguono in:

- Autoritario, dove vi è una prevalenza di controllo e una carenza di supporto;
- Permissivo, dove vi è una prevalenza di supporto e una carenza di controllo;
- Autorevole, dove vi è un buon livello sia di controllo che di supporto;
- Noncurante, dove vi è sia scarso controllo che scarso supporto.

Ciascuno stile può influenzare in maniera diversa lo sviluppo del bambino.

Il parenting efficace implica un equilibrio tra i concetti di "cura", "disciplina" e "rispetto".

- Cura.
Prendersi cura significa rispondere ai bambini in modo accettante e supportivo. La cura permette al bambino di sentirsi al sicuro, amato e protetto. Questi bambini accettano le richieste dei genitori e sono facili da gestire.
- Disciplina.
La disciplina prevede che i genitori identifichino e si aspettino un comportamento responsabile da parte del bambino. Comprende la formulazione di limitazioni o regole, il monitoraggio del comportamento e un fermo rispetto delle regole, che devono essere chiare, ragionevoli e appropriate all'età. Le punizioni costituiscono il modo meno efficace per rinforzare le regole.
- Rispetto.
Rispetto significa fornire al bambino la libertà di pensiero e di espressione. È importante quanto le prime due in quanto senza di esso i genitori eserciterebbero un controllo psicologico sul figlio. Tale controllo può limitare la possibilità che il bambino sviluppi una identità, una buona autostima, e impedisce inoltre una adeguata comprensione ed espressione delle emozioni.

Se consideriamo queste tre dimensioni e le incrociamo, otteniamo 4 diverse tipologie di genitori:

1. Positivi: genitori che offrono cure, disciplina e che rispettano i figli. I bambini hanno una buona autostima, sono rispettosi e responsabili, hanno una buona capacità empatica, controllo emozionale e una buona abilità nel gestire i conflitti.
2. Permissivi: genitori che curano e rispettano i figli, ma sono carenti nella disciplina. I bambini hanno una buona autostima, sono competenti in molte aree, tuttavia hanno uno scarso senso di responsabilità e possono presentare dei problemi comportamentali.
3. Dominanti: genitori che utilizzano la disciplina ma non curano né rispettano i figli. I bambini hanno una scarsa autostima, alti livelli di ansia e depressione. Non sono molto competenti socialmente, hanno problemi scolastici e comportamentali.
4. Distaccati: genitori che non curano, né rispettano, né disciplinano. I bambini hanno una scarsa autostima, depressione e scarsa competenza sociale.

I genitori competenti, ossia positivi, sanno manifestare affetto, cura, protezione in modo continuo, senza condizionare i propri figli. Stimolano adeguatamente i suoi interessi, attitudini e sono disponibili a instaurare con il figlio un dialogo, valorizzando i suoi pensieri, le sue emozioni e aiutandolo a sviluppare la sua autostima e le sue competenze personali e relazionali.

Lo studio dei fattori di rischio connessi alla genitorialità e l'analisi dei relativi esiti psicopatologici hanno portato all'individuazione di alcune situazioni "a rischio" ritenute più rilevanti per lo sviluppo del bambino, quali:

- Gravidanza e maternità in età adolescenziale
- Depressione materna
- Conflittualità genitoriale

Per quanto riguarda la conflittualità genitoriale, presa in considerazione in questo capitolo. La letteratura psicologica sottolinea il fatto che, sebbene la separazione dei genitori costituisca una esperienza dolorosa, essa non determina conseguenze negative o danni allo sviluppo se non viene accompagnata dal conflitto tra adulti. Numerosi studi hanno sottolineato come, per i bambini, l'esposizione alle discordie o ai conflitti genitoriali costituisca una significativa e

prevalente fonte di stress che può determinare il verificarsi di esiti psicopatologici. Gli studi più recenti hanno cercato di analizzare le condizioni a causa delle quali il conflitto diventa dannoso per i bambini, non limitandosi a documentare l'esistenza di correlazione tra conflitto e adattamento, bensì cercando di comprendere il significato che esso viene ad assumere per i bambini.

Gli Psicologi statunitensi John H. Grych e Frank D. Fincham (1990, 1993) sottolineano come, nella elaborazione del conflitto, le cognizioni e le emozioni dei bambini agiscano in modo interdipendente e siano sistematicamente correlate alle dimensioni del conflitto (intensità, contenuto, durata ed eventuale soluzione) e al contesto in cui avviene. Patrick T. Davies e E. Mark Cummings (1994), entrambi Psicologi, rilevano come il ruolo delle emozioni sia stato da Grych e Fincham sottovalutato a causa della maggiore enfasi attribuita all'elaborazione cognitiva. Tali Autori ritengono che le risposte dei bambini agli episodi conflittuali derivino, prevalentemente, dalla loro sicurezza emotiva anziché da una elaborazione cognitiva della situazione.

Il concetto di sicurezza emotiva si riferisce alla qualità affettiva ed emotiva delle relazioni vissute dal bambino con tutti i componenti della famiglia e guida i processi di elaborazione primaria ed elaborazione secondaria. Un bambino emotivamente insicuro della relazione tra i suoi genitori, infatti, può percepire il conflitto come più pericoloso (elaborazione primaria) rispetto a un bambino sicuro, fiducioso nella risoluzione del conflitto e nella disponibilità psicologica dei genitori.

In secondo luogo, l'insicurezza emotiva può agire sul tipo di coping (elaborazione secondaria) determinando una minore capacità di far fronte alla situazione conflittuale. A volte il conflitto non si esaurisce nemmeno con la separazione. Ci sono coppie che tendono a mantenere un legame di invischiamento distruttivo, continuando ad alimentare il conflitto. Spesso ricercano attraverso la conflittualità giuridica un risarcimento personale per le ferite e le umiliazioni di cui ritengono esclusivo responsabile il coniuge.

La genitorialità implica un processo di riconoscimento del figlio come altro da sé. In questo senso, è assolutamente fondamentale che la nascita del bambino venga preceduta dall'elaborazione della crisi legata al passaggio della coppia dalla coniugalità alla genitorialità. Il passaggio dalla relazione a due alla relazione a tre, infatti, comporta una serie di profonde modificazioni nell'universo della coppia e un indispensabile processo di re-distribuzione di

tutte le proprie energie. Il processo del divenire genitori dovrebbe quindi essere un'evoluzione e una crescita della coppia, non una "rottura" e, proprio per questa ragione, prima di intraprendere questo cammino, sarebbe opportuno fare una serie di considerazioni e comprendere che nella genitorialità sarà l'essere del bambino a divenire centrale e "focale". Il concepimento, come anche la nascita del bambino, non sono "stati informativi", non forniscono cioè "informazioni per l'uso". Il bambino è una persona reale ed è una persona che possiede assai minori risorse individuali rispetto agli adulti e che quindi deve essere sostenuta, gestita e rifornita dai genitori, i quali dovranno creare per lui un ambiente e una holding all'interno dei quali il bambino possa sentirsi al sicuro. Questo ruolo assai impegnativo potrebbe essere ulteriormente complicato, come abbiamo visto, da situazioni critiche quali la maternità precoce, la depressione post-natale materna o conflittualità nella coppia.

Alla luce di quanto esposto, concludo affermando che la genitorialità non è "decorativa", non è qualcosa che si aggiunge a uno stato precedente, ma è piuttosto qualcosa che modifica profondamente e durevolmente le singole personalità dei genitori e la coppia nel suo insieme, la quale diventa una "famiglia".

3.2 Il processo di Mediazione familiare nel conflitto

La mediazione familiare è un percorso per la riorganizzazione delle relazioni familiari in vista o in seguito alla separazione o al divorzio: in un contesto strutturato il mediatore, come terzo neutrale e con una formazione specifica, sollecitato dalle parti, nella garanzia del segreto professionale e in autonomia dall'ambito giudiziario, si adopera affinché i genitori elaborino in prima persona un programma di separazione soddisfacente per sé e per i figli, in cui possano esercitare la comune responsabilità genitoriale. La mediazione è dunque un'alternativa al conflitto, che si differenzia per modalità e obiettivi sia dalla terapia familiare che dalla consulenza legale. E' un processo di "negoziazione" in cui una terza persona aiuta le parti in lite a concordare una soluzione mutualmente accettabile ai loro problemi.

Ma come opera concretamente un mediatore familiare? Come si svolge una seduta di mediazione?

Il processo di mediazione.

1. Il colloquio di accoglienza.

In particolare il mediatore chiarisce che la mediazione familiare è un percorso per regolare i conflitti salvaguardando le necessità e le esigenze affettive dei figli; non si propone di rimettere insieme la coppia, ma solo di trovare degli accordi, garantendo ai figli la possibilità di mantenere un rapporto sereno con entrambi i genitori; è un modo per riprendersi la responsabilità genitoriale attraverso un'autonoma e volontaria richiesta di aiuto; non si propone come una consulenza legale, né sostituisce il provvedimento giudiziario; non è un atto terapeutico; il mediatore rappresenta un aiuto esterno per riprendere a comunicare; il mediatore non prende decisioni per nessuno e non obbliga ad accettare compromessi che non convincono; la mediazione garantisce la riservatezza e l'autonomia dalle procedure legali di separazione; il percorso di articola in 10-12 sedute al massimo.

Il mediatore valuta dunque in senso positivo la mediabilità della coppia, pur prendendo atto della evidente tensione e della elevata conflittualità che la caratterizza.

2. Raccolta dei dati.

La prima seduta si svolge nella settimana successiva al colloquio di accoglienza. L'incontro ha inizio con la raccolta dei dati di base riguardanti i clienti. Le domande relative al passato che il mediatore rivolge ai clienti sono solo le seguenti:

- Quando e come è avvenuta la rottura della vostra relazione?
- Chi per primo ha deciso di interrompere la convivenza?
- Come avete vissuto il periodo successivo alla fine del rapporto?

Prima di porre tali domande il mediatore specifica che saranno le uniche riguardanti il passato e che il lavoro che entrambi dovranno fare con il suo aiuto si concentrerà sul presente e sul futuro. Il mediatore necessita di tali dati al fine di stabilire l'atteggiamento della coppia rispetto alla vicenda della separazione. Il mediatore è sempre attento a che i clienti non litighino troppo a lungo o troppo spesso su uno stesso argomento. Attraverso le sue strategie interrompe le liti, generalmente associate all'attacco o alla difesa di una posizione, riportando l'attenzione dei clienti sul

raggiungimento degli obiettivi. La lite ha comunque un ruolo importante nelle negoziazioni in quanto fornisce uno scambio di informazioni e spesso produce idee nuove, anticipando un cambiamento nelle posizioni. Sebbene a volte eccessiva essa costituisce un utile dialogo che va incoraggiato. Così in alcune fasi della lite il mediatore mantiene volutamente una situazione di non-intervento, in cui i clienti si scambiano dati, persuadendosi l'un l'altro e, al contempo, fornendo informazioni rilevanti per la mediazione.

3. Definizione del problema

Il mediatore entra in una relazione e in uno stile di lunga data che chiarisce perché le due parti si rivolgono ad una mediazione piuttosto che affrontare il problema da soli. Il mediatore non può imporre un cambiamento nei comportamenti. Dovrà invece migliorarli, affinché possa emergere una comune definizione del problema, insieme a delle discussioni produttive. Come gestore delle negoziazioni il mediatore si serve di alcune strategie generali per aiutare i clienti a definire il problema comune.

Egli deve mutualizzare, normalizzare, mantenere l'attenzione sul futuro focalizzando, al tempo stesso l'obiettivo su ciò che i clienti vogliono, piuttosto che su quello che non vogliono; deve, infine, riassumere l'informazione utile fornita dai clienti e scartare quella inutile.

La strategia utilizzata dal mediatore è quella di capire ciò che i clienti vogliono più che ciò che non vogliono. Il mediatore è di utilità ai clienti solo se li aiuta a capire ciò che vogliono nel futuro e a decidere come ottenerlo.

La seduta dunque si apre parlando del passato e si sposta rapidamente nel futuro.

Quando si chiede ai clienti di descrivere il loro passato, emergono parole che esprimono dolore, dispiacere, apprensione. Quando gli si chiede del futuro vengono fuori argomenti di speranza, parole e sentimenti che esprimono desiderio di "cambiamento".

4. Creazione di opzioni

Dalle discussioni emerge che nessuna delle parti ha seriamente preso in considerazione il punto di vista dell'altra. Il mediatore tenta di far capire chiaramente a ciascuno di loro che cosa sta cercando l'altro e di che cosa ha bisogno, assegnando dei compiti che li aiutino a pensare a quello che ha in mente l'altro. L'incarico assegnato a ciascun genitore a questo punto è quello di pensare a quello di cui avrebbe

bisogno dall'altro genitore per poter essere d'accordo con la sua posizione; e a quello che potrebbe offrire all'altro genitore per fargli/le accettare la propria.

5. Ridefinizione delle posizioni

Il mediatore si relaziona e si rivolge dunque ad entrambi come padre e madre e non come ex-compagni. Non supportando il ruolo adottato dalle parti nell'interazione reciproca il mediatore rende difficile il mantenimento di quegli stessi ruoli e indirizzando la discussione sul loro essere genitori mette i clienti in una condizione di problem solving più produttiva.

6. Contrattazione.

Il mediatore, ritenendo che il conflitto possa essere negoziato, aiuta i clienti a trovare delle soluzioni pratiche idonee a risolvere il conflitto e a raggiungere l'accordo che meglio si adatta alle loro esigenze e a quelle del figlio. Lo scopo, nella gestione delle trattative, è quello di raggiungere un accordo integrato, tale cioè da incorporare le esigenze e gli interessi di entrambe le parti. In questo senso il mediatore deve indirizzare la coppia sulle aree dove è possibile un accordo, senza decidere, tuttavia, al posto dei clienti.

7. Stesura dell'accordo

Si tratta di un programma, contenente tutti gli accordi presi dalla coppia nel rispetto dei loro interessi personali ma soprattutto nel rispetto dell'interesse del figlio e del loro rapporto con lo stesso.

Come si è visto, il ruolo del mediatore familiare è stato quello di portare i membri della coppia a trovare da sé le basi di un accordo durevole e mutualmente accettabile, tenendo conto dei bisogni di ciascun componente della famiglia e particolarmente di quelli dei figli, in uno spirito di corresponsabilità e di uguaglianza dei ruoli genitoriali. In questo senso la mediazione familiare si rivela un efficace strumento per il positivo superamento del conflitto familiare che, si auspica, possa essere più concretamente utilizzato come alternativa strategica di auto-responsabilizzazione rispetto alla lite legale.

3.3 Strumenti del counselor

Il counselor si occupa, per definizione, di problemi. Non sorprende, pertanto, che il suo lavoro si avvantaggi di una raffinata competenza nel Problem Solving. Inoltre, per poter svolgere in modo efficace il Problem Solving con i suoi clienti, il counselor ha bisogno di una notevole competenza nella comunicazione interpersonale. Nei seguenti paragrafi si troverà una sintesi delle abilità essenziali di Problem Solving e comunicazione nel lavoro di counseling. Il Problem Solving viene studiato ed applicato in molti ambiti (dalla logica matematica alle scienze umane, dal business all'insegnamento, dall'intelligenza artificiale alla relazione d'aiuto). Per quanto riguarda l'attività di counseling ha dimostrato una grande utilità sia in quanto metodo generale di approccio professionale ai problemi degli utenti, sia in quanto metodologia da insegnare agli utenti per consentire loro di applicarlo autonomamente nella gestione quotidiana dei problemi. Il Problem Solving è una struttura aperta e circolare adattabile ad ogni tipo di problema, dai problemi pratici a quelli emozionali e relazionali.

Per questa ragione è una utilissima griglia di riferimento per il lavoro di counseling, in quanto consente di guidare l'intervento in modo professionale passando attraverso tutte le indispensabili fasi:

- identificazione degli obiettivi e degli ostacoli,
- generazione di possibili soluzioni,
- scelta della soluzione e pianificazione,
- attuazione del piano e verifica.

Inoltre, la versatilità del Problem Solving come struttura generale di approccio ai problemi, consente al counselor di utilizzarlo come "materia" di insegnamento al fine di fornire agli utenti uno strumento da utilizzare in proprio per migliorare la gestione dei problemi. Questo modo di utilizzare il Problem Solving viene detto psicoeducazionale e la sua efficacia in molti tipi di disagio è dimostrata da numerosi studi. L'identificazione degli obiettivi e le successive fasi del Problem Solving, richiedono da parte del counselor una grande competenza nel maneggiare la comunicazione interpersonale. Il counselor deve capire e farsi capire, deve identificare i problemi e deve facilitare un clima di fiducia e cooperazione per la ricerca delle soluzioni. Ciò richiede l'acquisizione di una competenza professionale di alcune abilità di comunicazione.

La prima sicuramente è quella di considerare la comunicazione un processo circolare e sistemico. Sebbene possa sembrare controintuitivo, da un punto di vista scientifico la comunicazione non si riduce all'uso della parola ed ha a che fare solo in parte con l'intenzione di esprimere questo o quel significato. La comunicazione è semplicemente un passaggio di informazioni. Da questo punto di vista, la comunicazione interpersonale è rappresentabile come passaggio di informazioni da un soggetto all'altro non solo attraverso il linguaggio, ma anche con la postura, le reazioni del corpo ed il comportamento. Dunque, le persone comunicano sempre, che lo vogliano o no. In sintesi, il nostro comportamento influenza quello degli altri e quello degli altri influenza il nostro. La comunicazione, cioè, è circolare.

La seconda è quella di mettersi al passo (pacing). Da un punto di vista pragmatico e sistemico, come abbiamo visto, la comunicazione non ha un significato, ma un effetto. Ciò che noi siamo, diciamo e facciamo ha un effetto su ciò che sono, dicono e fanno gli altri. E quello che fanno gli altri ha un effetto su ciò che facciamo noi. Ma se ci fermassimo solo a questo, dovremmo concludere che ciascun membro di un circuito comunicativo è un automa che riceve informazioni (input) e reagisce con altra informazione (output) in modo meccanico. In realtà, ogni membro di un circuito comunicativo interpreta la comunicazione degli altri sulla base del suo stato mentale e del suo sistema cognitivo-emotivo di base che si è organizzato a sua volta in base alla sua provenienza socio-culturale ed alle sue esperienze. Un'abilità fondamentale del lavoro di counseling consiste nell'adeguarsi allo stato mentale che vivono i suoi utenti, ed al loro sistema cognitivo-emotivo. Questo adeguamento viene detto in inglese pacing. Il pacing può essere realizzato spontaneamente con l'empatia, cioè con la capacità di mettersi nei panni dell'altro, ma può essere affinato con alcuni accorgimenti che richiedono un certo allenamento: adottare una postura ed un ritmo della parola affine a quella dell'interlocutore. Il modo più semplice per fare pacing dal punto di vista della comunicazione non verbale è il cosiddetto mirroring (dall'inglese: "fare da specchio"). In sostanza si tratta di adeguarsi alla postura, al ritmo della parlata, ed al comportamento complessivo dell'altro.

In terza analisi, sono abilità essenziali quelle di specificare, esemplificare, esplicitare. Una volta in sintonia con il cliente, siamo pronti a lavorare sul suo problema. Per identificare con precisione i problemi di un cliente o di un sistema (familiare, gruppale), è essenziale passare da descrizioni generiche, vaghe, incomplete o implicite ad una descrizione accurata,

dettagliata ed esplicita delle situazioni problematiche. La terza abilità di comunicazione professionale ha a che fare dunque con questo passaggio che implica l'inaccettabilità di descrizioni vaghe, confuse, di generalizzazioni, informazioni incomplete o implicite ed etichette astratte che il cliente attribuisce alla propria esperienza. Questo passaggio deve essere guidato con grande sensibilità e partendo proprio dalle descrizioni iniziali. Per ottenere una descrizione accurata, dettagliata ed esplicita di contesti, eventi, convinzioni, emozioni e percezioni fisiche specifiche, è fondamentale acquisire una grande esperienza e quindi allenarsi a condurre un tipo di intervista caratterizzata da un progressivo lavoro di specificazione, esemplificazione ed esplicitazione. Specificare vuol dire passare da una descrizione astratta o generica dell'esperienza di disagio (sono depresso, sono senza via di uscita, tutti mi odiano, nessuno mi ascolta, sono troppo ansioso) alla descrizione degli elementi specifici di cui si compone. Inoltre, molte descrizioni sono carenti in informazioni importanti, oppure non includono delle informazioni considerate implicite. Esplicitare vuol dire rendere espliciti, cioè mettere in chiaro, alcuni elementi della comunicazione che sono espressi in modo nascosto o implicito. I più frequenti elementi impliciti sono i cosiddetti presupposti. Nella espressione: "Non mi ami più", ad esempio, il parlante presuppone che in precedenza era stato amato. A volte i presupposti, se non vengono resi espliciti, danno per scontate alcune convinzioni che scontate non sono. Altri elementi impliciti sono alcuni rapporti di causa-effetto che, se non vengono resi espliciti, continuano ad essere considerati ovvi anche quando sono del tutto irrazionali o quanto meno non del tutto certi.

In ultima analisi, abbiamo l'abilità del collegare (Affetto ponte). In presenza di emozioni e percezioni fisiche importanti e disturbanti, è molto utile rintracciare altre esperienze che determinano le stesse emozioni e percezioni fisiche. Accade infatti frequentemente che alcune reazioni disturbanti siano attribuite erroneamente a specifiche situazioni esterne dimenticandone l'origine interna legata ad esperienze precedenti. Quando si invita il cliente a ricercare nella sua memoria altre circostanze in cui ha avvertito percezioni simili, si consente di identificare uno schema di risposta ripetitivo in circostanze diverse, ma accomunate da qualche caratteristica. Ciò aiuta a superare la situazione contingente che viene erroneamente percepita come la causa del problema, ed aiuta a comprendere meglio il significato delle emozioni e delle percezioni fisiche percepite.

Fra gli ulteriori strumenti a disposizione del Counselor vi è il Coaching. Il Coaching è una strategia di formazione che, partendo dall'unicità dell'individuo, si propone di operare un cambiamento, una trasformazione che possa migliorare e amplificare le proprie potenzialità

per raggiungere obiettivi personali. È una relazione processuale che vuole offrire al cliente strumenti che gli permettano di elaborare ed identificare i propri obiettivi e rafforzare la propria efficacia e il proprio potenziale. Presupposto di partenza è che ogni persona ha delle potenzialità latenti, l'obiettivo del coach è quello di scoprirle ed insegnare al cliente come utilizzarle. Il Coaching non può essere utilizzato come terapia sostitutiva in caso di patologie psichiche particolari o legate a disturbi della personalità. In un rapporto di Coaching, la valorizzazione delle potenzialità personali permette di inquadrare l'essenza stessa del Coaching: accompagnare la persona verso il massimo rendimento attraverso un processo autonomo di apprendimento. La metodologia di Coaching adottata prevede che il cliente sia prima di tutto rispettato, sia dal punto di vista personale che professionale e venga considerato in grado di gestire efficacemente la propria vita ed il proprio ambito lavorativo. Ogni cliente viene visto come una persona creativa e piena di risorse.

Sulla base di ciò, le responsabilità del coach sono:

- scoprire, rendere chiari ed allineare gli obiettivi che il cliente desidera raggiungere;
- guidare il cliente in una scoperta personale di tali obiettivi;
- far in modo che le soluzioni e le strategie da seguire emergano dal cliente stesso;
- lasciare piena autonomia e responsabilità al cliente.

Durante ciascun incontro è il cliente stesso a scegliere l'argomento della conversazione, mentre il coach lo ascolta ponendo osservazioni e domande. Questa interazione contribuisce a creare maggiore chiarezza ed induce il cliente a divenire proattivo. Nel Coaching si osserva "dove si trova il cliente oggi", quale sia cioè la situazione attuale di partenza, e si definisce, in comune accordo, ciò che egli è disposto a fare per raggiungere "la meta in cui vorrebbe trovarsi domani". I coach riconoscono che i risultati sono frutto delle intenzioni, delle scelte e delle azioni della persona o del team, sostenuti dall'impegno del coach e dall'applicazione dei suoi approcci, dei suoi metodi e delle sue competenze. Il Coaching è una professione di aiuto, è la professione dell'ascolto. Il rapporto è paritetico verso il partner (non si chiama cliente). È vietato suggerire cosa fare.

Strumenti del coach:

- Fare domande, a cui è possibile non rispondere.
- Restituire un feedback (ma non dire nulla di tuo).

- Assegnare dei tasks (motivatore situazionale) serve per tenere una tensione tra una sessione e l'altra
- Non creare dipendenza (ma promuove l'autocoaching).

Il Coaching lavora sul processo, non è una relazione che è interessata al contenuto. Non lavora sul passato, qualunque sia l'obiettivo del partner; il coach aiuta il partner ad abbattere ostacoli e aliberare risorse ed energie. La responsabilità di raggiungere l'obiettivo è del partner. Il coach lavora sulla consapevolezza (farlo uscire dalla zona di comfort) e sul commitment (responsabilità, volontà, azione).

3.4 Esperienza professionale sul campo

Durante la mia esperienza di tirocinio ho potuto sperimentare l'importanza della mediazione nel conflitto familiare e l'efficacia delle tecniche e degli strumenti di counseling. Illustrerò i casi di cui ho preso parte. Credo che se avessi seguito solo una coppia, non avrei potuto confrontarmi con realtà che a volte chiedono alla mediazione di adattarsi alle esigenze del caso, altre non trovano nella mediazione il percorso adatto alle proprie necessità. La legittimazione dell'altro consente, in caso di divorzio, di valorizzare l'altro almeno per alcuni aspetti, di riconoscerlo come genitore e di mantenere in lui la fiducia indispensabile per poter esercitare la comune responsabilità genitoriale. Non si può uscire dal legame genitoriale neanche in caso di divorzio: il matrimonio finisce, ma genitori si resta per sempre. Ognuna delle coppie che ho potuto seguire in mediazione, si è presentata al Servizio con un obiettivo diverso: chi cercava riscatto per sé o per un'intera categoria, chi aveva ben chiaro cosa chiederci e chi aveva addirittura un'aspettativa terapeutica di costruzione della genitorialità.

Ogni coppia, ogni persona, porta nella stanza della mediazione il proprio vissuto: ci sono quelle che narrano volentieri le proprie vicissitudini e quelle che puntano tutto e solo sul conflitto. Quasi in ogni caso vediamo uscire il legame con la stirpe d'origine.

Il primo caso da prendere in considerazione potremmo definirlo come la situazione nella quale i genitori vorrebbero riappropriarsi del loro ruolo genitoriale, una sorta di etichetta nuova agli occhi dei figli. Nel mese di gennaio, arrivano Giovanna e Michele. Hanno entrambi 42 anni, sono separati da 5 anni, dopo 12 anni di matrimonio e due figli, Mauro di 10 anni e Diego di 8 anni. Lui imprenditore, lei impiegata, arrivano da noi inviati dagli avvocati che sperano in una modifica degli accordi in sede extragiudiziale. E' Giovanna che ha lasciato Michele, caduta in depressione, si sentiva sempre più sola, si occupava dei bambini e si sentiva trascurata dal marito al quale ha attribuito la colpa di tutti i suoi problemi. Ha lasciato il marito ed i bambini e per 5 anni ha approfittato solo poche volte del tempo concessole dal Tribunale per stare coi figli e non si è occupata di loro. Trascorso tutto questo tempo, è tornata in Giovanna la voglia di occuparsi dei suoi figli e da qui il bisogno di riscattarsi come madre. Ora vorrebbe che i bambini fossero domiciliati presso di lei e per questo ha fatto ricorso al Tribunale. Michele dice di aver trascurato la famiglia solo per il lavoro. Mauro e Diego, che negli ultimi 3 anni hanno visto poco la mamma, sono diventati diffidenti nei suoi confronti e non le riconoscono l'autorità che lei vorrebbe avere. Oggetto di questa mediazione sono: un nuovo calendario, un nuovo domicilio principale, comportamenti e linee educative comuni. Dai nostri incontri appare chiara la domanda implicita che i genitori ci fanno: entrambi chiedono un riconoscimento del loro ruolo di madre e di padre, hanno bisogno di sentirsi riconosciuti per ciò che hanno fatto e fanno per i loro figli. Inoltre Giovanna chiede un riscatto morale per ciò che è stato, vuol essere nuovamente considerata una buona madre per i suoi figli. Al terzo incontro il clima è cambiato, Giovanna e Michele hanno smesso di dialogare; hanno interrotto la mediazione e non sono più tornati.

Il secondo caso prendere in considerazione un percorso finalizzato alla costruzione di una nuova genitorialità. Nel mese di novembre arrivano Marta e Giorgio; entrambi di 40 anni, lei maestra d'asilo, lui scultore, vengono da noi per un'ordinanza del Tribunale: la mediazione è stata chiesta dal giudice. Marta e Giorgio non sono mai stati sposati né hanno mai convissuto: hanno avuto una breve relazione da cui 3 anni fa è nato il piccolo Edoardo. Marta ha anche un'altra figlia, Bianca, di 12 anni, avuta da una precedente relazione complicata. Giorgio non ha mai sostenuto la maternità di Marta e non ha mai desiderato vedere il figlio per i primi due anni. Marta sostiene l'inutilità dei padri dei suoi figli. Entrambi hanno famiglie d'origine presenti e religiose. Ci narrano con difficoltà delle loro vicissitudini. Nella stanza della mediazione portano astio e rancore. Marta ha chiesto

l'affidamento esclusivo del piccolo Edoardo. Giorgio ha denunciato Marta per aver portato il figlio dalla nonna sul Lago di Garda l'estate scorsa senza dirglielo. Ci rendiamo conto che il giudice inviante ed i rispettivi avvocati hanno nei confronti della mediazione un'aspettativa terapeutica di costruzione della genitorialità, che non è mai stata praticata insieme. Marta e Giorgio sono assolutamente incapaci di costruire un legame e così, dopo l'ennesimo forte scontro, la mediazione s'interrompe. Non abbiamo più avuto notizie di questa coppia, ma mi sono chiesta cosa si potrebbe fare per non perdere un'occasione per un lavoro per il bene di Edoardo: essendo convinta che queste persone difficilmente potranno trovare degli accordi, credo che forse si potrebbe offrire un sostegno alla genitorialità per Giorgio ed un invito ad un gruppo per genitori separati ad entrambi.

Il terzo caso preso in esame considera una mediazione molto concentrata e stretta nei tempi che però porta a dei risultati positivi. In giugno, Beatrice ed Alberto, sposati da 10 anni, si stanno separando e vengono da noi per accordarsi su come comunicare ai figli la separazione. Sono inviati da una persona conoscente di Beatrice che a sua volta conosce bene la mediatrice. Hanno due figli, Margherita di 7 anni e Luca di 3 anni. Entrambi provengono da due famiglie molto benestanti e conducono una vita dal tenore molto elevato. Ci narrano apertamente dei loro legami familiari e si capisce subito che in questa coppia è molto forte il legame con la propria stirpe, tanto che le famiglie d'origine sono una presenza troppo invadente nella loro vita. Arrivano al Servizio con le idee molto chiare sul lavoro che faremo insieme. Lavoriamo bene per un'ora e mezza e così riusciamo a raggiungere degli accordi su come e quando Beatrice ed Alberto comunicheranno la decisione di separarsi ai loro figli. Questa è stata una mediazione concentrata ma completamente riuscita, anche grazie all'ottimo lavoro di premediazione fatto dall'inviante.

CONCLUSIONI

L'idea di partenza di questa tesi era quello di verificare nel campo l'importanza di unire due strumenti di supporto alla genitorialità, come la mediazione e il counselling, per valutare l'importanza di un intervento come counselor specializzato nella sfera familiare e conflittuale. Quindi, il frutto di questa riflessione è sicuramente questa affermazione: "La mediazione familiare è un intervento specializzato di counselling che sta conoscendo oggi in Europa una notevole espansione". La mediazione familiare è una metodologia di aiuto alla coppia in un momento particolare del ciclo vitale della famiglia, cioè in un momento di crisi. Essa può essere utilizzata nei vari momenti del processo di crisi: nella fase della presa di decisione (se separarsi o meno), nella fase legale della separazione, nella fase post-sentenza, durante il lungo processo di elaborazione psicologica del "lutto", in occasione della revisione dell'affidamento dei figli: comunque l'intervento di mediazione familiare è strettamente collegato con la decisione della separazione. Essa offre alla coppia un contesto strutturato, con la presenza di un terzo elemento neutrale, "il mediatore", atto a favorire le potenzialità evolutive della crisi e del conflitto, anche in funzione dello sviluppo e della maturazione dei figli, rendendo i genitori protagonisti delle decisioni che riguardano la relazione affettiva ed educativa con i figli. Elemento centrale di ogni mediazione è quindi l'assunzione o la riassunzione della responsabilità genitoriale da parte della coppia ed il rifiuto della delega ad un terzo, sia esso un giudice o un consulente.

Bisogna considerare che la mediazione riapre uno spazio comunicativo all'interno della coppia separata, permettendo di ridefinire confini e relazioni e quindi di raggiungere accordi che siano fondati, stabili il più possibile nel tempo perché nati da una consapevolezza; spesso

accade, invece, che gli accordi legali siano generici e superficiali o, in caso di elevata litigiosità, siano delegati dalla coppia ad un terzo esterno, cioè ad un giudice, che si assume, utilizzando strumenti talvolta non adeguati, la responsabilità decisionale che di fatto spetterebbe ai genitori. Quasi tutti i progetti di legge presentati in Parlamento negli ultimi anni, che cercano di istituzionalizzare la figura del mediatore, rendono la mediazione un intervento obbligatorio per qualunque coppia con figli intenda separarsi, ed il pericolo è che la coppia perda, in questo modo, la spinta a lavorare davvero sul proprio ruolo genitoriale.

La tesi vuole schierarsi dalla parte di quella corrente di pensiero che la mediazione non si può occupare solo dei problemi legati all'affidamento dei figli, ma che quelle competenze unite all'arte del counselling danno la possibilità di risolvere il conflitto anche sotto un aspetto emotivo ed affettivo, potremmo definirla una "mediazione globale". Nel momento in cui la coppia è in crisi, intende separarsi o è già divisa, e si rivolge ad un operatore per un aiuto, si può definire l'inizio di un percorso di "mediazione terapeutica". In questa direzione l'approccio è quello di una mediazione in cui si parte dalla consapevolezza delle emozioni che la separazione, la rottura del legame, la frattura, il divorzio, hanno provocato; quindi si parte dai sentimenti di fallimento, di disistima, dalla rabbia, dal rancore e dal dolore conseguenti alla rottura della comunione/identità di coppia, che devono essere espressi ed elaborati contestualmente all'interno del setting della mediazione, anche attraverso il recupero e l'autoconsapevolezza di alcuni temi-chiave (miti ecc.) della propria storia familiare, di come essi si sono intrecciati con quelli dell'altro, di come essi spesso costituiscono l'elemento di blocco e di conflitto nella relazione con l'altro: solo un percorso in questa direzione permetterà la reale assunzione di responsabilità verso i figli, mantenendo la continuità genitoriale, da tutti gli approcci teorici auspicata, ma che resta un'utopia se non si lavora sulle emozioni, sulla paura del distacco e sulla propria appartenenza familiare. Durante il processo di mediazione si passa, cioè, da un momento di espressione delle emozioni da parte della coppia in un contesto protetto, con la presenza comunque di un terzo neutrale che in ogni caso ha la possibilità di riformulare le questioni e di lavorare sulle emozioni sempre contestualmente, a un momento di comprensione reciproca più profonda di che cosa c'è dietro questo blocco comunicativo, di quali sono gli elementi che appartengono alla storia passata, al vissuto individuale dei coniugi che hanno causato questo blocco, quali sono i temi-chiave, i nodi, che a partire dalla storia con la propria famiglia d'origine, hanno portato a quel tipo specifico di difficoltà e di emozione. Per comprendere è necessario ascoltarsi ed ascoltare, momento fondamentale in una certa fase della mediazione, è necessario passare cioè dal

momento rivendicativo alla comprensione delle reciproche preoccupazioni. Infine si arriva ad una fase di condivisione di problemi che si possono affrontare, questa volta, insieme: l'obiettivo, prima di arrivare agli accordi, è quello di passare per una "riformulazione condivisa" dei problemi.

Lavorare come mediatori/counsellor significa quindi, per me, tenere conto della necessità che siano i genitori a riassumersi una responsabilità genitoriale, tenere conto che mediare significa lavorare con le emozioni, permetterne un'espressione protetta per poter arrivare ad un momento di comprensione condivisa, ad una riformulazione dei problemi, a degli accordi realmente condivisi da entrambi.

BIBLIOGRAFIA

Allegri E., De filippi P. G. (2004) "Mediazione Familiare: Temi e Ricerche" - Armando Editore, Roma.

Ammaniti M., *"Manuale di psicopatologia dell'adolescenza"*, Raffaello Cortina Editore, Milano, 2002

Andolfi, M. , (1999) (a cura di) , "La crisi della coppia" - Raffaello Cortina, Milano.

Anna Oliverio Ferraris, "Il terzo genitore. Vivere con i figli dell'altro", R. Cortina Editori

Brazelton B, Greenspan S. (2001). " I bisogni irrinunciabili dei bambini". Cortina, Milano.

C. Saraceno, M. Naldini Sociologia della famiglia, Ed. Il Mulino 2007

Camaioni L., Di Blasio P. , *"Psicologia dello sviluppo"*, Il Mulino, Bologna, 2002

Canevelli F., Lucardi M. (2008), "La mediazione familiare. Dalla rottura del legame al riconoscimento dell'altro", Boringhieri, Torino.

Corigliano A.N., *"Curare la relazione: saggi sulla psicoanalisi e la coppia"*, Franco Angeli, Roma, 1999

Dallanegra P. (a cura di) (2005), "Le radici nel futuro. La continuità della relazione genitoriale oltre la crisi familiare", Franco Angeli, Milano.

Dunn J., Deater-Deckard K. (2001), "Children's views of their changing families, York Publishing Services, York

Giommi R. (2003) "Il trauma delle separazioni difficili"- Istituto Ricerca e Formazione

- L. Parkinson La mediazione familiare, modelli e strategie operative Ed. Erikson, 1996
- Malagoli Togliatti, S. Mazzoni, A. Lubrano Lavadera (2010), Child symptoms and family alliance. Leipzig, Germania
- Malagoli-Togliatti M., Lubrano Lavadera A. (2009), "I figli che affrontano la separazione dei genitori". In *Psicologia Clinica e dello Sviluppo*, 1, pp. 3-39
- Mazzei D., (2002) "La mediazione familiare" Raffaello Cortina
- Minuchin S., Nichols M.P. (2006), "Assessing Families and Couples: from Symptom to system. Allyn & Bacon, New York.
- Morineau J. , (2000) "Lo spirito della mediazione" – Franco Angeli, Milano
- Mosconi A., (1996) "Separati per legge: Genitori sempre. L'intermediazione di coppia. Problemi attuali e Prospettive" .*Legge e Psiche, Rivista di psicologia Giuridica e Psichiatria Forense* n.1 Aprile pagg.35 – 44
- Pryor J., Emery R.E. (2004), "Children of Divorce". in Pufall, P.B., Unsworth, R.P. (a cura di), *Rethinking Childhood*. Rutgers University Press, Brunswick, NJ, pp, 170-190
- Rivista Connessioni (dic. 98) "Unioni conflitti mediazione" - CMTF Rivista dell' AIMS "Mediazione Familiare Sistemica" n°1, 2, 3, 5/6
- Rossi G., *"Lezioni di Sociologia della famiglia"*, Carocci Editore, Roma, 2003
- S. Mazzoni, La valutazione del processo di mediazione familiare: le risorse della famiglia in Ardone R. (a cura di) "Percorsi di Mediazione Familiare, Riflessioni, modelli, esperienze della Società Italiana di Mediazione Familiare" Ed Kappa, 2000
- Sanavio E., Cornoldi C. , *"Psicologia clinica"*, Il Mulino, Bologna, 2001
- Teti D.M., Gelfand D.M., Messinger D.S., Isabella R., *Maternal depression and the quality of early attachment: an examination of infants, pre-schoolers, and their mothers*, in "Developmental Psychology", Vol. 31 (3):364-376A.P.A., 1995
- V.Fabbi La mediazione familiare, il servizio sociale e rete dei servizi convegno Società della Salute di Firenze. Firenze, 8 giugno 2011

SITOGRAFIA

www.associazionegea.it

www.demoistat.it

www.divorzionline.it

www.genitorisottratti.it

www.giustizia.it

www.istat.it

www.mediazione-familiare.com

www.mediazione-familiare.com

www.mediazionesistemica.it

www.mediazione-sistemica.it

www.minori.itwww.istat.it

www.psicolife.com

www.psicologi-psicoterapeuti.it

www.psycomedia.it

www.vertici.it

RIFERIMENTI NORMATIVI

”Regolamento(CE),Consiglio del 27 novembre 2003, n. 2201/2003 relativo alla competenza, al riconoscimento e all'esecuzione delle decisioni in materia matrimoniale e in materia di responsabilità genitoriale, che abroga il regolamento (CE) n. 1347/2000

Decreto legislativo 28 dicembre 2013, n.154 “ Revisione delle disposizioni vigenti in materia di filiazione, a norma dell’articolo 2 della legge 10 dicembre 2012, n. 219

Legge 1 dicembre 1970, n.898 “Disciplina dei casi di scioglimento del matrimonio”

Legge 19 maggio 1975, n. 151 “Riforma del diritto di famiglia”

Legge 28 agosto 1997, n. 285"Disposizioniper la promozione di diritti e di opportunità per l'infanzia e l'adolescenza"

Legge 6 maggio 2015, n.55 “Disposizioni in materia di scioglimento o di cessazione degli effetti civili del matrimonio nonché di comunione tra i coniugi”

Legge 8 novembre 2000, n. 328 “Legge quadro per la realizzazione del sistema integrato di interventi e servizi sociali”