

COUNSELING: ASCOLTO PROFONDO, ACCOGLIENZA, EMPATIA



FORMAZIONE PROFESSIONALE 2014-2016

In questa dispensa sono fornite informazioni generali sul Counseling, sulla situazione legislativa italiana, sugli sbocchi professionali e sull'iter formativo triennale organizzato dalla scuola INSIGHT.

INSIGHT è accreditata S.I.Co. Roma è iscritta a E.A.C. Londra.
Via G. d'Arezzo 19 - 20145 Milano (MM Pagano)
www.insightformazione.it
info@insightformazione.it
02.4984210 o al 327. 6828931

Il Counseling è nato negli USA negli anni '50 e, in seguito, si è diffuso nei paesi anglosassoni.

In Italia sta emergendo da poco più di un decennio.

E' un approccio che offre nuove risposte a chi è alla ricerca del proprio benessere interiore.

INSIGHT Scuola di Counseling a mediazione corporea è stata fondata nel 1983 e dal 1986 forma professionisti con attitudini alla relazione d'aiuto.



Indice

- Pag. 2 Che cos'è il Counseling
- Pag. 3 La situazione legislativa italiana riguardo al Counseling
- Pag. 4 Gli sbocchi professionali
- Pag. 5 L'iter formativo organizzato da Insight
- Pag. 6 La Formazione Triennale in Counseling Insight
- Pag. 7 Formazione Professionale – Primo Anno
- Pag. 8 Formazione Professionale – Secondo Anno
- Pag. 9 Formazione Professionale – Terzo Anno
- Pag.10 Specchietto riassuntivo formazione triennale

Cos'è il COUNSELING

La crescente complessità e le numerose trasformazioni del tessuto sociale, rendono oggi più che mai necessaria la formazione specialistica di nuove figure di professionisti capaci di accogliere e rielaborare la domanda d'aiuto dell'individuo, della famiglia e/o del sistema in crisi.

Inoltre molte figure in vari ambiti, possono essere supportate nello svolgimento delle loro specifiche professioni, dall'integrazione di competenze specifiche riguardanti la "relazione d'aiuto", poiché tutte le professioni implicano **comunicazione e relazione**.

Il Counseling è un approccio che ha come scopo il miglioramento relazionale e comunicativo, offre quindi un'efficace risposta alle necessità sopra elencate.

Non è una tecnica specifica, piuttosto è un orientamento del comportamento e della gestione degli aspetti che riguardano il rapporto e lo scambio di comunicazione tra un professionista e un cliente. Non è una forma di Psicoterapia, ma si rivolge a tutte le persone sane che attraversano una naturale "crisi di vita" e/o a chi desidera acquisire degli strumenti d'auto-conoscenza e di miglioramento personale e professionale.

Il **Counselor**, il professionista di Counseling, poiché esperto dell'ascolto e della comunicazione, è un facilitatore: aiuta il cliente a trovare le risorse interiori necessarie alla risoluzione delle proprie difficoltà. "Aiuta il cliente ad aiutarsi", accogliendolo, sostenendolo con la propria empatia, utilizzando le proprie competenze affinché egli possa riconoscere e utilizzare le proprie forze interiori.

Principali scopi del Counseling:

- affrontare cambiamenti improvvisi o imprevisti;
- riesaminare situazioni complesse, vagliandone ipotesi, opportunità, opzioni;
- riorganizzare e completare le informazioni necessarie per orientarsi verso una decisione e per agire;
- ridefinire le esigenze e le aspettative, esplorando e valutando le ipotesi e le possibilità d'altri interventi;
- utilizzare al meglio le risorse delle persone e dei sistemi di riferimento, favorendo collaborazioni efficaci tra professionalità e ottiche diverse.

Il Counselor può rivolgere i propri interventi a singoli individui; per lavorare con coppie, famiglie e piccoli gruppi deve integrare alla formazione base degli aggiornamenti specifici.

Il "padre" del Counseling è **Carl Rogers**, uno psicoterapeuta americano che, alla fine degli anni '50 rivoluzionò il rapporto "terapeuta/cliente". Le sue principali innovazioni furono lo spostare l'attenzione dal "problema" alla "persona" e puntare sul far emergere le risorse interiori peculiari d'ogni individuo, piuttosto che fornire soluzioni schematiche e generalizzate.

Carl Roger, con Abraham Maslow, Rollo May e Roberto Assaggiali (padre, quest'ultimo, della Psicosintesi, la prima corrente psicologica che abbia mai tenuto conto anche degli aspetti spirituali dell'individuo), diede inoltre vita alla **Psicologia Esistenziale**, una corrente psicologica innovativa e rivoluzionaria.

La situazione legislativa riguardo il COUNSELING

Il 10 febbraio 2013 è entrata in vigore la Legge del 14 gennaio 2013 rivolta a disciplinare le professioni non regolamentate tra le quali anche quella del Counselor. La legge è stata pubblicata sulla Gazzetta Ufficiale del 26 gennaio 2013. Non si tratta, quindi, di una legge specifica sul Counseling, ma sulle "libere professioni".

Tra gli obblighi previsti, anche per i Counselor, c'è che il professionista dovrà riportare gli estremi della legge in ogni documento e in ogni scambio scritto con il cliente. E' possibile utilizzare questa formula *"Professionista di cui alla Legge n. 4 del 14 gennaio 2013, pubblicata nella GU n. 22 del 26/01/2013"*; vanno scritta sotto i dati anagrafici e i contatti della carta intestata o nella firma elettronica dei messaggi email. L'inadempimento a quest'obbligo è perseguito come pratica commerciale scorretta e sanzionata ai sensi del Codice del consumo (DLgs 206/2005).

La legge prevede che il Counselor possa esercitare, anche senza essere iscritto a un'associazione professionale o a un registro. Anche quest'informazione dovrà però essere scritta con chiarezza nei biglietti da visita, nella carta intestata, depliant, firma email, eccetera. In caso d'iscrizione a un registro professionale, dovrà essere citato anche il numero personale dell'iscrizione.

Pur lasciando questa libertà ai professionisti, la legge definisce con chiarezza l'obbligo all'aggiornamento professionale, la formazione continua, la supervisione professionale.

Il Counselor che, grazie ai criteri formativi, raggiunge gli standard previsti dalla norma tecnica UNI (di cui alla direttiva 98/34/CE del Parlamento europeo e del Consiglio, del 22 giugno 1998, e sulla base delle linee guida CEN 14 del 2010), può ottenere una certificazione da parte di un organismo terzo indipendente accreditato presso l'Ente nazionale di accreditamento.

La legge lascia agli enti di categoria (associazioni di categoria di Counseling) il compito di stabilire un codice di condotta (codice etico-dontologico professionale), promuovere la formazione permanente dei propri iscritti, vigilare sulla condotta professionale degli associati, stabilire le sanzioni disciplinari da irrogare agli associati per le violazioni del codice. E' prevista anche l'attivazione di uno sportello per i consumatori, al quale rivolgersi in caso di contenzioso con i singoli professionisti.

Al momento i criteri per accedere a una formazione professionale triennale di Counseling, che abilita all'esercizio della professione, sono invariati: età minima 23 anni, titolo di studio minimo diploma di scuola superiore ministeriale quinquennale. Si prevede però che potranno variare i monte ore formativi; adesso in Italia le ore minime di formazione sono 450, distribuite su un triennio, ma è probabile che si passerà alle 950 ore già previste in associazioni di categoria europee, quale per esempio EAC European Association for Counseling (Londra). L'EAC, in Italia è rappresentato dal CIAC - Coordinamento Italiano delle Associazioni di Counseling.

Gli sbocchi professionali in Italia

Le competenze del Counseling investono le aree della comunicazione e della relazione; le azioni professionali mirano ad aiutare il cliente a una migliore comprensione di sé, a una maggiore consapevolezza, a un migliore contatto con le proprie risorse interiori; tutto questo avviene in modo pratico. Lo scopo generale di un percorso di Counseling, è principalmente quello di consentire l'acquisizione di conoscenze e strumenti che permettano alle persone di determinare il ben-essere desiderato.

Gli ambiti nei quali il Counseling può costituire un'esperienza efficace sono molti. La vita di ogni persona, infatti, è costellata di relazioni e di dinamiche comunicative, che si tratti di ambiti privati (relazioni d'amore, famiglia, allevare i figli), che professionali (primo impiego, cambiamento di lavoro, avanzamenti di carriera, licenziamento, cassa integrazione, pensionamento).

Alcune delle realtà attuali del mondo del lavoro, stanno generando nuove politiche d'intervento nelle aree diventate professionalmente critiche a causa della crisi economica degli ultimi 15 anni. Si è sviluppata molta sensibilità sui temi dell'**orientamento**, della **valutazione e del bilancio delle competenze professionali**, della **progettazione della carriera**, dell'**impiego e dell'imprenditoria al femminile**. In Italia sono state varate leggi che riguardano questi argomenti; il Ministero del Lavoro, gli assessorati delle Regioni e delle Province, stanno strutturando servizi e iniziative ad hoc. Dal Nord al sud dell'Italia i Centri per la Formazione Regionali erogano, oltre ai corsi di formazione, anche servizi per l'orientamento professionale e per il bilancio delle competenze; all'interno di queste proposte, sono a disposizione anche servizi di Counseling individuale, finalizzati soprattutto alla gestione dell'ansia derivata dalla difficoltà a trovare lavoro, agli aspetti di auto-stima, alla focalizzazione delle proprie capacità e talenti. Aspetti analoghi, con altri scopi, sono proposti nelle varie iniziative legate alle pari opportunità. Anche presso numerosi Centri per il Lavoro (ex Uffici di Collocamento) attività analoghe sono a disposizione della popolazione.

Un'altra iniziativa che vede l'impiego del professionista di Counseling è all'interno dei **servizi di orientamento al lavoro** proposte da numerose Università Italiane. In quest'esperienza, lo studente affronta insieme al Counselor eventuali timori, paure e insicurezze percepite nel momento del passaggio dal mondo dello studio a quello del lavoro. Anche nelle scuole dell'obbligo la figura del Counselor, in particolare con l'istituzione degli "**sportelli d'ascolto**" per gli studenti, si sta diffondendo su tutto il territorio nazionale

Grazie alla legge 626, che prevede non solo norme di sicurezza, ma anche iniziative di **prevenzione dello stress**, un numero sempre maggiore di aziende prevede corsi e/o iniziative finalizzate a questi argomenti e la figura del Counselor stanno prendendo piede. Iniziative analoghe si stanno diffondendo anche negli uffici del personale, mirate soprattutto alla gestione delle relazioni tra il personale.

L'ambito sanitario, con le sue molteplici necessità (pazienti, famiglie dei pazienti, personale sanitario, medici), è dove il Counseling ha fatto il suo ingresso in Italia, all'inizio degli anni '90. La figura del Counselor è molto diffusa in questo settore.

E, infine, uno spazio di possibilità di lavoro con il Counseling, è la **libera professione**, con la possibilità di proporsi a fasce specifiche di persone e/o di personalizzare su argomenti mirati il proprio intervento.

FORMAZIONE PROFESSIONALE

“Un uomo autentico contribuisce alla trasformazione del mondo attraverso la sua trasformazione” (Martin Buber)



Investire su se stessi, sia come persone sia acquisendo nuove competenze professionali, è importante. Specialmente in un periodo storico come quello attuale, caratterizzato da incertezze e da rapidi cambiamenti, da movimenti globali e da rinnovamenti continui.

Crescere e scoprire nuovi modi per comunicare con i sistemi dei quali facciamo parte: quelli interiori e quelli che ci portano a interagire con gli altri. Arricchire il proprio bagaglio di conoscenze ed esperienze professionali: un modo per rendere ancor più ricca e gratificante la vita e il lavoro.

Questi i presupposti di questo Triennio di Formazione in Counseling, un approccio alla “relazione d’aiuto” che integra la mediazione corporea (BreathWork e BodyWork) alle basi del Counseling classico Rogersiano.

Il carattere della formazione punta sullo sviluppo delle tre abilità fondamentali necessarie nell’esercizio delle relazioni d’aiuto: **sapere, saper fare, saper essere**. L’impostazione didattica, quindi, comprende fasi ed esperienze nelle quali i partecipanti si occupano anche del proprio **sviluppo personale**, oltre che professionale.

La formazione è rivolta a:

- chi desidera svolgere la professione di Counselor
- categorie di professionisti che vogliono acquisire nuove competenze e strumenti, psicologi, psicoterapeuti, naturopati, educatori, formatori
- Counselor formati con altri modelli di Counseling che vogliono arricchire la propria professionalità con le competenze della mediazione corporea.

La **formazione professionale INSIGHT** è triennale, come da normative stabilite dagli enti di categoria. Il monte ore complessivo è di oltre **600 ore di formazione**, come stabilito dalle normative europee. La formazione è **teorico-pratica**; sono previste sessioni individuali, attività di supervisione e tirocinio. I programmi della formazione organizzata da Insight sono accreditati presso **S.I.Co. Società Italiana di Counseling**. Tale accreditamento consente agli allievi d’Insight di sostenere l’esame per l’inserimento nel **Registro Italiano dei Counselor professionisti**. Insight è accreditata anche presso **E.A.C. European Association of Counseling**, Londra.

FORMAZIONE PROFESSIONALE - PRIMO ANNO



Il **Primo Anno** della Formazione è un percorso strutturato in sei fine settimana, durante i quali sono messe le basi delle conoscenze teorico-pratiche sulle quali si fonda il Counseling Rogersiano e il modello a mediazione corporea utilizzato dalla Scuola Insight.

La nostra filosofia è “**saper essere per saper fare**”. Questo significa che nel percorso di formazione è data particolare cura allo **sviluppo armonioso della persona**, affinché le competenze possano essere espresse, nell’esercizio della professione, con **qualità e rispetto dei valori**. In alcuni incontri sono **esplorate alcune delle aree fondamentali per lo sviluppo della personalità**.

La frequenza al Primo Anno della formazione consente un efficace lavoro di empowerment personale, è quindi particolarmente adatto anche a chi ricerca un’esperienza evolutiva come persona. Oltre a questo, la frequenza al Primo Anno fornisce anche “Counseling Skills”, le competenze di base della comunicazione e relazione, utili a chiunque voglia avere una marcia in più, a titolo professionale, senza voler diventare Counselor.

La didattica è teorico pratica, role play.

I corsi iniziano in autunno e/o in primavera. Il monte ore del Primo Anno è di 100 ore d’aula.

Norme d’accesso:

- ✓ titolo di studio scolastico di secondo grado,
- ✓ presentazione di un curriculum vitae,
- ✓ colloquio preliminare.

Assenze: se la partecipazione è finalizzata alla formazione triennale, le assenze sono da recuperare sempre; oltre il 10% del monte ore invalidano l’iter formativo.

Verifiche in itinere: a mesi alterni sono previste delle verifiche sul programma svolto.

Sintesi del programma:

- Counseling Rogersiano: storia, presupposti, metodi, competenze, aree d’intervento
- Counseling a mediazione corporea, il modello a mediazione corporea Insight
- Teorie e approcci di riferimento
- Psicologia generale e Psicologia dello Sviluppo
- Psicologia Transpersonale, stati di coscienza
- Psicologia Umanistica
- Elementi di Analisi Transazionale
- Comunicazione
- Scienza delle emozioni
- Intelligenza emotiva
- Problem Solving e Coaching

FORMAZIONE PROFESSIONALE - SECONDO ANNO



Il **Secondo Anno** della formazione professionale è strutturato in nove incontri di un week end ciascuno, otto dei quali hanno luogo presso la sede Insight di Milano; un incontro ha carattere residenziale e ha luogo presso una località termale o di campagna.

Tutti gli argomenti trattati nel Primo Anno sono ampliati e approfonditi, oltre al programma specifico di altre materie previste per questo secondo anno di formazione. Il lavoro di crescita personale (empowerment) prosegue.

La didattica è teorico pratica, sono previsti role play.

Lo scopo principale del Secondo Anno della formazione professionale è di fornire una solida base teorico-pratica del Counseling a mediazione corporea, in una visione che abbraccia anche elementi di **Psiconeuroimmunologia, Programmazione Neurolinguistica, Psicologia Umanistica e Traspersonale, Biosistemica.**

Sintesi del programma:

- Metodologie di riferimento: Counseling Rogersiano, BreathWork, BodyWork
- Metodologie e tecniche respiratorie d'origine diversa
- Acquaticità e Psicologia perinatale
- Elementi di fisiologia e anatomia respiratoria
- Principi psicosomatici e di Psiconeuroimmunologia
- Scienza delle emozioni e Intelligenza emotiva
- Psicologia generale
- Il transfert
- Psicologia dinamica
- Comunicazione, verbale e non; lettura del corpo
- Organizzazione pratica della professione di Counselor.

Il **monte ore** del Secondo Anno è di **220 ore: 9 week end in aula per un totale di 150 ore, più 13 sedute individuali**, della durata di circa un ora e trenta minuti ciascuna, per un totale di **20 ore, 50 ore di tirocinio** interno a Insight.

Norme d'accesso: aver partecipato all'intero Primo Anno.

Assenze: da recuperare sempre; oltre il 10% del monte ore invalidano l'iter formativo.

Al termine della frequenza i partecipanti dovranno presentare un elaborato scritto.

Verifiche in itinere: a mesi alterni sono previste delle verifiche sul programma svolto.

FORMAZIONE PROFESSIONALE - TERZO ANNO



Il **Terzo Anno** della formazione professionale è strutturato in nove incontri di un week end ciascuno, otto dei quali hanno luogo presso la sede Insight di Milano; un incontro ha carattere residenziale e ha luogo presso una località termale o di campagna.

La didattica è teorico pratica, sono previste esercitazioni pratiche sotto forma di role play.

Il Terzo Anno della formazione completa e amplia le conoscenze e competenze del Counseling a mediazione corporea. Il lavoro di crescita personale (empowerment) prosegue.

Questo terzo livello di lavoro comprende inoltre una visione generale d'altri modelli di Counseling.

Sintesi del programma:

- Storia del Counseling
- Il Counseling: gli ambiti applicativi e le differenze con altre metodiche
- L'ascolto di sé e il focusing
- Scopi e utilità della psicologia dell'età evolutiva nel lavoro di Counseling
- La teoria sistemica: regole e assiomi della comunicazione
- Comunicazione verbale e non verbale
- L'ascolto empatico e l'osservazione dei comportamenti
- Il respiro come comunicazione
- Patologia clinica
- La struttura della personalità: gli Stati dell'io in Analisi Transazionale
- Elementi di Counseling Gestaltico, Psicosintetico e Sistemico
- Comunicazione, parlata e scritta
- Marketing
- Etica e deontologia
- Burn out

Il **monte ore** del Terzo Anno è di **290 ore: 9 week end in aula per un totale di 150 ore**, più **13 sedute individuali**, della durata di circa un ora e trenta minuti ciascuna, per un totale di **20 ore**, più **50 ore di tirocinio** interno e **70 ore di supervisione didattica**.

Norme d'accesso: aver partecipato al Primo e al Secondo Anno per intero, compreso il monte ore di sedute individuali.

Assenze: da recuperare sempre; oltre il 10% del monte ore invalidano l'iter formativo.

Al termine della frequenza i partecipanti dovranno presentare un elaborato scritto (tesi) e sostenere un esame con la commissione interna.

Verifiche in itinere: a mesi alterni sono previste delle verifiche sul programma svolto.

FORMAZIONE PROFESSIONALE

RESPONSABILE, TUTOR E ASSISTENTE DEI CORSI:	
<p>IL RESPONSABILE è la persona cui far riferimento per:</p> <ul style="list-style-type: none"> • problematiche e dubbi rispetto al corso; • richieste di dilazioni per pagamenti; • accordi riguardo necessità speciali; <ul style="list-style-type: none"> • informazioni didattiche; • richieste e proposte non di pertinenza del tutor. <p>IL TUTOR è la persona alla quale fare riferimento per:</p> <ul style="list-style-type: none"> • gli elaborati, • le letture, • la stesura della tesi. <p>L'ASSISTENTE è la persona di riferimento per quanto riguarda:</p> <ul style="list-style-type: none"> • domande sui contenuti e la tempistica degli elaborati scritti mensili; <ul style="list-style-type: none"> • scadenze dei pagamenti; • segnalazione assenze; • domande sul materiale didattico relativo al corso. 	
RESPONSABILE	<p>MILENA SCREM TEL.02 4984210 Cell. 368 3012623 E-MAIL: milena.screm@insightformazione.it</p>
TUTOR	<p>ANNA BERNARDI Cell. 349 3724534 E-MAIL: tutorinsight@insightformazione.it</p>
ASSISTENTE	CAMBIA DI ANNO IN ANNO

ORGANIZZAZIONE STANDARD DEI WEEK-END (Potrebbe avere qualche piccola variazione valutata durante le lezioni)	
SABATO 9.30-13.00	Lezione teorica con fasi esperienziali
SABATO 14.30-18.00	Brevi parti teoriche ed esperienze pratiche
DOMENICA 9.30-11.30	Lezione teorica e role-play
DOMENICA 11.45 – 13.15 14.30-17.50	Lezione teorica con fasi esperienziali Esperienze pratiche e discussione di temi

IMPEGNI OBBLIGATORI EXTRA WEEKEND
<ul style="list-style-type: none"> • Esercitazioni scritte su temi svolti nel week end, da inviare tramite posta elettronica 5 giorni prima dell'incontro successivo. <ul style="list-style-type: none"> • Letture: un testo al mese