



Il cambiamento reciproco: La relazione empowerment-oriented

The Reciprocal Change: the Empowerment-oriented Relationship

Cristiano Chiusso

Università Ca' Foscari di Venezia – cristiano.chiusso@unive.it

ABSTRACT

Empowerment is a construct aiming at increasing the personal power and expanding the individual existential capabilities. Counseling is a non clinical modality of helping relationship, whose aim is not the recovery from a pathology, but rather a problem resolution or a decision making. Here is proposed an empowerment oriented counseling based on the educational model of the self training and the self power. The philosophical counseling is near enough to the proposed model. The goal is the opening of a new inner horizon of the subject according to a self empowerment logic which enables the dreaming subject to experience possibilitation processes. The empowerment oriented counseling appeals to the dream as the wishing power of realizing the self.

L'empowerment è un costrutto che mira all'accrescimento del potere personale e all'allargamento delle possibilità esistenziali dell'individuo. Il counseling è una modalità di relazione di aiuto non clinica, il cui obiettivo non è la guarigione da una patologia, bensì la risoluzione di un problema o la presa di decisione. Viene qui proposto un tipo di counseling empowerment oriented basato sul modello educativo dell'autoformazione e del potere di sé. La consulenza filosofica si avvicina al modello proposto. L'obiettivo è l'apertura di un nuovo orizzonte interno al soggetto, secondo una logica di self empowerment, che spalanchi al soggetto sognatore processi di possibilitazione. Il sogno inteso come potere desiderante di realizzare il sé è la leva della consulenza empowerment oriented.

KEYWORDS

Empowerment, counseling, self training, possibilitation; dream.
Empowerment, counseling, autoformazione, possibilitazione, sogno.

1. Empowerment

Il costrutto dell'empowerment si sviluppa all'interno della corrente disciplinare e applicativa della psicologia di comunità. I fondamenti disciplinari e metodologici di tale disciplina sono alla base della ricerca di nuove modalità per affrontare il problema dei soggetti deboli e disagiati, a cavallo tra l'orientamento clinico e l'azione sociale.

Nell'area politica, il concetto di empowerment fa riferimento alla possibilità, da

parte dei più deboli, poveri, svantaggiati o emarginati di emanciparsi da una condizione caratterizzata da assai limitate responsabilità e altrettanto limitate opportunità, nonché da una situazione di assistenza pubblica: quest'ultima, infatti, consente loro l'accesso a risorse sociali per la propria sussistenza, ma è alla base della loro passività e dipendenza che non rendono possibile l'attivazione delle loro autonome risorse potenziali (Piccardo, 1995).

A partire dagli anni '80 si afferma l'idea che sia possibile superare il disagio mediante l'accrescimento del potere personale, inteso come capacità di utilizzare al meglio le risorse disponibili nell'ambiente interno ed esterno di vita e come allargamento delle possibilità dell'individuo.

Si assiste, allora, alla nascita di un paradigma alternativo a quello della debolezza, in cui concetti come quello di speranza, di sviluppo continuo dell'individuo, di efficacia del cambiamento divengono fattori di sviluppo e oggetto di intervento.

L'acquisizione di potere personale, l'aumento delle capacità e delle competenze, lo sviluppo delle potenzialità, l'apertura di nuove possibilità di essere e di agire, costituiscono elementi basilari dell'empowerment.

Zimmerman e Rappaport (1988) definiscono l'empowerment come quel qualcosa, all'interno delle persone che influisce sul loro sentimento di benessere e sulla loro efficacia; secondo questi autori l'empowerment ha gli stessi effetti del potere, pur essendo diverso dal potere relazionale basato sulle armi, sui mezzi economici, sul ruolo o sulle capacità. È un potere che nasce dalla motivazione, dalla sicurezza di sé e dall'autostima, dall'energia psichica e dal controllo interno o *locus of control*, cioè la tendenza ad interpretare le conseguenze delle proprie azioni come determinate da sé e dal proprio comportamento, piuttosto che da forze esterne (Bruscaglioni, 2000).

Fondamentale è pure, come dimensione cognitiva, la percezione di auto-efficacia o *self efficacy* (Bandura, 1977), ossia la percezione di essere capaci di reperire le risorse necessarie per mettere in atto un determinato comportamento o raggiungere un certo obiettivo, e il desiderio di esercitare influenza sull'ambiente, o *desire for control*.

2. Orientamenti e consulenze

Precisiamo subito che qui, per consulenza, non intendiamo tanto la consulenza psicologica *tour court*, esercitata da psicoterapeuti che agiscono su una dimensione clinica della persona, vista come paziente da guarire. Intendiamo piuttosto una modalità di relazione di aiuto non clinica, il cui obiettivo non è la guarigione di una precisa patologia, quanto piuttosto il superamento di alcuni ostacoli e la risoluzione di alcuni problemi in vista del raggiungimento di un obiettivo, accademico, professionale o esistenziale che sia.

Per definizione, il counsellor è un esperto di comunicazione e relazione, in grado di facilitare il percorso di autoconsapevolezza dell'interlocutore attraverso un colloquio tecnico di comprensione e chiarificazione (Di Fabio, 2000).

In una prospettiva di consulenza non direttiva empowerment oriented sono fondamentali, a nostro avviso, due competenze del counsellor: la capacità di ascoltare e la capacità di empatizzare.

La consulenza empowerment oriented si basa su un nuovo paradigma educativo centrato sulla persona: l'autoformazione determina l'inversione del paradigma tradizionale con cui solitamente si riflette sull'educazione e sull'apprendimento adulto, passando da una concezione eteronoma della formazione a una prospettiva basata sull'autonomia del soggetto sociale che apprende. L'*autos* diventa il centro di gravità del processo di formazione che si caratterizza per l'assunzione di potere o di responsabilità e di controllo di sé, concetto che è al cuore di una filosofia della libertà dell'apprendimento ereditata da Carl Rogers (Quaglino, Reynaudo e Del Commuto, 2005).

Si abbandonano così due tendenze dominanti nelle relazioni d'aiuto: il frammentare l'uomo, non rivolgendosi a lui nella sua totalità, ma concentrandosi su uno dei

suoi aspetti, e l'accoglierlo, presumendo che egli sia soltanto un essere positivo e negando così gli aspetti di negatività.

Ascoltare significa secondo noi lasciare raccontare all'utente il suo problema, la sua storia, i suoi vissuti senza interpretare, senza giudicare, senza risolvere.

Il counsellor dovrebbe avere un'attitudine di ascolto e di sospensione del giudizio, in un setting specifico che faciliti il sorgere e lo svilupparsi di un lavoro rielaborativo anche nel cliente, al quale deve poi fornire aiuto secondo i suoi specifici strumenti.

Per evitare idealismo e irrealismo, sembra imprescindibile la centratura del soggetto sulla propria esperienza, scena primaria su cui si fonda qualsiasi processo formativo e orientativo che autenticamente aspiri a radicarsi nella storia individuale e ad essere efficace. La dimensione della vita privata ed extralavorativa diviene bacino cruciale cui attingere competenze e apprendimenti informali fondamentali per sostenere la sfida professionale.

Nessun percorso può aver luogo senza un progetto iniziale e questo progetto non ha altro riferimento che ciò che il soggetto ha appreso a fare o desiderare (si veda in tal senso la legge francese dell'ottobre 2002 della *validation des acquis*).

L'ISFOL ha individuato come buona pratica di orientamento nel 2004 l'orientamento narrativo come metodologia professionale nelle cosiddette relazioni di aiuto: il processo di ricerca su di sé appare imprescindibile passaggio di appropriazione di potere rispetto ai processi di cambiamento.

Attraverso l'orientamento narrativo, il soggetto recupera la continuità della propria identità e nella misura in cui comprende se stesso e le proprie caratteristiche (valori, motivazioni, ideali, emozioni), egli diviene anche più autonomo, in termini di una propria capacità di orientarsi nelle sue successive transizioni di vita. Si tratta di una prospettiva più esistenziale che valorizza quei momenti di riorientamento in cui l'individuo ritrova una propria progettualità.

Ascolto ed empatia, si diceva. *Empaty* fu la traduzione di Titchener (1909) dal tedesco *Einführung*, propriamente sentire dentro, che pare sia stato utilizzato a proposito del godimento estetico: il piacere estetico consiste nel godere di un oggetto esterno a partire da un godimento che non risiede nell'oggetto, ma nel soggetto stesso. Gli oggetti dell'esperienza estetica, così come i sentimenti delle persone, sarebbero dunque sentiti, compartecipati, non solo osservati (Di Fabio e Sirigatti, 2005).

Damasio (2003) ci ricorda dell'esistenza dei cosiddetti neuroni specchio, presenti nella corteccia frontale delle scimmie e degli esseri umani, i quali possono rappresentare, nel cervello di una persona, i movimenti che quello stesso cervello vede in un altro individuo e inviare segnali alle strutture senso-motorie, in modo che i movimenti corrispondenti siano visti in anteprima in una modalità di simulazione incarnata, direbbe Gallese, oppure effettivamente eseguiti.

Il comportamento morale non nasce con gli esseri umani: osservazioni effettuate per esempio sui corvi, pipistrelli, lupi, babbuini, scimpanzé indicano che anche i membri di altre specie possono adottare comportamenti che ai nostri occhi di spettatori sofisticati appaiono morali.

Verosimilmente, da un punto di vista evolutivo, esseri umani dotati di un repertorio di emozioni tra cui l'empatia e con tratti della personalità che includerebbero strategie cooperative, avrebbero avuto una maggior probabilità di vivere a lungo e di lasciare una discendenza numerosa. In questo modo, cervelli capaci di dar luogo a un comportamento cooperativo si sarebbero consolidati su base genetica.

Le conseguenze emotive del processo cognitivo di empatia sono: tendenza delle persone a provare compassione, preoccupazione e calore nei confronti di altri che vivono esperienze spiacevoli. Conseguenti risposte affettive parallele o reattive.

Rogers affermava (1957) che l'empatia è condizione necessaria e sufficiente per il cambiamento di personalità in terapia. Vivere temporaneamente la vita degli altri comporta comunicare le proprie sensazioni sul mondo dell'altro con occhi diversi rispetto agli elementi da cui l'altro può essere impaurito.

L'empatia comporta l'assunzione di rischi di errore. Si possono avere eccellenti capacità di ascolto, ma quando il counselor cerca di aggiungere proprie percezioni, rischia di uscire dalla reale dimensione dei bisogni del cliente o di anticipare il livello di sviluppo del cliente; in ogni caso, il modo in cui il cliente risponde agli interventi del counsellor sembra rappresentare il criterio più importante rispetto ad ogni altra valutazione: la competenza empatica comprende quindi anche una flessibilità costante, la capacità di essere dove il cliente è in grado di ascoltare.

Tra le tipologie di consulenza non clinica, sta emergendo inoltre la cosiddetta consulenza filosofica.

La pratica filosofica è un dialogo filosofico libero, un approccio non clinico al benessere (Schuster, 2006), il quale ripristina nella nostra esistenza una meraviglia infantile.

I consulenti filosofici descrivono la loro pratica come un modo filosofico di aiutare persone o di prendersi cura di persone: si tratta di concetti assolutamente aperti, senza le connotazioni di sviluppo, crescita, recupero e guarigione proprie della parola terapia.

Il luogo del consulente filosofico è una terra di nessuno, un'area neutrale aperta tra filosofia, psicologia, medicina e altre discipline.

L'angoscia esistenziale deve per forza sempre essere di tipo patologico? Perché continuare a interpretare la sofferenza come sintomo di una malattia, di un complesso, di un'infermità? Questioni esistenziali quali il significato della sofferenza, l'essere, la morte o il male, oppure l'ansia di non trovare lavoro o di sentire di non valere niente, possono essere sempre risolte da una terapia?

Depressione, insonnia, violenza, ansia e altre possibili espressioni di scontento personale: non sono spesso tutti questi disturbi il risultato immediato e l'espressione di una rivolta nel proprio essere più intimo contro gli eventi sociali o altre situazioni attuali? Oppure hanno solo un'origine nel patrimonio genetico difettoso o nella biochimica dannosa?

Si possono liberare le scienze umane dalle loro restrizioni metodologiche e consentire una comprensione più adeguata delle persone? La sincera comunicazione nella pratica filosofica, basata su una conversazione che si sviluppa libera e spontanea, non può avere un metodo.

Secondo Achenbach, considerato tra i padri della consulenza filosofica, la logica di tutte le terapie è che un sintomo fa di una persona un caso che va curato (Achenbach, 2004).

Che siano trovate una o più interpretazioni o soluzioni (o anche nessuna) non è essenziale, dal momento che è il processo educativo del filosofare che alla fine può portare al miglioramento del cliente e ogni interpretazione del consulente è un impoverire, uno svuotare il mondo, per instaurare un mondo fantasmatico di significati. Meglio unire l'esperienza del consulente su di una pluralità di persone e di situazioni con la grande attenzione alla specificità e unicità della persona.

La pratica filosofica offre potenzialmente ciò che la filosofia stessa si suppone che offra: libertà dal preconetto, dal pregiudizio e dalla *hybris* di aver già capito tutto, dall'illusione del sé dell'Occidente.

Comprendere l'altro non è un processo intellettuale: è una relazione e per comprendere, bisogna ascoltare e compatire, bisogna amare.

L'amicizia nelle conversazioni è l'essenza della bella relazione e la carenza di belle relazioni è ciò che più segna la persona.

L'amicizia salva, ti fa sentire che conti, che qualcuno ti vuole bene, che ci sei. In inglese, *friendship* e *freedom* hanno la stessa radice *prei*, amare; *liberty* deriva dal latino *liber*, dalla cui radice *luer* derivano il tedesco *Liebe* e l'inglese *love*; *trust* in inglese ha la radice di *truth* (Jaques, 1989).

3. Centralità della persona: motivazione e autostima

L'approccio di empowerment che assume come centrale lo sviluppo dell'individuo è collocabile all'interno di quel filone della psicologia sociale che ha trovato la sua espressione più precisa presso il Centre for Group Dynamics del MIT, creato da Kurt Lewin fuggito dalla Germania nazionalsocialista.

Empowerment ha assunto in questo filone la connotazione principale di *self empowerment*, ovvero lotta contro le vite dimezzate, contro il progresso bloccato dentro di sé, contro coloro che hanno rinunciato a lottare, contro i mal-viventi (coloro che si sono abituati a vivere male), contro una vita non vissuta.

È il ritorno del rimosso: forme di vita latenti nel grembo degli individui, germi in cui è deposto ciò che verrà; individui infiammati da qualche desiderio interno, dall'anticipazione gioiosa di ciò che potrebbe essere, persone disposte al rischio della speranza del futuro, capaci di sognare.

Il processo di self empowerment è un percorso attraverso il quale il soggetto disempowered, ossia psicologicamente debole, rassegnato, dipendente, pessimista, con scarsa fiducia e consapevolezza delle proprie capacità, può riacquistare il potere perduto o mai avuto attraverso un incremento di autoefficacia, di collocazione interna della casualità degli eventi, di responsabilizzazione, di rafforzamento dell'autostima e dell'apertura di nuove possibilità di essere e di agire a fronte delle sensazioni di impotenza e di alienazione.

Il soggetto nel self empowerment è continuamente impegnato in un'opera di produzione di senso: egli si scopre essere-nel-mondo, appartenente a un determinato tempo storico, un contesto culturale e valoriale, un preciso linguaggio e visione del mondo.

Il counselor di empowerment accompagna il proprio cliente all'interno di un'area che non gli è abituale (tendenzialmente noi lavoriamo sulle nostre relazioni con persone e cose, non su come ci rapportiamo con le nostre relazioni con persone e cose). Si propone all'utente di lavorare su di sé circa le proprie risorse presenti, le proprie realtà presenti proiettate nel futuro, il potere personale sugli altri, i sentimenti del proprio possibile, le energie desideranti, le aperture a ciò che apre, le emozioni e i pensieri ottimistici, le circostanze temporanee e contingenti.

Per impedire che la mancanza di potere diventi destino, si inserisce la consulenza empowerment oriented, che si avvale di tecniche riconducibili certamente al colloquio di orientamento psicologico (Trentini, 2000), ma pure di altre metodologie riconducibili alla consulenza filosofica (Galimberti, 2007) e all'orientamento narrativo (Batini e Zaccaria, 2000).

All'interno della domanda, si indagano i pensieri e si cerca di riconoscere gli schemi cognitivi, i modelli di lettura e di comprensione della realtà personale e del mondo dell'utente.

Il consulente è un facilitatore di processi: aiuta alla mobilitazione dell'io sognatore, più che desiderante (ci sia permessa una distinzione tra cultura del sogno e cultura del desiderio, collegato quest'ultimo all'astrologia nella sua fase ascendente del *de-siderio* appunto, e nella sua possibile fase discendente del *dis-astro*, ovvero ad uno scenario in cui gli eventi non dipendono da noi e possiamo soltanto confidare sulla nostra buona stella o far diventare questo un destino).

In un'ottica empowerment oriented, l'unico solutore di un problema è chi lo vive. Ognuno è il massimo esperto mondiale di se stesso. Il counsellor, pertanto, deve cedere spazio e dare ascolto alla funzione sognatrice della persona, mettendo da parte la propria comprensione interpretativa: attenzione a cogliere i dettagli e nessuna critica al riguardo. Nessun orientamento nel proporre, suggerire, indicare: solo raccogliere. Nessuna proposta, ma solo suggerimenti delicati di collegamenti, di sinapsi per abbattere la totalizzazione del problema quale unico orizzonte esplicativo dell'intera esistenza della persona.

Invita il soggetto a immaginarsi quale regista, sceneggiatore, scenografo e attore del film in cui egli, protagonista, vive la situazione desiderata come già realizzata, lo sprona a smitizzare il pessimismo celato dietro al realismo, nemico pervasivo e oppressivo e a concentrarsi sui successi passati, sulle sconfitte, i salti di qualità, i riti di passaggio, i traguardi e gli obiettivi, gli snodi che hanno comportato un cambiamento delicato, ovvero non percepito.

Lo spinge a far agire le sue conoscenze, le sue competenze, le sue capacità, le sue relazioni, i suoi sentimenti, in una parola a ridiventare, nonostante Freud, padrone in casa propria e, nonostante Copernico, centro del proprio universo.

4. Potere del cambiamento, cambiamento del potere

Nel presente lavoro faremo riferimento all'approccio del *self empowerment* sviluppato da Bruscazioni (Bruscazioni e Gheno, 2000) che si focalizza sulla dimensione psicologico-individuale.

L'obiettivo del processo di empowerment è l'apertura di una nuova possibilità interna alla persona. Centrale, allora, è il concetto di *possibilitazione*, cioè l'apertura di nuove possibilità, definito, metaforicamente, come un viaggio che conduce a un mondo infinito di possibilità e di sogni, a un mondo di cose concrete e realizzate; tale metà si può raggiungere attraverso l'utilizzo ottimale delle risorse interne ed esterne e mediante la consapevolezza delle proprie potenzialità e competenze e del proprio potere interiore.

Con il termine *self empowerment* si fa riferimento all'empowerment psicologico, cioè quella componente dell'empowerment che significativamente dipende dalla persona e meno invece a quella che dipende, soprattutto, dalle azioni effettuate dagli altri nel proprio ambiente sociale. Questa focalizzazione evita il riferimento a caratteristiche di personalità generali, difficilmente modificabili e permette di dare un carattere più operativo al modello (Bruscazioni, 2005).

Lo stesso autore denomina "micro cultura personale" l'orientamento strettamente individuale all'apertura di nuove possibilità, alla realizzazione di uno stato di pluripossibilità, alla costruzione di una nuova pensabilità positiva di sé, all'allargamento della propria esperienza, anche in assenza di necessità o di vantaggi immediati. Tale orientamento risulta essere maggiormente favorevole all'innovazione e al cambiamento, che avviene più frequentemente non attraverso un processo di sostituzione radicale, ma attraverso un progressivo aggiungersi di nuove possibilità.

Si può parlare, a questo punto, di cultura *empowerment oriented*, ovvero di una visione della persona che abbia come principio costitutivo della relazione alcune componenti tipiche dell'empowerment, quali:

- la possibilitazione, cioè l'apertura di molteplici possibilità interne alla persona, la percezione che non c'è un'unica soluzione di fronte ad un problema e che c'è comunque un'alternativa alla permanenza nella situazione attuale;
- il salto di qualità, che si realizza attraverso l'io sognatore;
- la costruzione di nuove pensabilità positive, cioè l'orientamento alla costruzione di prefigurazioni di sogni e progetti come se fossero già realizzati, che fa emergere una *vision* del sé positivo;
- la mobilitazione dell'energia sognatrice;
- lo sblocco, inteso come aggiramento degli ostacoli di natura storica soggettiva che tendono a bloccare prematuramente l'apertura di nuove possibilità e desideri;
- la sperimentazione, il passaggio all'azione attraverso la sperimentazione reversibile, concreta e/o simbolica.

Il processo di empowerment si fonda su un orizzonte personale dominato dal sogno, non dal bisogno, cioè sull'energia fornita da una tensione positiva, più che sul sentimento di mancanza. La specificità del processo di *self empowerment* è quella di far emergere la dimensione sognatrice dell'individuo. Questa fase implica la mobili-

tazione dell'energia e delle migliori capacità della persona, l'intero suo patrimonio psicologico; comporta, però, anche delle inevitabili difficoltà che, come "killer", si oppongono al processo di self empowerment. Questi killer sono i problemi storici soggettivi, legati alla storia e alle caratteristiche individuali. Al contrario di altri approcci psicologici, l'empowerment non è orientato all'acquisizione di consapevolezza circa la natura e l'origine del killer per poterlo eliminare. Il modello operativo del self empowerment sostiene, piuttosto, la necessità di arginare le manifestazioni e le conseguenze dei problemi storico-soggettivi.

5. Un modello operativo: "il fiore del partigiano"

Nella nostra esperienza professionale in qualità di consulenti d'orientamento universitario e professionale, la maggior parte delle persone che si rivolgono a noi vivono un momento difficile, in quanto o sono posti di fronte ad una scelta difficile, oppure non vedono scelte da fare ma soltanto destini da accettare.

Spesso, queste persone non hanno un'alta autostima e non pensano di poter modificare o per lo meno influenzare gli eventi che li riguardano, se non marginalmente.

Compito del counsellor empowerment oriented è quello di essere come un *coach*, un qualcuno che non insegna niente di precostituito, che non ha una lezione da impartire, ma facilita l'emergere di nuovi orizzonti, di nuove possibilità e opportunità, in una parola, fa emergere il soggetto sognatore.

Abbandonata la pretesa di un processo educativo che vede imporre al discente forme e contenuti a cui adattarsi e conformarsi, il consulente *empowerment oriented* è consapevole del fatto che nessun processo di presa di consapevolezza o di motivazione prende piede se non parte dal soggetto stesso.

Nonostante la ricchezza ed il benessere raggiunto dalla nostra società (società delle risorse abbondanti), molti soggetti continuano a vivere la vita con un'ottica psicologica delle risorse scarse.

Ad un contesto materiale profondamente cambiato negli ultimi secoli con il processo di industrializzazione prima e il progresso tecnologico ed informatico poi, non corrisponde una consapevole abbondanza di risorse psicologiche (Spaltro, 1995).

Spia di questa cultura delle risorse scarse è una teoria di proverbi di origine popolare, cioè contadina, che rispecchiano la visione delle cose di una società insicura, minacciata da guerra, fame e miseria: *fidarsi è bene, non fidarsi è meglio; chi fa da sé fa per tre; chi si accontenta gode; chi troppo vuole, nulla stringe; meglio un uovo oggi che una gallina domani; l'erba del vicino è sempre più verde* e via dicendo. Soggiace ad essa una cultura del bisogno, ovvero un paradigma interpretativo della realtà vissuta come mancanza, lacuna, penuria, costrizione, impossibilità, necessità e orientato al passato, appunto alla soddisfazione di quei bisogni.

L'evoluzione della specie umana procede perché l'essere umano soddisfa desideri via via più complessi e sofisticati e, una volta soddisfatti, ne crea di altri, per poterli a loro volta esaudire. Il processo messo in moto dagli appetiti, i quali creano le emozioni che, a loro volta, creano i sentimenti (Damasio, 2005), è un processo evolutivo in cui la natura si serve dei desideri della specie per affrontare sempre meglio i problemi legati alla propria sopravvivenza e conservazione.

Il desiderio, in tal senso, è una strategia della natura per consentire l'evoluzione, che a sua volta garantisce la sopravvivenza dell'uomo.

Il soggetto s-contento, in-felice, vive la propria vita come incapace di evolversi, senza possibili alternative se non la strada "segnata" dagli altri o da se stessi, nel caso fosse avvenuto a monte un'accettazione acritica della volontà altrui o di rassegnazione di fronte ad una realtà vissuta come insuperabile o una passività radicata di fronte alle situazioni.

Il consulente allora fa raccontare al soggetto la propria storia, in modo che egli possa ricostruire, come se fosse la storia di un altro, gli episodi salienti e porli in continuità l'uno con l'altro per disvelare il suo filo rosso interpretativo degli eventi che lo

hanno condotto alla situazione attuale. Se il soggetto vive la propria condizione come insoddisfacente ma in qualche modo inevitabile, il consulente ri-colloca i vari tasselli ricevuti dalla narrazione e tenta nuove relazioni tra gli eventi, nuove connessioni per mostrare al soggetto che l'esito attuale non era l'unico esito possibile e che forse il suo futuro non è già totalmente determinato, ovvero non ha di fronte un'unica opzione, un senso unico, ma almeno un'alternativa, un bivio. Lo scopo è quello di facilitare il processo di conoscenza di sé a livello mentale, capire quali sono i modi con cui attribuisce significati agli eventi, dal momento che non esistono fatti, come scriveva Nietzsche, ma solo interpretazioni di fatti, dal momento che gli eventi non hanno significato in sé, ma lo ricevono dal modo in cui essi vengono osservati.

La persona potrebbe esperire allora una simbolica condizione di crisi, simbolica perché soltanto evocata nella cornice protettiva del colloquio e reversibile in quanto senza alcuna conseguenza.

Sviluppando lo strumento della "margherita delle possibilità" di Bruscazioni (2005) abbiamo voluto proporre uno strumento denominato "il fiore del partigiano", suggestionati dalla famosa canzone popolare della Resistenza in cui ciò che rimane del sacrificio del partigiano è puramente simbolico, un fiore che sboccia sulla sua tomba, che forse verrà notato dai passanti e, eventualmente, simbolicamente raccolto seguendone l'*exemplum*.

La margherita delle possibilità consiste nel far disegnare alla persona un fiore con diversi petali a seconda dei suoi sogni che possono afferire alla sua sfera professionale, relazionale, affettiva, esistenziale.

Dal nostro punto di vista, una grossa difficoltà vissuta dal soggetto è quello di immaginare la propria assenza, la propria impermanenza, perché tutto quel che viviamo lo esperiamo con un unico dato di fatto, il nostro esserci.

Senza voler scomodare l'essere-per-la-morte di Heidegger e facendo lezione della letteratura come tentativo dell'individuo di lasciare testimonianza di sé mediante la propria opera narrativa, il soggetto viene invitato a immaginare se stesso da un punto immaginario collocato in un lontano futuro, da cui scruta in retrospettiva la propria vita e provi ad immaginare quale cammino abbia compiuto. Se prevale una visione pessimista su di sé, la persona racconterà una storia già prevista e senza sorprese, viceversa, potrebbe vivere il sogno di vedere realizzato e compiuto ciò che sperava di realizzare e di compiere.

L'importante è lasciare la persona libera di raccontarsi da questa prospettiva a lei inconsueta, ovvero vedersi da un altro punto di vista, quello in cui il tempo a disposizione per realizzare o creare qualcosa è scaduto e che se un mettersi in azione, un agire non c'è stato prima, ora è troppo tardi.

È il momento di vivere una piccola crisi simbolica – perché protetta nella cornice del dialogo con il consulente e reversibile – che emozioni la persona e le faccia assaporare un sentimento di fiducia o di sfiducia, a seconda dei casi, l'essenziale è che l'utente esca dal colloquio s-mosso da questo esercizio.

Il desiderio di lasciare un segno del proprio passaggio è un desiderio fortissimo dell'essere umano, natura autocosciente che esige un senso di sé e della propria vita. Sfruttando questa fortissima esigenza, anzi collegando la desiderabilità di tale esigenza con la necessità di darle forma concreta attraverso la propria opera, potrebbe innescarsi un circolo virtuoso come soggetto desiderante che potrebbe comportare il desiderio di mettersi in azione, di agire e non più soltanto di essere agito, di modificare un piccolo pezzo di mondo e non solo di essere da lui continuamente modificato, in una parola di renderlo artefice, attore protagonista, regista, sceneggiatore della propria vita e non solo spettatore inerme o, al massimo, attore non protagonista.

Quello che stiamo proponendo è una cultura della speranza *versus* una cultura della di-speranza, una visione di sé del sogno *versus* una visione di sé del de-siderio dis-astrato.

6. L'empowerment di ritorno: modificazione del counsellor

Alla base di qualsiasi regola di comportamento che si possa imporre all'umanità c'è qualcosa di inalienabile: come già aveva osservato Spinoza, un organismo vivente, conosciuto dal suo possessore perché la mente del possessore ha costruito un sé, ha una naturale tendenza a preservarsi in vita e il buon funzionamento, incluso nel concetto di gioia, consegue dal suo sforzo, coronato dal successo, di resistere e conservarsi.

La realtà biologica dell'autoconservazione conduce alla virtù perché, nel nostro inalienabile bisogno di preservare noi stessi, noi siamo necessariamente costretti a contribuire a contribuire alla conservazione di altri individui, di altri sé. Se non lo facciamo, aumentiamo le probabilità di perire, violando pertanto il principio fondamentale dell'autoconservazione. Quella che eticamente definiamo virtù, ovvero un comportamento orientato all'altruismo, è pertanto la realtà di una struttura sociale, nonché la presenza di altri organismi, in un complesso sistema di interdipendenza con il nostro. Il sistema costruisce imperativi etici basati sulla presenza, in ciascuno di noi, di meccanismi di autoconservazione.

È ragionevole ipotizzare che la tendenza a cercare un accordo sociale sia stata essa stessa incorporata negli imperativi biologici, almeno in parte, a causa del successo evolutivo di popolazioni il cui cervello esprimeva in notevole misura comportamenti cooperativi. Il nostro cervello, insomma, è cablato per cooperare con gli altri al fine di rendere maggiormente possibile la sopravvivenza del singolo.

La cooperatività, inoltre, porta anche all'attivazione di regioni coinvolte nella liberazione di dopamina e nei comportamenti associati al piacere.

L'esercizio del potere è sempre e solo all'interno di una relazione reciproca, anche se certamente non simmetrica, dove si giocano i diversi gradi di libertà degli individui: nessuno è totalmente libero, nessuno è totalmente determinato, la dipendenza è in qualche misura reciproca (Piccardo, 1995).

È potere a somma variabile, non a somma zero: non è sottrazione di potere dal più forte al più debole, è un equilibrio di potere, non potere di equilibrio.

Tutto questo, quali ripercussioni può avere sul consulente?

Traendo spunto dalla consulenza filosofica, l'asse della pratica non è una conoscenza teorica, ma una conoscenza pratica.

Sia il consultante che il consulente sono consulenti.

L'efficacia del consulente consiste in una profonda intuizione ed esperienza nei processi di conoscenza di sé.

Esiste un processo comune e durante le sedute di consulenza entrambi i praticanti sviluppano la conoscenza di sé.

Pertanto, nell'atto stesso della consulenza, il consulente si scopre in azione, in un'azione di ascolto ed empatia, e viene a conoscenza delle proprie emozioni, della facilità o meno con cui riesce a condividere i vissuti dell'altro ed è testimone, nei casi di successo, di un processo desiderante in cui l'utente, da un iniziale stato di sconcerto e di disistima, comincia lentamente a desiderare di cambiare e si pone degli obiettivi. Assistere a tutto questo è quanto meno contagioso, stimola nel consulente l'attivazione dei propri processi desideranti e motivazionali, vede se stesso confrontato con infiniti sé quanti sono le relazioni, uniche e irripetibili, che riesce ad instaurare con i propri consultati, e chiede pertanto a se stesso come si sente mentre colloquia, quali emozioni emergano e quali sentimenti ne derivino, vede accrescere la conoscenza di se stesso e la capacità di conoscere gli altri, pone di fronte a sé i motivi che lo spingono a fare quella professione oppure i desideri di altre professioni, si sente stimolato nel riproporre a se stesso l'esercizio di potere sottoposto al consultato, insomma, il consulente stesso rafforza sempre più la propria soggettività desiderante e questo, in ultima analisi, costituisce la sua forza di fronte al consultato.

Il consulente vive una condizione di reciprocità e invita il consultato a vivere la relazione allo stesso modo: non ci sono un maestro ed un allievo – relazione comple-

mentare –, ci sono due persone poste sullo stesso livello – relazione simmetrica – con ruoli diversi, ed entrambi potrebbero ricevere in dono dalla relazione un rafforzamento della percezione del proprio potere personale.

Il viaggio che il consulente propone alla persona che gli siede di fronte è un viaggio che propone a se stesso attraverso gli occhi dell'altro, un viaggio dove la meta è un oltre e il cui scopo non è la meta, bensì il viaggio.

Porsi in un altro luogo – in questo caso, in un altro punto di vista – comporta un dis-orientamento: ci si pone in un'altra condizione esistenziale poiché l'orientamento, essenzialmente, non si chiede, si vive. Maieuticamente, il disorientamento è il primo passo verso un itinerario di ricerca che vede alternarsi nella pratica l'uso di alcuni strumenti di natura "socratica": il domandare, l'accettare il dubbio, il lasciarsi condurre dalla riflessione e dalla consapevolezza che, poco a poco, cominciano a farsi strada all'interno del soggetto, diventando un percorso dentro se stessi.

Non è la conoscenza oggettiva della scienza, ma è la conoscenza che il consulente acquisisce attraverso la condivisione da parte dell'altro del suo mondo interiore a causare il cambiamento.

Il dialogo è un qualcosa di vivificante e sgorgante dall'essere. La componente innovativa del dialogo – l'elemento della meraviglia critica nella pratica filosofica – non ammette punti di vista fissi, atteggiamenti standard o soluzioni permanenti.

La pratica filosofica offre innanzitutto speranza, speranza che è possibile ottenere molto di più, che ci si può non accontentare, che è in nostro potere.

Bibliografia

- Achenbach G. (2004). *La consulenza filosofica*, Milano: Apogeo.
- Bandura A. (1977). *Social Learning Theory*. New York: General Learning Press.
- Batini F., Zaccaria R. (2000). *Per un orientamento narrativo*, Milano: Franco Angeli.
- Bruscaglioni M. (2005). *Per una formazione vitalizzante; strumenti professionali*, Milano: Franco Angeli.
- Bruscaglioni M., Gheno S. (2000). *Il gusto del potere. Empowerment di persone ed azienda*, Milano: Franco Angeli.
- Damasio A. (2003). *Looking for Spinoza. Joy, Sorrow, and the Feeling Brain*, London: Harvest Books.
- Damasio A. (2005). *Descartes' Error*, New York: Penguin.
- Di Fabio A. (2000). L'intervento di counseling. *Psicologia e Lavoro*, vol. 117: 46-50.
- Di Fabio A., Sirigatti S. (a cura di) (2005). *Counselling. Prospettive e applicazioni*, Milano: Ponte alle Grazie.
- Galimberti U. (2007). *Paesaggi dell'anima*, Milano: Mondadori.
- Grimaldi A., Quaglino G.P. (a cura di), 2004, *Tra orientamento e autoorientamento tra formazione e autoformazione*, Roma: ISFOL.
- Jaques E. (1989), *L'organizzazione indispensabile. Guida pratica alla leadership e alla struttura creativa*, tr. it. (1991) Milano: Guerini e Associati.
- Piccardo P. (1995). *Empowerment. Strategie di sviluppo organizzativo centrate sulla persona*, Milano: Raffaello Cortina.
- Quaglino G., Reynaudo M., Del Commuto A. (2005). Spazi di intersezione. *Letteratura. Tra orientamento e auto-orientamento, tra formazione e autoformazione*, ISFOL.
- Rogers C.R. (1957). The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change. *Journal of Consulting Psychology* 21, n. 2: 95-103.
- Schuster S.C. (2006). *La pratica filosofica. Un'alternativa al counseling psicologico e alla psicoterapia*, Milano: Apogeo.
- Spaltro E. (1995). *Qualità. Psicologia del benessere e della qualità della vita*, Bologna: Patron.
- Titchener E.B. (1909). *Experimental Psychology of the Thought Processes*, New York: The Macmillan company.
- Trentini G. (a cura di) (2000). *Oltre l'intervista. Il colloquio nei contesti sociali*, Torino: ISEDI.
- Zimmerman, M.A., Rappaport, J. (1988). Citizen participation, perceived control and psychological empowerment. *American Journal of Community Psychology*, 16, 725-750.