

Counseling e Salutogenesi: il Counseling come Strumento di Promozione per la Salute

Fonte: <http://ilsudest.it/legalita/4049-counseling-e-salutogenesi-il-counseling-come-strumento-di-promozione-per-la-salute.html>



di MADDALENA CELANO

Alcune delle sfide più difficili che le persone devono affrontare nella vita non sono così palesi come un arto rotto o un taglio e potrebbero non essere così evidenti come un problema finanziario o un conflitto sul posto di lavoro.

A volte, le maggiori sfide si limitano alla mente e al cuore, dove possono essere create sia le condizioni di profonda beatitudine o i profondi recessi del dolore emotivo. Purtroppo, i problemi relazionali e i problemi di salute mentale non sono così seguiti o assistiti negli ambienti professionali o familiari, come lo sono i problemi medici tradizionali. Ma la crescita di consulenza per la propria serenità e la salute mentale nelle società occidentali, così come le nazioni in via di sviluppo, sta contribuendo a garantire che più persone ricevano varie tipologie di esperti della cura che possano aiutarli a godere la migliore qualità di vita possibile.

La consulenza per la salute mentale è esistita in pratica per molto tempo e in varie forme, ed è stata spesso una funzione per le organizzazioni di comunità religiose o di altro intento, e sostenere la salute generale e il benessere dei cittadini. Come comprensione umana della psicologia e la coscienza si è evoluta nel tempo, la consulenza per la salute mentale è diventata un campo più preciso, popolato da professionisti certificati e autorizzati che sono in grado di aiutare i loro clienti a superare il trauma e creare un cambiamento significativo nella loro vita. Il Counseling è talvolta richiesto da singoli, da coppie e famiglie che si trovano ad affrontare problemi comunicativi o di disagio, specialmente nei casi di abuso di sostanze, violenza fisica o altre preoccupazioni immediate. In alcuni casi, tuttavia, la consulenza per la salute mentale è semplicemente consigliata a coloro che esprimono un problema emotivo o comportamentale, o sentono che potrebbero beneficiare del punto di vista di qualcuno appositamente formato per mediare e assistere le persone che vivono nel malessere relazionale o affettivo.

Per individuare un elenco di consulenti per la salute mentale, molte persone si rivolgono ai loro medici generici o altre risorse locali e possono anche cercare recensioni nelle *top directory on-line* su internet. Trovare un consulente per la salute mentale è diventato un compito molto più semplice, nel corso degli ultimi anni, grazie al crescente numero di professionisti interessati nel campo della salute mentale, nonché la crescente accettazione della consulenza da parte del pubblico. Ci sono molti gruppi *on-line* sull'argomento e altre opzioni per le persone con bisogni immediati per aiutare una persona nel pericolo di danneggiare se

stessa o altri, persone che chiedono come "*trovare un consulente per la salute mentale o il benessere psico-fisico nella mia zona*". I migliori servizi di consulenza per la salute mentale ed il benessere sono quelli che cercano non solo per aiutare i clienti a lavorare attraverso la più urgente delle preoccupazioni attuali, ma che forniscono anche il supporto a lungo termine o le risorse per la ricezione di altri tipi di trattamento potenzialmente benefico. Attraverso lo sviluppo di norme sempre più stringenti e una ricerca culturale e scientifica attenta alla mente umana e delle sue interazioni con il mondo, la consulenza per la salute mentale ed il benessere può diventare una parte ancora più essenziale di un regime globale di assistenza sanitaria.

Il programma mira a sviluppare professionisti di consulenza che si impegnano alla crescita e allo sviluppo delle persone con cui lavorano. Persone dotate di strumenti adeguati per imparare a capire i clienti nei loro contesti storico-sociali, inclusi ma non limitati dal sesso, dalla razza/etnia, dalla classe-sociale o dall'orientamento sessuale .

Negli USA ed in Nord Europa i *counselor* sono frequentemente impegnati nelle agenzie di comunità, nei centri di salute mentale, nei centri di trattamento della dipendenza e negli studi privati.

Il Counseling si basa sull' insegnamento che il corpo non è un organismo materiale indipendente e che una buona salute dipende da un rapporto armonico tra il corpo fisico, il corpo eterico o forza vitale, l'anima e l'ego. Il counseling si basa su tradizioni culturali e spirituali ben consolidate (come le filosofie occidentali ed orientali, l' approccio olistico delle tradizioni asiatiche) e metodi di diagnosi e terapie della medicina convenzionale, che s'integrano con un approccio olistico, basato sul principio della 'salutogenesi', un termine che descrive un approccio incentrato sui fattori che sostengono la salute umana e il benessere, piuttosto che sui fattori che causano la malattia. Il noto concetto generale della patogenesi, origine della malattia, che è ancora il fondamento della medicina e delle sue ricerche, si oppone al più recente concetto di salutogenesi. Il concetto di salutogenesi punta alla ricerca e all'esame dei fattori che sono responsabili nella formazione e il mantenimento della salute. In questo contesto i concetti di patogenesi e di salutogenesi non si oppongono a vicenda, ma sono destinati a integrarsi. Il termine "Counseling" è stato adottato fin dall'inizio del secolo dall'*American Psychological Association* per intendere tutte le attività di orientamento psicologico, sociali (attitudinali e professionali) e personali (problemi esistenziali: prevenzione-formazione e di crescita personale), perciò si tratta di un intervento psicopedagogico atto a promuovere ed operare più sulla salute che sulla malattia; può essere definita come una professione relativamente giovane, che significa che mentre in alcune aree del mondo costituisce già attività affermata, essa è al tempo stesso ancora in piena evoluzione. E' certo che il counseling è ben distinto dalla psicoterapia, il *counseling* è qualcosa di specifico e non un sottoprodotto della psicoterapia, poiché la modalità di attuazione, gli obiettivi e il contesto, nonché il tipo di contratto alla base è ben diverso da quello dello psicoterapeuta. Il Counseling non punta tanto all' analisi del soggetto ma ad una risoluzione veloce (ma non superficiale), pratica ed operativa dei vari conflitti interiori e sociali, il counseling punta maggiormente a soluzioni orientate alla prassi, alle azioni positive, piuttosto che all' analisi del fenomeno patologico (benché non trascurabile anch'essa). L'obiettivo del counseling è fare in modo che l'individuo riesca a potenziare le proprie risorse e a creare le condizioni relazionali ed ambientali che contribuiscano al suo benessere, agendo contro i "blocchi", il disagio e l' inerzia che induce gli individui a trascurare la propria crescita umana e sociale.

LE PRIME ASSOCIAZIONI ed ORGANIZZAZIONI per/di COUNSELORS

Le prime Associazioni ed Organizzazioni di categoria per la professione del Counselor nascono negli **USA**.

- **AMHCA**

L'americana Counseling Association per la Salute Mentale (AMHCA) è una crescente comunità di oltre 7.000 consulenti clinici sulla salute mentale. Insieme hanno avuto un notevole impatto sulla vita degli americani. AMHCA riesce a dare voce alla professione a livello nazionale e a contribuire a servire nel migliore dei modi i cittadini americani che vivono disagio emotivo e relazionale. Il tutto per migliorare la professione del *counseling clinico* per la salute mentale attraverso licenze, sostegno, l'educazione e lo sviluppo professionale .

L' organizzazione nazionale americana di counseling rappresenta i counselor clinici e i consulenti di salute mentale, offre corsi di formazione di alti livelli, con standard coerenti di istruzione, formazione, licenze, la pratica, la difesa e l'etica .

I membri dell' AMHCA sono provvisti di un Codice Etico, posseggono un comitato di esperti professionisti competenti, sono provvisti di presidenti di commissione e di volontari.

- **L' MMHCA (Associazione Counselor per la Salute Mentale del Michigan)** è dedicata a mantenere elevati standard di pratica etica, informare l'opinione pubblica sui problemi della salute mentale, sostenendo la professione del Counseling per la Salute Mentale e per fornire formazione per lo sviluppo professionale per laureati e consulenti professionali (LLPC).

L' MMHCA è impegnata nella promozione della professione di counseling in Michigan e proteggere la licenza del professionista abilitato Counselor.

MMHCA è dedicata a mantenere elevati standard di pratica e di integrità etica e l'ulteriore sviluppo della professione nel fornire l'educazione all' interno delle comunità sui temi della salute mentale.

- **Associazione Counselor per Salute Mentale del Maine**

MEMHCA è l'organizzazione professionale nello stato del Maine per la salute mentale. Rappresentano i vari Counselor sanitari che lavorano in uno studio privato, negli enti pubblici e privati, negli ospedali, nelle scuole, nelle università.

La missione di MEMHCA è:

Promuovere la professionalità nella salute mentale per Counselor attraverso l'applicazione degli standard professionali della AMHCA, fornire continuo sviluppo professionale, formazione e attività educative per i Counselor..

Educare il pubblico per quanto riguarda problemi di salute mentale e il ruolo dei Counselor nell' affrontare problemi di disagio sociale o malessere personale.

Promuovere standard accademici e professionali per il rilascio di autorizzazioni cliniche nello Stato del Maine.

Consultarsi e coordinare, con le altre figure professionali affini, per servire meglio le esigenze dei clienti, la loro comunità e lo Stato del Maine.

- **L' ITALIA:**

Per quanto concerne l' Italia, la prima associazione di categoria per Counselor è la **Faip Counseling**.

L'Associazione FAIP ha lo scopo di raccogliere in un'associazione comune varie organizzazioni professionali impegnate nel rapporto di aiuto alla persona, nonché singoli professionisti, censiti in categorie ben distinte.

La FAIP si articola infatti in due diverse divisioni assolutamente autonome per quanto riguarda gli indirizzi, le linee guida e gli ambiti professionali, ciascuna delle quali ha un'autonoma rappresentanza democratica.

Tali commissioni sono:

-La Divisione Psicoterapia;

-La Divisione Counseling.

Le due Divisioni sono organizzate sulla base di due commissioni specifiche per ciascuna area ed esprimono ciascuna il proprio comitato scientifico.

La "FEDERAZIONE DELLE ASSOCIAZIONI ITALIANE DI PSICOTERAPIA – FAIP" è amministrata da un Consiglio Direttivo composto da cinque membri Psicoterapeuti eletti nella Divisione Psicoterapia e cinque

membri Counselor eletti nella Divisione Counseling. Tutti e dieci i membri del Consiglio Direttivo durano in carica per **tre anni**.

E' accreditata presso il Co.L.A.P. - Coordinamento Nazionale Libere Associazioni Professionali .

- **CODICE ETICO DEONTOLOGICO**

PER I COUNSELORS della FAIP COUNSELING

(lo riporto fedelmente, senza alcuna rielaborazione dei codici normativi)

La FAIP Counseling fonda il suo Codice Etico Deontologico facendo riferimento in particolare alla Legge n. 4 del 14 Gennaio 2013, al suo Regolamento interno ed al suo Statuto che prevede la seguente definizione di Counseling: **"Il Counseling è una professione in grado di favorire lo sviluppo delle potenzialità, qualità e risorse di individui, gruppi e organizzazioni"**.

DEFINIZIONI GENERALI

COUNSELOR

Il counselor è un professionista che offre un servizio ai clienti in linea con la definizione di counseling dato dalla FAIP Counseling. Il counselor deve possedere livelli di abilità e di formazione secondo le norme ed i criteri stabiliti dalla Legge 4/2013 e dalla FAIP Counseling medesima.

CLIENTE

Il cliente può essere una persona, una coppia, una famiglia, un gruppo o una organizzazione che manifestano il desiderio di ricevere l'aiuto di un consulente.

ACCORDO

E' un contratto di prestazione professionale concordato in maniera esplicita e formale fra un counselor ed un cliente. Il compenso per la prestazione può essere solo in denaro ed esso deve essere comunicato chiaramente all'inizio del rapporto di consulenza.

Il contratto può attivarsi con modalità diverse:

- diretta perché richiesta dal cliente;
- indiretta, ovvero la richiesta può partire da qualcuno che non è il destinatario dell'intervento, ad esempio da un parente, dalla famiglia, da un altro operatore o da una Istituzione.

La richiesta può partire da persona diversa dal destinatario dell'intervento, ad esempio da un parente, dalla famiglia, da un medico, dal tribunale ecc. In questo caso è indispensabile che il cliente sia informato e dia il proprio consenso, così come deve esservi consenso nel caso di consulenza con minori.

PRINCIPI GENERALI

Art. 1

La FAIP Counseling a tutela dell'utente e degli interessi professionali dei Counselors aderenti a questa Associazione, si è dato un regolamento interno che prevede la definizione di un codice etico-deontologico, contenente i principi, le regole e le disposizioni che definiscono e regolano l'attività del Counselor e l'istituzione di una commissione deontologica al fine di:

- Promuovere ulteriormente la crescita personale ed il perfezionamento professionale dei Counselors iscritti nel Registro della FAIP Counseling per offrire agli utenti le migliori garanzie di competenza e di serietà professionale;
- Mantenere e diffondere tali garanzie per proteggere la professionalità dei suoi iscritti come categoria regolamentata dalla Legge 4/2013.

Art. 2

Le regole del presente Codice Etico Deontologico sono vincolanti per tutti gli iscritti al Registro Nazionale dei Counselors della FAIP Counseling. Il Counselor è tenuto alla loro conoscenza e l'ignoranza delle medesime non esime dalla responsabilità disciplinare.

Art. 3

I rapporti tra i Counselors devono essere improntati alla massima correttezza ed al reciproco rispetto. Il Counselor si asterrà da commenti o azioni che possono ledere l'immagine professionale o la persona di altri colleghi, sia presso i clienti sia nell'ambito professionale.

Art. 4

Il Counselor, nello stabilire il proprio onorario, terrà conto dei livelli di esperienza, preparazione e competenza professionale raggiunti rimanendo sensibile alla situazione socio-economica del cliente.

Art. 5

La pubblicazione di casi o di fasi salienti di incontri di counseling, a scopo scientifico o letterario, non può avvenire senza il consenso del cliente. Discrezione e riservatezza saranno mantenute sull'identità delle persone oggetto di pubblicazione e ricerca.

Art. 6

L'inosservanza delle norme stabilite nel presente Codice Etico-Deontologico e dei divieti fissati dallo stesso dovrà essere comunicata alla Commissione deontologica della FAIP Counseling, la quale dovrà controllare il rispetto degli obblighi contenuti nel presente codice ed erogare le sanzioni. Il Counselor è responsabile dei propri atti professionali e delle loro prevedibili dirette conseguenze.

PRINCIPI ETICI

Il Counselor agisce nel rispetto dei diritti umani universalmente riconosciuti, non mette in atto discriminazioni culturali, sociali, economiche, religiose, etniche, sessuali, di orientamento sessuale o discriminazioni nell'ambito delle disabilità.

Garantisce l'integrità, l'autonomia del cliente, la sua privacy e la riservatezza dei dati personali dei quali il Counselor venga a conoscenza all'interno del rapporto di fiducia instaurato con il cliente o in qualsiasi altro modo.

Il Counselor agisce con senso di responsabilità garantendo attivamente l'osservanza dei principi sopra elencati ed attivando i seguenti comportamenti:

L'integrità

Il Counselor evita commistioni fra il ruolo professionale e quello privato, mantenendo ben distinti i due ambiti, garantendo al cliente il diritto alla chiarezza e trasparenza.

L'Autonomia

Il Counselor riconosce la libertà del cliente di esprimere se stesso, di dichiarare i propri bisogni e le sue tendenze entro i confini del rispetto dei diritti umani garantiti universalmente

La Privacy

Il Counselor protegge il rapporto con il cliente con appropriati atteggiamenti evitando interferenze o intrusioni.

La Riservatezza ovvero Segreto professionale

Il Counselor rispetta i dati personali del cliente comunicati all'interno del rapporto di fiducia instaurato con il cliente. La rivelazione del segreto è consentita:

- a. a) Se autorizzato dall'interessato;
- b. b) se imposta dalla legge per giusta causa.

Nella attività di group-counseling il Counselor inviterà i partecipanti ad osservare il segreto rispetto a tutto ciò che viene vissuto, conosciuto od espresso nel setting stesso del gruppo.

Formazione Continua ed aggiornamento del Counselor

Il Counselor è obbligato a mantenere alti livelli di pratica professionale utilizzando tecniche che fanno riferimento alla sua formazione specifica ed alla esperienza fatta nel percorso di apprendimento e formazione. La formazione continua e l'aggiornamento del professionista sono richiesti anche dalla legge n. 4/2013.

Riconosce i limiti della propria competenza ed usa strumenti teorico-pratici per i quali ha acquisito adeguata competenza e, ove necessario, formale autorizzazione.

Il Counselor accoglie incondizionatamente il cliente, ma non per questo ne accetta o subisce sempre il comportamento nella consapevolezza comunque delle differenze individuali, culturali e di appartenenza.

Svolgimento della attività di Counseling

Il Counselor nella relazione con il cliente si esprime in tutti i suoi aspetti in maniera professionale ed è responsabile della qualità del lavoro svolto nell'ambito del proprio intervento:

- agendo secondo le proprie competenze e la specifica formazione;
- attuando un rapporto aperto ed esplicito con il cliente circa le modalità operative del counseling;
- impegnandosi a ricevere un'adeguata supervisione;
- continuando il proprio sviluppo personale e professionale;
- instaurando e mantenendo un chiaro rapporto di consulenza: mantenendo il segreto professionale nel rispetto delle leggi, della correttezza e dell'etica professionale.

Eventuali conflitti devono essere esposti al cliente in maniera chiara e trasparente, nel rispetto della privacy e del rapporto di fiducia instaurato all'interno della consulenza. Nel caso in cui venga richiesto al Counselor la violazione della riservatezza, per motivi validi, questi deve chiedere il consenso scritto ed informato del cliente.

Il Counselor deve chiarire i conflitti di interesse che si palesassero durante la relazione professionale.

Eventuali responsabilità verso terzi devono essere conosciute al momento del contratto o non appena si palesino.

Il Counselor deve essere consapevole e sincero con il cliente circa la possibilità di lavorare insieme in un rapporto professionale.

Il Counselor deve evitare ogni forma di coinvolgimento sessuale o sentimentale che possono scaturire dall'influenza emotiva che la sua posizione esercita rispetto al cliente.

Il rapporto professionale è definito con un contratto esplicito e reciproco che ha termine con la conclusione della relazione professionale.

La conclusione della relazione professionale non fa venire meno l'obbligo di riservatezza nei confronti del cliente. Si deve evitare l'utilizzo delle notizie per fini estranei alla relazione di consulenza.

RICERCA

La ricerca scientifica e metodologica nell'ambito del counseling deve essere effettuata da ricercatori competenti che abbiano grande esperienza nell'ambito della consulenza medesima. La ricerca richiede attenta considerazione delle questioni etiche e attenzione per la dignità, il ben-essere ed il più-essere dei partecipanti alla ricerca medesima.

I ricercatori hanno la responsabilità di comportarsi in modo coerente con i principi del counseling. La ricerca che violi questi principi base non è etica e non ha valore.

Il consenso informato è un imperativo etico fondamentale nella ricerca sperimentale.

COMPETENZE DI BASE

Le competenze di base del counselor dimostreranno la sua capacità di :

- sviluppare la sua consapevolezza;
- riconoscere le differenze culturali fra counselor e cliente prendendone atto in maniera non giudicante;
- regolare il proprio stile di comunicazione adeguandolo a quello del cliente;
- impostare, mantenere e far sì che i rapporti con il cliente restino entro i confini strutturali del counseling in tutte le fasi della relazione;
- stabilire un chiaro accordo di lavoro riguardante gli obiettivi del counseling;
- sviluppare la consapevolezza del contesto in cui lavorano il counselor ed il cliente creando le migliori condizioni possibili per un intervento di aiuto;
- ottimizzare le finalità del counseling;
- facilitare lo sviluppo ed il cambiamento del cliente;
- agevolare il trasferimento delle conoscenze acquisite dal rapporto di consulenza alla vita quotidiana del cliente;
- rivedere il processo di consulenza in termini di esperienza del cliente;
- facilitare il processo di chiusura del rapporto di aiuto in termini di esperienza sia per il cliente che per il counselor;
- operare in modo coerente all'interno di un chiaro orientamento teorico;
- riconoscere i propri limiti e confini sia in termini professionali che personali;
- comunicare al cliente che per la sua richiesta è necessario o utile rivolgersi ad un professionista diverso dal Counselor;
- essere consapevole dell'etica professionale adeguando l'approccio a questi principi;
- valutare il rapporto di consulenza ed aiuto come un processo di apprendimento professionale;
- riconoscere la necessità di una supervisione continua ed agire di conseguenza.

SANZIONI

L'inosservanza del codice etico dovrà essere comunicata alla Commissione Etica della FAIP Counseling, la quale avrà il compito di controllare il rispetto degli obblighi contenuti nel presente codice ed erogare eventuali richiami o sanzioni previsti dalla Commissione stessa.