

Salutare correttamente significa vedere l'altra persona,
diventarne coscienti come fenomeno, esistere per lei
ed essere pronti al suo esistere per noi

Eric Berne in "Ciao!...e poi?"

Che cosa è il counselling analitico transazionale?

“Il counselling analitico transazionale è un'attività professionale all'interno di una relazione contrattuale. Il processo del counselling permette ai clienti, o i sistemi-clienti, di sviluppare consapevolezza, opzioni e capacità di gestione dei problemi, facilita lo sviluppo nella vita quotidiana attraverso il potenziamento dei loro punti di forza e delle loro risorse. Scopo ultimo è incrementare l'autonomia dei clienti in relazione al proprio ambiente sociale, professionale e culturale” (definizione dell'EATA – European Association of Transactional Analysis)

A chi si rivolge?

- A chi sta attraversando una difficoltà in ambito sociale, familiare, lavorativo o scolastico.
- A chi non riesce ad esprimere al meglio le proprie competenze e capacità perché offuscate e limitate dal problema che sta vivendo.

Come lavora il counsellor?

Il counsellor è colui che svolge una professione di aiuto, valuta la situazione e le possibili risorse “qui e adesso”; lo scopo del suo intervento è la gestione dei problemi mediante l'individuazione e valorizzazione dei punti di forza e delle potenzialità dei clienti.

Il counsellor analista transazionale conosce e utilizza gli strumenti dell'Analisi Transazionale. Privilegia l'ascolto, restituisce al cliente le intuizioni e le osservazioni e interagisce con quelle che lui gli porta, in una costante condivisione e reciprocità dello scambio, con l'obiettivo di promuovere il benessere del cliente e la sua capacità di fare fronte alle trasformazioni e alle avversità che la vita comporta.

Si muove all'interno di una cornice Etica (Codice Etico dell'Analisi Transazionale, EATA-ITAA) che comporta il rispetto della dignità di ogni persona, l'impegno a promuovere l'autodeterminazione, l'attenzione a proteggere la persona e il *setting*, la responsabilità e l'impegno nella relazione.



Quali sono le caratteristiche del percorso?

Il percorso è costruito insieme su base contrattuale, il counsellor e il cliente si accordano sugli obiettivi, sulle tappe e condizioni. Il contratto bilaterale è alla base dell'intervento perché il cliente è una persona competente e in grado di prendere parte alla contrattazione del percorso che si andrà a sviluppare.

L'okness e la **Intersoggettività** sono cardini dell'intervento. Okness significa che ciascuno è adeguato nell'essere quello che è, competente a farsi carico della propria vita e a prendere decisioni rispetto a sé. Intersoggettività è intesa come relazione tra due soggetti (counsellor e cliente) che hanno la caratteristica di essere insieme nel riconoscimento di sé e dell'altro come persona, nell'attivarsi in una relazione basata sulla fiducia e la collaborazione al fine di affrontare le difficoltà.

C'è un impegno esplicito a fare counselling.

I pensieri, le emozioni e le risorse che affiorano sono gestiti nel tempo presente, sono riconosciuti e ricondotti ad un piano di concretezza e attualità. Non è una terapia, il percorso è ben delimitato dal contratto, i cui confini il counsellor si impegna a rispettare e a "proteggere".

Quanto dura il percorso?

La durata è contrattata con ciascuno in base al problema che viene posto. Ci sono delle verifiche intermedie che permettono di "rimettere in ordine" quanto sta emergendo e la relazione di counselling si conclude con l'esplicitazione e verifica dei risultati con chi ha chiesto aiuto. Il counsellor è attento a restituire all'altro i contenuti da lui portati e il processo che si è attivato tra lui e il cliente, riconosce e condivide il "punto di arrivo".