

Domenico Bellantoni

Promuovere condotte inclusive

Counselling
e ricerca di senso

COUNSELLING

FrancoAngeli



Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile con Adobe Digital Editions. Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.



I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella home page al servizio “Informatemi” per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità.

Domenico Bellantoni

**Promuovere
condotte inclusive**

Counselling
e ricerca di senso

FrancoAngeli

COUNSELLING

In copertina: Alfred Sisley, Moret-bridge in the Summer, 1888

Copyright © 2020 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

A Sandro,
capace di far counselling
con il suo esempio

Indice

Introduzione	pag.	11
1. Il <i>counselling</i> esistenziale frankliano: principi e linee guida	»	15
1. Perché un <i>counselling</i> esistenziale frankliano	»	15
2. Verso una definizione del <i>counselling</i> : cenni storici, finalità e ambiti	»	18
3. Il <i>counselling</i> esistenziale frankliano	»	21
4. Fasi, strategie e tecniche dell'intervento di <i>counselling</i>	»	24
4.1. Accogliere la persona e definire il percorso di <i>counselling</i>	»	24
4.2. "Alla scoperta del senso": ovvero la motivazione al cambiamento	»	30
4.3. Cosa superare e attraverso quali risorse personali?	»	32
4.4. Individuare percorsi efficaci: il piano d'azione	»	33
4.5. Verifica dei risultati ed eventuale riprogettazione	»	34
5. Il <i>counselling</i> oltre la relazione duale: un facilitatore di processi e contesti gruppal e organizzativi	»	35
5.1. Il <i>counselling</i> di gruppo	»	36
5.2. Il <i>counselling</i> nell'ambito organizzativo-istituzionale	»	41
5.2.1. Fase del coinvolgimento	»	41
5.2.2. Fase della definizione del problema e individuazione dei bisogni	»	42
5.2.3. Fase dell'ipotesi circa le piste di soluzione	»	42
5.2.4. Fase della personalizzazione dell'obiettivo	»	43
5.2.5. Fase della valutazione e della progettazione delle azioni e delle relative risorse	»	43
5.2.6. Considerazioni strategiche e metodologiche	»	44
6. Sintesi conclusiva del capitolo	»	46

2. Orientarsi nella complessità di un mondo che cambia.	
Il <i>counselling</i> esistenziale frankliano quale tutore di inclusione e integrazione	» 47
1. La società attuale come sistema complesso	» 47
2. Quando il gioco si fa duro i duri cominciano a giocare: il disagio come opportunità	» 54
3. Dalla società complessa alla società inclusiva	» 58
4. Il <i>counselling</i> esistenziale frankliano quale tutore di orientamento e inclusione	» 59
5. Sintesi conclusiva del capitolo	» 64
3. L'accoglienza della "diversità" come opportunità di crescita: dall'empatia all'<i>exopatia</i>	» 65
1. Il contesto socioculturale attuale	» 65
2. Dall'empatia all' <i>exopatia</i>	» 65
3. <i>Exopatia</i> come affermazione di auto-trascendenza e auto-distanziamento	» 66
4. Educare all' <i>exopatia</i> in chiave frankliana	» 67
4.1. Promuovere le capacità tipicamente umane di auto-distanziamento e auto-trascendenza	» 68
4.2. Educare al senso della relazione e al significato di ogni incontro	» 70
5. Sintesi conclusiva del capitolo	» 71
4. Contesti inclusivi e integrazione delle diversità: . comunicazione efficace tra "saper essere" e "saper fare"	» 73
1. Sapere, saper essere e saper fare: tre livelli di competenza	» 73
2. Un importante prerequisito a livello di saper essere: considerare il punto di vista dell'altro	» 75
3. Empatia e "ascolto attivo"	» 78
4. Dall'empatia all' <i>exopatia</i> : comprendere il "diverso" da me	» 79
5. Il dialogo socratico come strumento "inclusivo" e di valorizzazione della diversità	» 80
6. La comunicazione efficace: alcune esemplificazioni	» 82
7. Sintesi conclusiva del capitolo	» 86
5. Dialogo socratico e <i>counselling</i> esistenziale frankliano. Un laboratorio esperienziale rivolto a <i>counsellor</i> in formazione	» 89
1. Il dialogo socratico come strumento di <i>counselling</i>	» 89

2. Definizione, descrizione e prassi del dialogo socratico nel contesto del <i>counselling</i>	»	89
3. “Che cos’è il <i>counselling</i> ?”: una esemplificazione circa l’uso del dialogo socratico in gruppo	»	94
4. Sintesi conclusiva del capitolo	»	97
6. <i>Counselling</i> esistenziale e arteterapia. Come l’<i>art-counselling</i> a scuola favorisce percorsi di crescita personale	»	99
1. <i>Counselling</i> e arteterapia, ovvero l’ <i>art-counselling</i>	»	99
2. Educare e promuovere la persona attraverso l’attività artistica	»	100
2.1. Arteterapia: definizione ed excursus storico	»	100
2.2. Il contributo dell’ <i>art-counselling</i> in ambito educativo e scolastico	»	102
3. <i>Art-counselling</i> e contesti didattico-educativi	»	104
3.1. <i>Art-counselling</i> e temi esistenziali: tra immagine corporea e accettazione di sé	»	105
3.2. <i>Art-counselling</i> e crescita post-traumatica: il disegno creativo	»	107
4. Nuove possibilità di sviluppo e di integrazione	»	109
5. L’ <i>art-counselling</i> esistenziale frankliano: quando domanda di senso e arti creative s’incontrano	»	110
5.1. La “scoperta” dei significati attraverso l’attività artistica	»	111
5.2. Creatività ed estetica come espressione di auto-distanziamento e auto-trascendenza	»	113
5.3. Lavorare in gruppo: da un atteggiamento autocentrato alla relazione con gli altri	»	114
6. Sintesi conclusiva del capitolo	»	116
Conclusione	»	117
Bibliografia	»	121

Introduzione

Se volessimo trovare un accordo su quale sia lo scopo della vita di ogni uomo, probabilmente troveremmo un consenso sul fatto che ciascun individuo desideri essere felice, come pure fare in modo che lo siano le persone che ama.

D'altra parte, per quanto appaia scontata, quasi banale, tale risposta, le difficoltà inizierebbero laddove ci si sposti dalla questione circa la felicità come scopo della vita a quella riguardo la natura della felicità. Si tratta, in altre parole, di rispondere alla domanda, di natura socratica, circa il cosa sia la felicità o, anche, come l'uomo possa raggiungerla.

Il problema, a questo punto, è chiedersi però cosa si intenda per “felicità”, considerato che per alcuni questa coincide con lo sperimentare piacere, in linea con i dettami dell'attuale contesto edonista e consumista, mentre per altri questa è la conseguenza di una vita spesa per altri e/o illuminata da valori trascendenti.

Ecco che, allora, per i professionisti della relazione d'aiuto – psicoterapeuti, psicologi, *counsellor*, pedagogisti, educatori, formatori, ministri di culto e assistenti sociali¹ –, ma anche per le altre figure professionali, quali ad esempio i genitori, nasce l'esigenza di individuare gli adeguati atteggiamenti

¹ Per quanto riguarda l'attività di *counselling*, la legge 4 del 14 gennaio 2013, in riferimento alla regolamentazione delle libere professioni, ha portato al riconoscimento del *counsellor* come professione socio-formativa orientata allo sviluppo personale e alla risoluzione delle situazioni problematiche. Attualmente, si registra un dibattito circa le legittimità e l'ambito dei confini professionali di tale ruolo, anche in relazione all'opposizione mostrata dall'Ordine degli Psicologi che rivendicano l'esercizio di tale attività ai soli psicologi. A questo riguardo, il libro non intende assumere una posizione che riguarda altre sedi e altre discipline, rilevando unicamente che la situazione è assai variegata nei diversi Paesi europei ed extra-europei e che, al momento, sebbene entro limiti codificati, permette a professionisti non psicologi, ma opportunamente formati di svolgere attività di *counselling*.

e i funzionali percorsi capaci di favorire la promozione di una “felicità” che non si identifichi riduttivamente con il piacere sperimentato, bensì permetta alla persona di promuovere se stessa in chiave spirituale e pro-sociale, non appiattendosi su proposte di comodo ma stimolando una crescita capace di conseguire il pieno sviluppo delle proprie capacità e potenzialità.

Tale promozione della persona, d'altra parte, non potrà mai prescindere dal contesto relazionale in cui si trova inserito. In tal senso, recentemente il concetto di “inclusione” è andato progressivamente a sostituire quello precedente di “integrazione”.

In effetti, riteniamo che la differenza sostanziale e più significativa tra i due concetti – ciascuno dei quali è comunque portatore di una sua positività – è che nella dinamica inclusiva viene fatta particolare attenzione al rispetto dell'individualità, della specificità e della diversità che caratterizza ciascuna persona. Ciò a prevenire il rischio, secondo alcuni sotteso invece al concetto di integrazione, di “sacrificare” l'individuo a una sorta di normalizzazione, di appiattimento e di annullamento delle ricchezze e degli specifici contributi di cui è portatore ciascuna persona.

Appare evidente come tale sensibilità acquisti particolare significato nell'attuale contesto che va qualificandosi sempre più come multietnico e multiculturale, con la conseguenza di evidenziare sempre più le esigenze di accoglienza e di convivenza tra le reciproche diversità individuali.

In tal senso, le abilità di *counseling*, su cui si focalizza questo volume, si presentano come trasversali alle diverse figure professionali e a-professionali preposte alla promozione della persona, delle relazioni interpersonali e dei contesti sociali, sottolineando tanto gli aspetti peculiari da promuovere quanto gli strumenti e le attenzioni funzionali a ciò.

Coerentemente con il modello di riferimento sotteso all'intero volume – cioè l'approccio fenomenologico ed esistenziale proposto dallo psichiatra e psicoterapeuta austriaco Viktor E. Frankl (1905-1997) –, e con la concezione della felicità appena descritta, il volume intende proporre una visione della relazione d'aiuto che supporti la persona nella definizione di un progetto di vita, orientato a un senso al quale valga la pena orientare la propria esistenza, e di una gerarchia di valori in grado di scoprire significati proattivi nel fronteggiamento di qualsiasi situazione.

In funzione del raggiungimento di tale finalità, il libro propone un percorso strutturato in sei capitoli, alcuni dei quali a carattere più teorico, altri riguardanti aspetti più operativi, sempre però mantenendo complessivamente un'attenzione ai risvolti più pratici ed esperienziali in riferimento ai temi trattati.

Nel primo capitolo, presenterò le linee guida caratterizzanti il *counseling* come fenomenologico ed esistenziale, valorizzando alcune delle più si-

gnificative acquisizioni frankliane verso la relazione d'aiuto, integrandole con i contributi più recenti di questo indirizzo.

Il secondo capitolo si preoccuperà, invece, di tratteggiare il contesto socioculturale attuale, all'interno del quale andrà collocata la relazione d'aiuto, evidenziandone le peculiarità di complessità e "liquidità", in funzione del favorire dinamiche inclusive e d'integrazione sociale.

Col terzo capitolo ci si sposterà sul versante più operativo, dando attenzione alle competenze dell'operatore e del *counsellor*, relativamente ai livelli del "saper essere" e del "saper fare", soprattutto in ordine alle abilità comunicative.

Continuando su questa linea, il quarto capitolo si focalizzerà sull'importanza di un approccio verso l'altro che si qualifichi come empatico e, in relazione agli attuali contesti multiculturali, "exopatico", intendendo con quest'ultimo termine la capacità di comprendere "universi" assai diversi dal nostro.

Sempre in ambito comunicativo, il quinto capitolo si occuperà di presentare una particolare competenza, utile sia in ambito individuale che grupale, che rappresenta uno strumento tipicamente frankliano: il dialogo socratico. Tale modalità comunicativa si rivela utile nell'attivazione della responsabilità e delle risorse della persona o dei gruppi cui ci si orienta nell'intervento di promozione e/o aiuto.

Il sesto capitolo, che conclude l'itinerario del libro, evidenzia il contributo delle arti creative al *counselling* quale strumento in grado di promuovere lo sviluppo della persona, l'efficacia didattica e formativa, nonché il benessere esistenziale, all'interno dei contesti scolastici e/o associativi, integrabile inoltre con la visione frankliana relativa allo sviluppo di valori esistenzialmente significativi, unitamente alle capacità di auto-trascendenza e auto-distanziamento, nonché alla definizione di un chiaro orientamento progettuale della propria vita.

1. Il counselling esistenziale frankliano: principi e linee guida

*Quando non siamo più in grado
di cambiare una situazione.
Siamo sfidati a cambiare noi stessi.
(Viktor Emil Frankl, 1905-1997)*

1. Perché un *counselling* esistenziale frankliano

Qualche anno fa, una persona interessata a iscriversi alla Scuola di Counselling Esistenziale Frankliano mi riferì che una sua amica psicologa, cercando di dissuaderla, avrebbe definito il *counsellor* come il “bidello degli psicologi”. In quell’occasione, per associazione, mi venne alla mente un confronto con un collega medico, all’interno di un poliambulatorio, che – al termine di una discussione che non ci trovava d’accordo e sulla quale non sto qui a dilungarmi – ebbe a dirmi: “E tu non potevi fare altro che lo psicologo!”, facendo riferimento alla differenza che esisteva, a suo avviso, tra la mia e la sua professione. A parte la discutibilità di entrambe le affermazioni – nei toni, nei modi e, riguardo al primo caso, nel suo riferimento ai collaboratori scolastici –, tale discorso meriterebbe non pochi approfondimenti.

In realtà, potremmo concludere con il classico “nulla di nuovo sotto il sole”: sembra, infatti, che lo stesso atteggiamento di discriminazione che gli psicologi hanno subito – e, in qualche caso, ancora soffrono – da parte della classe medica venga ora, a loro volta, rivolto nei confronti della figura del *counsellor*.

In tal senso, invito sempre i miei studenti di psicologia a saper stare accanto alla diversità; certo, sempre nel rispetto delle leggi vigenti. Infatti, a mio avviso, uno dei problemi della nostra società – e in particolare di quella italiana – è rappresentata dalla difficoltà a cooperare con le professionalità altrui, in un clima di reciproco rispetto, quasi che il mio sapere possa essere sempre e comunque onnicomprensivo. In realtà, piuttosto che fare la guerra alle professionalità confinanti, sarebbe necessario affinare le proprie competenze e specificità, curando il proprio ambito d’intervento, senza temere che qualcuno possa attentare al proprio “portafoglio clienti”. D’altra parte,

come accennato, gli stessi psicologi e psicoterapeuti hanno sofferto in passato e ancora soffrono per l'atteggiamento manifestato da molti medici, psichiatri e neuropsichiatri, restii ad accettare la cura psicologica.

Un'altra questione rimanda invece alla specificità di un Counselling Esistenziale Frankliano che – come già Viktor Frankl ebbe a dire anche a proposito del suo approccio psicoterapeutico – non intende soppiantare bensì integrare gli altri indirizzi (2009, p. 92). In tal senso, nel corso di questo primo capitolo, metterò in evidenza quali siano le linee guida circa una formazione della figura professionale di un *counsellor* che voglia qualificarsi come “esistenziale” e “frankliano”.

Per quanto riguarda la prima questione, si registra in maniera sempre più evidente, a livello mondiale, un duplice movimento.

Da una parte l'emancipazione dei temi relativi alla promozione della persona e delle sue risorse, alla relazione d'aiuto e al *problem solving* dall'ambito ristretto della psicologia clinica e della psicoterapia e, dunque, una de-patologizzazione e de-medicalizzazione del benessere esistenziale, individuale e gruppale, e dei percorsi atti a sostenerlo e incrementarlo.

Dall'altra parte, in maniera più specifica, si assiste a una riscoperta o, anche, semplicemente a una crescente sensibilità nei confronti del tema dell'esistenziale, come riflessione dell'uomo su se stesso, all'interno di una considerazione della persona nella concretezza della sua vicenda storica e del suo contesto relazionale.

In tal senso, relativamente al contesto italiano – ma con l'obiettivo di entrare in un *network* internazionale, costituito da tutte le altre associazioni che si occupano di relazione d'aiuto e, in particolare, di *counselling* –, l'Associazione di Logoterapia e Analisi Esistenziale Frankliana (ALÆF) intende rafforzare e qualificare sempre meglio la sua risposta a tale duplice e positiva corrente di sviluppo, allo scopo di apportare il proprio specifico contributo – a partire da un percorso di circa venticinque anni riguardo la riflessione teoretica e l'esperienza applicativa del pensiero di Viktor Frankl nei diversi ambiti dell'esistenza umana – al progresso della relazione d'aiuto e al ruolo professionale del *counsellor*, caratterizzandolo in chiave esistenziale e in base alle intuizioni del fondatore dell'analisi esistenziale che rappresenta il modello psicologico di riferimento del *counselling* esistenziale frankliano, nonché della relativa scuola di formazione (SCEF)¹.

Va detto che – diversamente da quanto avvenuto in altri contesti europei ed extra-europei – lo sviluppo e l'esercizio del *counsellor* come figura professionale hanno attraversato, almeno in Italia, un percorso lungo e tortuoso

¹ L'acronimo SCEF sta appunto per Scuola di Counselling Esistenziale Frankliano.

– e ancora non del tutto concluso –, caratterizzato spesso anche da polemiche, fraintendimenti e finanche resistenze soprattutto da parte di altri gruppi di professionisti che, tradizionalmente, avevano vissuto come esclusivamente riservato a loro il settore della relazione d'aiuto, anche per situazioni e problematiche che non potevano essere fatte rientrare nell'ambito del clinico, dello psichiatrico e del patologico. Tale periodo è stato caratterizzato dalla carenza di una chiara e condivisa regolamentazione, cosa che, in passato, aveva suggerito ad ALÆF di non promuovere una scuola in tal senso.

Un elemento di novità, invece, è intervenuto nel momento in cui il Governo italiano ha inteso appunto regolamentare l'esercizio delle libere professioni – nelle quali viene fatta rientrare anche quella del *counsellor* – attraverso la legge n. 4 del 14 gennaio 2013². In particolare, nel primo articolo (comma 1, 2.4 e 5) della legge, si afferma:

La presente legge, in attuazione dell'art. 117, terzo comma, della Costituzione e nel rispetto dei principi dell'Unione europea in materia di concorrenza e di libertà di circolazione, disciplina le professioni non organizzate in ordini e collegi.

Ai fini della presente legge, per "professione non organizzata in ordini o collegi", di seguito denominata "professione", si intende l'attività economica, anche organizzata, volta alla prestazione di servizi o di opere a favore di terzi, esercitata abitualmente e prevalentemente mediante lavoro intellettuale, o comunque con il concorso di questo, con esclusione delle attività riservate per legge a soggetti iscritti in albi o elenchi ai sensi dell'art. 2229 del codice civile, delle professioni sanitarie e delle attività e dei mestieri artigianali, commerciali e di pubblico esercizio disciplinati da specifiche normative.

[...]

L'esercizio della professione è libero e fondato sull'autonomia, sulle competenze e sull'indipendenza di giudizio intellettuale e tecnica, nel rispetto dei principi di buona fede, dell'affidamento del pubblico e della clientela, della correttezza, dell'ampliamento e della specializzazione dell'offerta dei servizi, della responsabilità del professionista.

La professione è esercitata in forma individuale, in forma associata, societaria, cooperativa o nella forma del lavoro dipendente.

A quel punto, fatta chiarezza a livello giuridico circa l'esercizio della professione di *counsellor*, il direttivo di ALÆF ha dato il via a una procedura che ha portato all'adesione allo statuto del CNCP (Coordinamento Nazionale dei Counsellor Professionisti), nonché ai suoi principi e linee-guida riguardanti tanto la formazione del *counsellor* base e professionista, quanto l'esercizio di tale libera professione.

² <http://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/2013/01/26/13G00021/sg>.

Nel contempo, si è passati a progettare e a definire un proprio piano formativo che, pur nel rispetto delle indicazioni del CNCP, si caratterizzasse come eminentemente esistenziale e specificamente frankliano.

Pertanto, nel 2015 si è dato il via alla prima Scuola di Counselling Esistenziale Frankliano (SCEF), con sede a Piacenza, prevedendo un corso triennale di formazione che si è concluso nel 2018, con la consegna dei diplomi ai primi “*counsellor* esistenziali frankliani”. Tale esperienza è stata poi replicata a Brescia, a partire dal 2018, e nel 2019 è partito un nuovo percorso triennale, sempre con sede a Piacenza.

2. Verso una definizione del *counselling*: cenni storici, finalità e ambiti

Storicamente, si comincia a parlare con una certa sistematicità di *counselling* a partire dagli anni '50, in particolare nel contesto statunitense, in cui tale approccio si afferma, a opera soprattutto di Rogers (1971) e May (1991), come un'attività riconosciuta dall'APA finalizzata a promuovere l'orientamento e lo sviluppo personale (Sabbadini, 2009, p. 15).

Negli anni '70, il *counselling* approda in terra inglese, tanto che nel 1976 nasce la British Association for Counselling, mentre si devono aspettare gli anni '90 perché se ne inizi a parlare anche in Italia (*ibidem*).

Come detto, nonostante il tempo trascorso da allora, il ruolo, l'attività e soprattutto le aree d'intervento del *counsellor* appaiono ancora, almeno per quanto riguarda il contesto italiano, *work in progress*. D'altra parte, il fatto che si stiano perfezionando alcuni dettagli della questione, anche in relazione alle indicazioni di legge evidenziate al punto precedente, non significa che non si sia in presenza di un percorso progressivo per una sempre maggiore e più chiara definizione del ruolo del *counsellor*, nonché della relativa attività di *counselling*³.

In tal senso, già Scilligo (2005), tra i fondatori del CNCP e già presiden-

³ In una recente Sentenza del Consiglio di Stato (2019), riguardo alla definizione dell'attività in questione, si legge: “il counseling professionale è un'attività il cui obiettivo è il miglioramento delle qualità di vita del cliente, sostenendo i suoi punti di forza e le sue capacità di autodeterminazione. Il counseling offre uno spazio di ascolto e di riflessione, nel quale esplorare difficoltà relative a processi evolutivi, fasi di transazione e stati di crisi e rinforzare capacità di scelte o di cambiamento. È un intervento che utilizza varie metodologie mutate da diversi orientamenti teorici. Si rivolge al singolo, alle famiglie, a gruppi e istituzioni. Il counseling può essere erogato in vari ambiti, quali privato, sociale, scolastico, sanitario, aziendale” (2019, pp. 7-8).

te del coordinamento, aveva offerto uno dei primi tentativi di definizione della professione nell'ambito del contesto italiano. L'autore, dopo aver indicato la confusione esistente nella letteratura anglosassone – dove i confini tra *counselling* e psicoterapia non sono, sia culturalmente sia giuridicamente, così netti come richiesto dal contesto e, ancor più, dalla legislazione italiana –, prende le distanze da criteri che facciano riferimento semplicemente alla durata dell'intervento o alle caratteristiche metodologiche, indicando piuttosto l'esigenza di tenere conto della natura dei problemi affrontati, tanto dal punto di vista contenutistico, quanto da quello processuale (cfr. tabella 1).

Pertanto, valorizzando tale tipologia di situazioni problematiche, si evince come il *counselling* si rivolga elettivamente a problemi non patologici, di natura oggettiva, che possono prevedere o meno il supporto psicoterapeutico – a seconda che il problema rimandi a una dinamica rispettivamente inconscia o conscia –, e soggettiva, allorquando esso si fa preferire all'intervento clinico. Inoltre, il *counsellor* potrà affiancare l'intervento psicoterapeutico nel caso di problematiche soggettive inconse non patologiche o quando il problema, pur essendo patologico, si presenti alla consapevolezza della persona e con implicazioni riguardanti il contesto interpersonale e ambientale.

Tabella 1. Circa la distinzione tra *counselling* e psicoterapia

Natura del problema	Non patologico		Patologico	
	Conscio	Non conscio	Conscio	Non conscio
Interno alla persona	<i>Counselling/</i> psicoterapia	Psicoterapia/ <i>counselling</i>	Psicoterapia	Psicoterapia
Esterno alla persona	<i>Counselling</i>	<i>Counselling/</i> psicoterapia	Psicoterapia/ <i>counselling</i>	Psicoterapia

Fonte: adattamento da Scilligo, 2005, pp. 6-7

Più sinteticamente, rispetto alla dettagliata classificazione offerta da Scilligo, si può dire che il *counsellor* mette in atto interventi brevi rivolti al soggetto o al contesto, personale e non, laddove la dinamica da affrontare si presenti come assolutamente non patologica e sufficientemente consapevole.

Progressivamente, sempre all'interno del CNCP, il *counselling* è andato sempre più chiaramente definendosi, fino ad arrivare alla seguente formulazione:

Il counselling è un processo relazionale tra *counsellor* e cliente, un percorso in cui il cliente può accrescere il suo livello di autonomia e di competenza decisiona-