

**LA NAVE DEI FOLLI****Il counselling cognitivo  
relazionale**

Il mondo del counselling risulta molto variegato a livello internazionale – e ancor più in Italia – a partire dalla sua definizione, così come gli ambiti di provenienza dei professionisti e quelli di intervento.

Il testo a cura di Giorgio Rezzonico e Christine Meier, *Il counselling cognitivo relazionale*, si inserisce nel dibattito proponendo un quadro chiaro ed esaustivo del counselling a orientamento cognitivo relazionale, in cui il counselor è considerato un professionista della relazione.

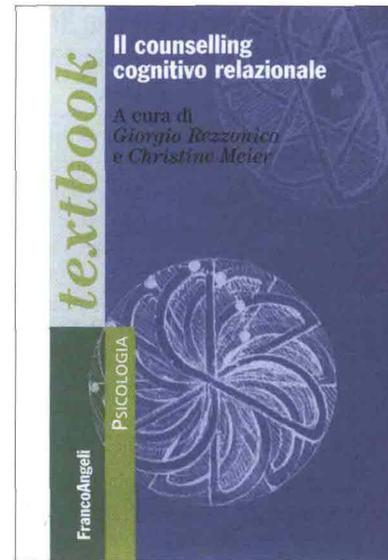
Suddiviso in tre sezioni, il volume presenta in primo luogo le fondamenta del modello teorico del counselling cognitivo relazionale ed evidenzia il ruolo centrale della narrativa personale come strumento di costruzione della propria realtà.

La prospettiva cognitiva relazionale è ben presente nell'attività di counselling: l'accento sulla dimensione di autonomia della persona lo pone come unico protagonista in grado di ricono-

scere e recuperare le proprie risorse per risolvere la situazione critica. Ecco perché il counselling è spesso identificato come un'arte maieutica.

La seconda sezione presenta gli strumenti operativi utilizzati dal counselor. Il counselling cognitivo relazionale utilizza tecniche provenienti dall'area cognitiva costruttivista, oltre che di matrice sistemica – ad esempio domande circolari, legate al conversazionalismo, di derivazione cognitivo comportamentale – come tecniche di negoziazione, problem solving, time management, Abc e ristrutturazione cognitiva.

I metodi e le tecniche impiegati provengono dunque da diversi orientamenti teorici ma ciò che conta maggiormente è la relazione tra il counselor e la persona: compito del counselor è innanzitutto ascoltare e comprendere la persona affinché possa attingere le risorse necessarie per individuare una soluzione possibile alla situazione. La tecnica di approccio alla persona mira a far emergere le risorse a disposizione dell'individuo per fronteggiare le difficoltà vissute in un momento di crisi. Durante l'intervento di counselling il

**TEORIE**

soggetto rimane attivo nel percorso di cambiamento, giungendo alle sue soluzioni grazie alla guida del counselor.

La terza sezione presenta i diversi contesti in cui opera il counselling: medico, universitario, scolastico, sportivo, evolutivo, sessuologico, aziendale e online.

**FrancoAngeli**, pp. 343, euro 34,50