

**Aulicino Vincenzo**  
**Dottore Magistrale in Psicologia Applicata, Ipnosi Clinica e PNL**  
**Traversa via Fontevole, 1/C - 06024 Gubbio (Pg)**  
**Tel (075) – 9276066**

Gubbio anno scolastico 1995/96

## ***Considerazioni generali***

La relazione d'aiuto e di ascolto attivo è una metodica della psicologia di Carl Rogers, psicologo statunitense ideatore, negli anni 60, della terapia non direttiva o terapia centrata sul cliente. \* Egli pensava gli esseri umani che, come tutti gli altri organismi, fossero guidati da una tendenza innata a salvaguardarsi e ad accrescersi per maturare e ad arricchire la propria vita.

Secondo Rogers, in ogni persona sono presenti le capacità di comprendere se stessi e di cambiare in modo costruttivo.

La psicoterapia promuove tali capacità e consente di esprimerle, con l'aiuto di un terapeuta, che deve avere delle qualità particolari. Rogers ha, infatti, attribuito maggiore importanza alle caratteristiche personali del terapeuta piuttosto che alle sue capacità e alla sua formazione tecnica. Caratteristica più importante è sapere ascoltare con attenzione e sensibilità quanto il cliente dice e prova; il terapeuta deve mantenere un atteggiamento incondizionatamente positivo verso il cliente, senza per questo essere falso.

C. Rogers ha descritto il processo terapeutico come la possibilità da parte del cliente di fare propri gli atteggiamenti del terapeuta. Dal momento che il terapeuta ascolta, il paziente impara ad ascoltare anche i pensieri e i sentimenti che più lo spaventano, cosa che rende possibile la crescita e il cambiamento.

La maggior parte dei corsi di ascolto, sono stati studiati secondo modalità didattiche allo scopo di addestrare personale professionale, (psicologi ed operatori sociali), che decide di occuparsi in modo particolare di soggetti svantaggiati sotto l'aspetto psicologico e sociale.

La richiesta che mi venne fatta (nel corso di una discussione di lavoro) da parte del direttore del liceo Psicopedagogico di Gubbio Prof. Cesarini, di "studiare un programma" per la formazione di

---

\* Carl Rogers : Psicoterapia di consultazione. Edizioni astrolabio

alcune figure operative, di tutors, tra gli adolescenti (almeno uno per ogni classe). Allo scopo di mettere in atto, all'interno del gruppo classe, un processo di attenzione attiva, capace di attualizzare e innescare un recupero dei soggetti marginali. Formando a una coesione di gruppo e di interesse reciproco tra i ragazzi, senza preconcetti. L'idea m'ha stimolato ad approfondire l'argomento. Un primo pensiero è stato: "la formazione di un "operatore" adolescente sarebbe stata un'esperienza innovativa ed avrebbe messo in moto una relazione d'aiuto, che nel tempo avrebbe dato vita ad un gruppo di auto-aiuto competente nell'interno del gruppo classe".

L'anno scolastico era quasi terminato, eravamo oltre la metà del mese di Maggio, si sa che in questo periodo è difficile essere seguiti dai ragazzi; comunque tentammo lo stesso; ad ogni partecipante veniva rilasciato un attestato di partecipazione, utile nel curricula formativo.

Presi atto del tutto, mi misi al lavoro. Sviluppai un programma di sei ore di formazione da eseguirsi in tre giorni, a gruppi di dieci persone. Nonostante l'estate incalzante, aderirono venti persone delle terze e seconde classi (per loro l'anno scolastico era già terminato).

Era certamente una cosa nuova, fuori dalla routine tradizionale degli studi, comunque in quelle tre giornate notai che l'interesse e la partecipazione degli studenti furono ampie. Ogni argomento del corso ha richiesto un tempo maggiore di esposizione per rispondere a tutte le domande e le curiosità dei ragazzi.

Per cercare di soddisfare le esigenze scolastiche, il mio pensiero si indirizzò sullo studio di un corso di "comunicazione e ascolto" e mentre sviluppavo un metodo valido ed "efficace" per l'insegnamento di questo breve corso di formazione per adolescenti nelle scuole, ho sovente pensato, che era un'ottima occasione per comprendere la reazione dei giovani di fronte a questi argomenti. Ho sempre pensato che è giusto e necessario uscire dalla cerchia dell'operatore specializzato. Nella società moderna vi è la tendenza a formare figure super professionali per ogni ruolo.

E' giusto! ed è doveroso studiare un modo che sia utile per tutti. Tutti hanno diritto di apprendere e interiorizzare "metodi e tecniche" atte ad elevare il livello di competenza del vivere. Penso che la vera emancipazione dell'uomo e della società tutta, possa realmente raggiungersi se ognuno di noi si appropria della conoscenza e della esperienza di altri; sono pienamente convinto che chiunque, ha diritto di conoscere e apprendere sistemi e metodi che possono emancipare l'individualità e la socialità dell'essere umano.

In quest'ottica la psicologia dell'educazione diventa realmente un valido aiuto, e la scuola si "appropria" del suo vero ruolo formatrice.

Viviamo nell'era delle specializzazioni, della parcellizzazione dell'individuo sia come corpo che come psiche; l'essere umano non ha più basi d'appoggio, la sua identità è costruita dai mass-media, da un allineamento forzato dell'individuo alla massa totale, un sistema paradossale che crea stati di disagio e poi forma professionisti per il superamento dello stesso.

Lo scopo di questo corso è quello di dare ai giovani, uno strumento concreto perché apprendano a relazionarsi con l'altro partendo dalla conoscenza di sé, dalla loro capacità d'essere umili e di partecipare al sentire dell'altro, dei suoi sentimenti e turbamenti senza preconcetti o falsi dogmi; Mettere in atto una relazione d'ascolto-aiuto, non ha niente a che vedere col l'invadere il campo altrui e la sua intimità.

E' una intimità essenziale per rapportarsi all'altro, per crescere insieme e dare un senso diverso alla propria e altrui vita, sentirsi vivere come soggetti attivi in grado di costruirsi un futuroificante. Non è più possibile delegare tutto ai professionisti erigendoli come custodi del sistema o unici addetti alla gestione della relazione umana e dei suoi disagi, c'è in questo disegno, il rischio di "psicologizzare" negativamente ogni fattore umano.

Ho sempre sostenuto che l'input formativo efficace e motivante, deve avere luogo nel momento di maggiore ricettività e curiosità dell'essere umano; cioè, quando per la sua stessa natura evolutiva, egli è all'apice della ricerca del senso della vita, di un'ampia creatività e disponibilità umana. Questo momento è l'adolescenza, è il periodo dei tormenti ma anche di grandi risorse e possibilità di ristrutturazione umana. Il pensiero produttivo di questa età, se sostenuto con programmi psicopedagogici, è il trampolino per un futuro nuovo.

### **Ma, cosa vuol dire comunicare?**

Può sembrare certamente una domanda insensata, nell'era della comunicazione globale! Oggi tutti parlano! Si chiacchiera con ampie disertazioni su tutto e di tutto, tutti usano il telefono, il fax; il computer e internet stanno soppiantando i mass-media tra le giovani generazioni. Eppure nonostante tutto questo "rumore", la solitudine dell'individuo, l'insicurezza psicologica dei giovani, il disagio in genere, sembra essere in aumento. Probabilmente tutto ciò, non è sufficiente, forse è l'ennesimo abbaglio di una società autopoietica in cui l'uomo è l'oggetto del suo desiderio, la linfa vitale di una struttura che guarda solo all'auto-riproduzione e all'auto-conservazione. In un siffatto sistema non possono esistere soggetti liberi; ciò contrasta con il sistema e mette in crisi la sua stabilità.

Dall'aver, all'essere come dice Fromm,\* ma per riprendere la via dell'essere, dobbiamo diventare i "protagonisti" "consapevoli" delle nostre azioni e del nostro comunicare.

La comunicazione è lo strumento principe che ci rapporta al mondo. Comunicare non vuol dire, dire solo parole sensate, l'uomo s'esprime in svariati modi: la mimica, la postura del corpo, la gestualità, il vestito, la posizione spaziale che assume di fronte all'interlocutore, il silenzio. L'uomo comunica tramite i suoi pori, i suoi occhi, il suo respiro; possiamo affermare! che il corpo è comunicazione. Sentimento o avversione, amore o odio, simpatia o antipatia ecc... sono spesso sentimenti di cui abbiamo solo una coscienza intuitivo istintuale, sono il frutto di stereotipie e generalizzazioni pseudo culturali, che confondiamo spesso come "alte elaborazioni della nostra cultura e della mente razionale".

Comunicare vuol dire comprendere l'altro, sentirlo come un corpo unico, con una sua identità, una personalità che dice, ci sono anch'io in questo mondo!

Non ha alcun senso comunicare se non si ascolta;

l'ascolto è l'altra faccia della medaglia, la parte in cui non si eccelle, in cui non possiamo sfoggiare il nostro narcisismo e mettere in atto il nostro istinto invasivo, intrusivo.

Ascoltare è un'arte, l'arte della sapienza, dell'intelligenza, dell'umiltà. Nell'ascolto vero, l'altro trova il suo giusto ritmo per liberarsi ed esprimere con il suo "proprio" linguaggio ciò che prova, innescando un processo di cambiamento, di catarsi, di auto-aiuto.

Comunicare e ascoltare ci eleva a soggetti capaci di interpretare il mondo.

In questo corso ci si pone i seguenti obiettivi:

a) insegnare l'arte della mediazione tra gli studenti e tra questi e il corpo insegnante;

Nonostante la sua struttura elefantica, conservatrice accanita di se stessa, la scuola sta cambiando il suo volto, una lenta e sofferta ristrutturazione che richiede un'ampia democratizzazione e partecipazione collettiva, un ripensamento dei ruoli di "emittente e ricevente".

In questa nuova concezione del sistema educativo, si ritiene importante un'ampia partecipazione attiva nelle scelte didattiche tra allievi, insegnanti e società, sono molti gli argomenti che possono interessare tutti e rientrare nel processo formativo.

b) Sviluppo dell'empatia. Secondo il dizionario\*..... *"l'empatia è un fenomeno in cui una persona comprende in modo immediato gli stati d'animo dell'altro ma senza particolare partecipazione emotiva"*.

---

\* Erich Fromm: Essere o avere. Edizioni Astrolabio

\* DISC –Compct Dizionario Italiano Sabatini Coletti- Giunti Multimedia

La non partecipazione “emotiva” non ha nulla a che fare con l’indifferenza! il distacco emotivo è lo strumento che ci aiuta a fare considerazioni razionali sulla metodologia del comunicare dell’altro, aiutandolo a ricercare quei “sintagmi nominali”, (molto spesso mancanti) chiarendo a lui stesso il suo pensiero e l’origine del suo disagio, ciò non per creare capri espiatori, su cui scaricare le colpe ma, per la ricerca di risorse nascoste dentro di sé, perché si possa mettere in atto un vero processo di ristrutturazione della propria personalità e competenza umana.

c) L’assertività è quella capacità di sostenere la propria individualità, affermare le proprie idee nel rispetto della libertà del pensiero altrui, senza prevaricare sugli altri. La massa non è sempre necessariamente nel giusto, è un falso dogma! Del quale dobbiamo prendere coscienza.

c) Negoziazione. Negoziare e mediare sono sinonimi che assumono caratteristiche diverse a seconda dei contesti.

Il seguente corso è certamente un primo approccio di formazione, anche se non esaustivo, credo, è lo spero! spero che l’apprendimento e la conoscenza di certe metodiche non diventino una pura ginnastica intellettuale ma, siano applicate in modo pratico e motivino ulteriori approfondimenti negli allievi.

Grazie per l’attenzione

Dott. Psicologo Aulicino Vincenzo

## **Corso di formazione Teorico pratico d'educazione all'ascolto e relazione d'aiuto**

Il corso d'ascolto e relazione d'aiuto si propone di dare un primo input per la formazione di tutor scolastico di classe, disponibile alla mediazione intra ed inter gruppo.

Ascolto e osservazione delle problematiche correlate alla dinamica di gruppo nella classe.

Svolgere un'attiva mediazione per l'integrazione nel gruppo classe dei soggetti "marginali".

E' strumento importante di comunicazione inter-relazionale tra la classe e il corpo docente, per una migliore partecipazione congiunta alla formazione didattico/educativa.

Questo training di gruppo si propone l'obiettivo di una breve formazione psicologico comunicativa atta a sollecitare un processo motivazionale, negli studenti partecipanti, alla relazione d'ascolto- osservazione e mediazione, per la impostazione di una valida relazione d'aiuto.

Il tutor è una figura valida che ha la funzione di mediazione e riformulazione dei conflitti, egli pertanto deve essere addestrato all'educazione all'ascolto attivo e alla solidarietà con i coetanei adolescenti nell'ambito scolastico.

### **Obiettivi dell'apprendimento strutturato**

- 1) Abilitazione alla mediazione tra gli studenti, e tra questi ed il corpo insegnante.
- 2) Partecipazione attiva alle scelte didattiche.
- 3) Sviluppo dell'empatia.
- 4) Assertività.
- 5) Negoziazione.

### **Programma del corso**

- a) Ambiente e sviluppo della personalità:  
la famiglia e la sua rete relazionale;  
la scuola;  
la società.
- b) Identità ed autoefficacia percepita.
- c) Creatività ed elasticità mentale.
- d) Mappe mentali e territorio.
- e) La comunicazione umana:  
visiva;  
auditiva;  
cenestesica;  
comunicazione non verbale;
- f) Relazione d'aiuto e sviluppo dell'autonomia.
- g) L'arte di ascoltare, uno strumento di crescita e d'aiuto.
- h) L'empatia: l'intimità con l'altro.
- i) Assertività: competenza e servizio.

j) Ascoltare il silenzio: il silenzio come comunicazione.

Ogni sezione, corrispondente a due ore è così strutturata:

- 1) Lezione sull'argomento del giorno.
- 2) Discussione di gruppo sulla lezione.
- 3) Esercizio pratico.

Questo programma è stato studiato e adattato per gli studenti delle scuole medie superiori di ogni ordine

Il training teorico pratico formativo di educazione all'ascolto e relazione d'aiuto ha una durata di 6,00 ore ( 2 ore per 3 giorni)

**Dr. Aulicino Vincenzo**

### **Bibliografia di riferimento**

- 1) Watslawick P. Pragmatica della comunicazione umana -Ed. Astrolabio Roma 1974
- 2) Weakland J. H. Fischer -Change- Ed. Astrolabio -Roma 1971
- 3) Caprara G.V. -Psicologia della personalità -Ed. "Il mulino" 1994
- 4) Bateson G.-Verso una ecologia della mente-Ed Adelphi Milano 1976.
- 5) Luciano Cian -La relazione d'aiuto- Editrice Elle Di Ci
- 6) Donald Meichenbaum -Al- termine dello stress- Edizioni Erickson
- 6) A.P. Goldstein Stop all'aggressività Edizioni Erickson
- 7) R. Mucchielli – Apprendere il counseling – Edizioni Erickson
- 8) R. Carkhuff – L'arte di aiutare- Edizioni Erickson