



**C.I.P.A.**

**Scuola di Counseling Integrato**

per la

**professione d'Aiuto**

***ad Approccio Relazionale***

**Anno Accademico 2025**

**VERBALE** giugno 2025

**ALLIEVI VERBALIZZANTI:** Annunziata Sommese - Laura Signani

***Data*** 6 - 7 Giugno 2025

***Docenti:*** Stefano Masci - Vincenzo Aucone

***Argomenti:*** L'attaccamento nel counseling

Training con il III anno

Triade – 5

Il counseling nelle relazioni sociali

***Allievi presenti:*** Lucia Conti, Nunzia Sommese, Mariateresa Ferroni, Maria Cristina Vacca, Laura Signani, Francesca Gualdi, Francesca Porpora, Valentina Pachioli, Gaetano Ciliento



VENERDI' POMERIGGIO

## 1) Descrizione del setting

La lezione sull'attaccamento, tenuta dal docente Stefano Masci, si è svolta frontalmente in posizione d'aula, con il supporto di una ricca ed esaustiva presentazione di slide (immagini e video).

Presenti entrambe le tutor.

## 2) Riassunto della lezione

Dopo i saluti iniziali, il docente introduce alcuni punti fondamentali che fungono da sfondo e da cornice a tutta la lezione:

- Propone una rapida panoramica sulla teoria dell'attaccamento, formulata per la prima volta da John Bowlby, successivamente approfondita dalla sua collaboratrice Mary Ainsworth con la creazione della *Strange Situation* e, in tempi più recenti, ripresa e sviluppata anche nell'ambito delle neuroscienze.
- Prosegue definendo il sistema di attaccamento un insieme di risposte automatiche che attivano il sistema simpatico o parasimpatico, quindi un processo che va al di là della nostra consapevolezza e del nostro volere.
- Sottolinea quanto, all'interno del setting, il counselor rappresenti per il cliente l'attaccamento di cui egli ha fatto esperienza.  
Il counselor opera la stessa funzione del genitore che regola le emozioni.  
Il setting, dunque, rappresenta la base sicura.
- Definisce l'obiettivo dell'attaccamento come il raggiungimento dell'omeostasi tra quello che il bambino sente e il pericolo che avverte intorno a sé.
- Porta l'attenzione sull'evoluzione della TDA come teoria bio-comportamentale in quanto il bambino è naturalmente spinto a cercare la vicinanza delle figure di riferimento in situazioni di stress o pericolo.



Viene definita anche “teoria spaziale”, sia nel senso letterale della distanza fisica, sia nel senso figurato del legame emotivo che si manifesta attraverso la vicinanza e la separazione del bambino dalle figure significative.

Successivamente, vengono trattati i SETTE SISTEMI AFFETTIVI (tra i quali vi è il CARE/Attaccamento), ossia i sette circuiti neuronali che si sono evoluti nel corso di centinaia di migliaia di anni ramificandosi nel tempo anche nella corteccia:

SEEKING (Ricerca/Esplorazione)

FEAR (Paura)

RAGE (Rabbia)

GRIEF (Panico/Lutto)

PLAY (Gioco)

LUST (Desiderio sessuale)

CARE (Cura/Attaccamento)

Per un counselor è importantissimo conoscere questi sistemi, non solo per il lavoro su sé stesso, ma anche per poterli riconoscere nei propri clienti, individuandone i meccanismi di difesa.

Infine, si passa all’approfondimento delle varie tipologie di attaccamento (sicuro, insicuro evitante, insicuro ansioso/ambivalente, insicuro disorganizzato), alle quali corrispondono specifici comportamenti, modelli operativi interni (MOI di Bowlby) e strategie.

La trattazione di questo argomento viene arricchita inserendo anche l’analisi transazionale, testimoniando l’approccio tipicamente multidisciplinare e trasversale/integrato della Scuola.

### 3) **Domande degli allievi ed eventuale dibattito**

- Un'allieva chiede se la dipendenza affettiva derivi dall'attaccamento.



Grazie alla domanda il docente approfondisce le caratteristiche della dipendenza in generale, chiarendo che essa presuppone che la persona non possa fare a meno “dell’oggetto” da cui dipende e senza il quale sta malissimo; che può esservi certamente una correlazione tra stile di attaccamento e dipendenze, ma l'essere umano è così complesso che potrebbe avere avuto anche un attaccamento sicuro e sviluppare, nonostante ciò, qualche dipendenza in età adulta.

- Il docente, non perde occasione, per ribadire comunque quanto la relazione primordiale di un bambino con il suo caregiver sia fondamentale per l'adulto che diventerà.  
La presa d'atto di tale importanza, porta alcune allieve a interrogarsi sul proprio stile genitoriale, soprattutto rispetto a bambini di pochi anni. Il docente le rassicura (il fatto che abbiano dubbi è la prova che stanno facendo un buon lavoro) ribadendo che la relazione può essere migliorata in qualsiasi momento e Cipa, come scuola, offre l'occasione per farlo.
- Gli argomenti trattati stimolano una riflessione su quanto le esperienze fatte in età infantile, siano vissute in maniera soggettiva, indipendentemente dalle intenzioni degli adulti di riferimento. Il docente sottolinea l'aspetto naturalmente egoistico del bambino, totalmente concentrato sulla soddisfazione dei propri bisogni.
- L'esercizio dei ricordi sulla propria madre, porta alcuni studenti a raccontare della propria esperienza infantile e del proprio caregiver individuato in una figura diversa dalla mamma.

Nella parte finale, come consuetudine, il docente chiede un feedback rispetto alla lezione. Dagli interventi di tutti gli allievi, si evince un notevole interesse per questa tematica, affrontata a tratti in maniera particolarmente emozionante. Inoltre, gli stessi auspicano la possibilità di avere altre lezioni sull'attaccamento nell'anno in corso, senza dover aspettare la seconda annualità.

#### **4) Esperienziali**

Durante la lezione, gli studenti hanno fatto una triplice esperienza di riflessione autobiografica:



- Esercizio di memoria emotiva: descrivere la relazione con la propria mamma attraverso i ricordi della figura materna *assente, di fretta, amorevole*
- Compilazione di un test per definire il tipo di attaccamento esperito (sicuro, dipendente, ansioso)
- Compilazione del questionario di attaccamento fra adulti relativamente ai rapporti amorosi

## SABATO MATTINA

### 1) Descrizione del setting

Nella prima parte della mattinata tutti gli allievi del primo anno si ritrovano nell'aula 1A6 per la supervisione con gli allievi del terzo anno.

Sono presenti i docenti Paola Plocco e Stefano Masci.

Come per i due incontri precedenti, davanti alla cattedra, vengono disposte frontalmente due sedie per le sedute di counseling.

Gli allievi del terzo anno si presentano, rendendosi disponibili nel ruolo di counselor.

Dopo essersi presentati a loro volta, gli allievi del primo anno scelgono a turno il counselor di riferimento.

Subito dopo hanno inizio i colloqui, ognuno della durata di 20 minuti.

Al termine, gli studenti del primo anno ritornano nella propria aula dove, con la docente Paola Plocco, ha inizio il feedback relativo ai colloqui appena svolti. (vedi punto 3)

Dopo la pausa, si costituiscono le consuete triadi con lo svolgimento delle simulate. Segue il pranzo.

### 3) Domande degli allievi ed eventuale dibattito



Il dibattito relativo all'esperienza fatta con i colleghi della terza annualità, prende spunto dall'osservazione iniziale di un'allieva:

“Ho trovato interessante il colloquio interrotto” (il riferimento è a una studentessa che, nel ruolo di cliente, chiede di interrompere il colloquio).

La docente stimola la riflessione chiedendo che cosa sia successo in quel caso.

Viene sottolineata l'incongruenza tra linguaggio verbale e non verbale da parte del counselor, con il conseguente disagio della cliente. Seguono una serie di interventi che evidenziano quanto sia importante per il counselor consapevolizzare le proprie risonanze e reazioni emotive all'interno del setting; mostrarsi autentico, anche nelle sue fragilità; continuare a lavorare su se stesso.

Si riflette anche sulla necessità o meno di fare alcune domande che, in certe situazioni, rischiano di portare il proprio vissuto nel setting (l'esempio del caso era: “Abiti da sola? Sei staccata dai tuoi genitori?”).

Si pone l'attenzione sulla necessità di evitare ripetizioni tecnicistiche nella riformulazione, ed espressioni quali: “Cosa posso fare per te?”, che talvolta sono funzionali e fondamentali al contesto e alla situazione ma che, se eccessivamente ripetute, possono indicare una condizione di stallo del counselor, che non sa come procedere.

Anche nel ruolo di clienti, è fondamentale che gli studenti portino il proprio vissuto e i propri disagi qualora emergessero.

La docente sottolinea che, all'interno della scuola, ogni studente ha la responsabilità della propria crescita, sia personale che professionale.

SABATO POMERIGGIO

### **1) Descrizione del setting**

Aula allestita in configurazione standard, con gli allievi liberamente seduti tra i banchi e il docente in piedi accanto alla cattedra. Utilizzo delle slides. Distribuzione di schede per esercizi.

### **2) Riassunto della lezione**

**Psicologia sociale e stadi del cambiamento**



Il Prof. Aucone ha introdotto la lezione evidenziando l'importanza, per il counselor, di avere anche competenze riguardanti la psicologia sociale, che studia la relazione tra l'ambiente esterno e il mondo psichico, e che pure affronta il tema del cambiamento, in quanto una conoscenza psico sociale del contesto del cliente, permette di inquadrare le tematiche individuali in un ambito più ampio, e conseguentemente una possibilità di intervento più efficace.

E' seguita un'esemplificazione sul tema del cambiamento: in ambito aziendale, nel caso di un dipendente che cambia ruolo e gruppo di lavoro, la psicologia sociale analizza il fenomeno da diversi punti di vista: livello soggettivo, livello micro, livello macro.

Si è proceduto con cenni di storia della psicologia sociale, evidenziando due diversi filoni di sviluppo:

A) primato del sociale sull'individuale, con accenno alla figura di Durkheim, la cui ricerca sul suicidio in Europa mette in evidenza che il tasso più alto di suicidi, si verifica nei Paesi nei quali c'è maggiore benessere economico, con i conseguenti fenomeni di declino del senso di appartenenza, di sfaldamento dei rapporti e mancanza di un apparato sociale.

B) primato dell'individuale sul sociale, con breve focus sulle principali figure di riferimento:

Freud, che porta l'inconscio nella dimensione scientifica e studia la nevrosi, che si genera dal conflitto dell'io (parte razionale e consapevole che svolge la funzione di contenimento), con l'Es (inconscio pulsionale) e con il Super io (le istanze sociali, il mondo dei divieti), ed il cui merito è stato mettere in relazione i sintomi della malattia non in termini organici, ma psicologici;

Jung, per il suo concetto di "follia", intesa come luogo in cui abita una popolazione di nostre latenti esistenze non espresse, che se ben gestite dall'io, danno luogo ad una condizione di normalità, e per il valore dato al sogno, sul quale si può lavorare, in quanto vengono meno tutte le regole razionali e lo spazio-tempo, offrendo spunti importanti per la comprensione del sé.

Interessante la differente concezione di nevrosi, per i due studiosi. Secondo Freud si vive un conflitto a causa di un disequilibrio subito nel passato, mentre per Jung la nevrosi deriva soprattutto da possibilità di vita non realizzate, e ciò può costituire un punto di partenza per lavorare sulla conoscenza e realizzazione di sé stessi.



Il docente, a seguire, ha illustrato l'Approccio psico-sociale integrato che nasce in reazione al cognitivismo e comportamentismo (quest'ultimo vede come esponente di spicco Watson) e si avvale di diversi modelli e strategie di counseling per agevolare il cambiamento, tra cui il modello Trans-teorico.

Questo modello vede il cambiamento come un processo costituito da 6 stadi:

1. pre-contemplazione
2. contemplazione
3. determinazione
4. azione
5. mantenimento
6. ricaduta/uscita

Altri modelli utilizzati, come il rogersiano, risultano validi trasversalmente e sono maggiormente usati nel momento iniziale. Altri, come il gestaltico, sono più efficaci negli stadi centrali.

Successivamente è stata distribuita una scheda per un esercizio relativo agli stadi del cambiamento, nella quale è stato richiesto agli allievi, rispetto a quanto sopra, di descrivere uno stato personale di difficoltà e in quale dei 6 stadi ci si trovasse.

Infine si è parlato di counseling motivazionale, fondamentale per il counseling di orientamento, che mira ad aumentare la motivazione al cambiamento attraverso l'esplorazione e la risoluzione dell'ambivalenza. Domanda chiave: "Per che cosa è motivata questa persona?" e sono state illustrate le 4 tipologie di conflitto: (approccio approccio; evitamento evitamento; approccio evitamento; approccio evitamento doppio).

Rilevanti i concetti di frattura interiore, costituita dalla divergenza tra lo stato presente e lo stato desiderato, sulla quale è delicato lavorare, in quanto si rischia di far alzare le resistenze, e di ambivalenza, che si intensifica con l'accrescersi della frattura interiore, e può risolversi in direzione del cambiamento.

In relazione all'argomento, sono state infine distribuite altre due schede esercizio: la *bilancia decisionale* nella quale, rispetto ad un proprio disagio, veniva richiesto di indicare costi e benefici derivanti dal mantenimento del comportamento consueto;



il *regolo della fiducia/importanza*, dove indicare il livello di importanza relativo a un cambiamento di un proprio comportamento rispetto a una difficoltà, e il livello di fiducia sull'essere in grado di farlo.

### **3) Domande degli allievi ed eventuale dibattito**

Relativamente alla lezione del Prof. Masci di venerdì sulla teoria dell'attaccamento nel counseling, alla richiesta di alcuni allievi della motivazione della scelta di svolgere il secondo modulo al secondo anno, è stato chiarito che quella lezione sarà più specifica e necessiterà di competenze più avanzate.