



Associazione Italiana per lo Studio della
Terapia del Dolore e dell'Ipnosi Clinica

*Corso di formazione in counseling interpersonale
nella relazione d'aiuto a disabili e pazienti oncologici*

Elaborato finale

**Indagine sul significato
della cura nel counseling**

Dott. Johann Roland Kleinbub

2009

**johann.kleinbub@gmail.com
Cell: 3495986373**

Introduzione

Da un punto di vista prettamente linguistico la parola “cura” ricopre due distinti campi semantici: il primo, forse più immediato, è quello di cura come terapia. L’attuale paradigma medico intende la cura come quell’operazione altamente tecnica che segue l’insorgenza di un qualsivoglia sintomo negativo ed è mirata alla sua eliminazione. Si tratta di una cura a posteriori, connotata negativamente, perché inevitabilmente associata ad un male. Solo a patologia assodata la cura viene ad assumere un aspetto salvifico, sia essa un farmaco o un modello comportamentale più adattivo.

Nel linguaggio ordinario il termine cura assume però anche un’altra accezione, nelle espressioni “avere cura di”, ed esprime un concetto di una portata estremamente maggiore. È ormai una conoscenza condivisa che l’essere umano sia un costrutto sociale, definito da modelli culturali in tutti i suoi livelli che spaziano da micro a macro. Questa caratterizzazione culturale che comincia addirittura prima della nascita e accompagna l’uomo attraverso tutte le fasi della sua vita, viene di fatto operata da persone e istituzioni (e come vedremo anche da sé stesso) che nel bene e nel male hanno Cura di lui.

Questo «modo della relazione interumana nel senso dell’interessamento sollecito e costante, della prossimità pre-occupata» (Conte 2006, p. 108) è il tipo di Cura più interessante, poiché si occupa della crescita e del potenziamento del soggetto della cura, non solo di ristabilire un precedente equilibrio.

In questi termini la giovane figura professionale del counselor, multiforme e ancora alla ricerca di una identità forte, ritrova ai suoi minimi termini, intersecando gli insiemi delle diverse scuole di pensiero, un atteggiamento comune e determinati principi di base che coincidono precisamente con la Cura studiata sin dall’antichità dai filosofi e dai pedagogisti.

L’obiettivo di questo lavoro è dunque innanzitutto di pervenire ad una agile visione d’insieme del significato della Cura e di evidenziare poi come questa Cura sia l’antica e forte base epistemologica dell’intervento di *counseling*.

Fenomenologia della Cura

Heidegger (1976), tra gli autori moderni che si sono dedicati a questo argomento, è senz'altro colui che meglio è riuscito a descrivere e riassumere l'importanza e la natura della *Sorge*, come la chiama lui, al punto da descriverla come la stessa base ontologica dell'esserci (*dasein*), ovvero il nucleo stesso della sua filosofia. La definisce con un distillato filosofico-poetico tipico del suo stile: «avanti a sé, esser già dentro (al mondo), in quanto esser presso (l'ente che si incontra dentro al mondo)»

Il significato di questa espressione criptica si dispiega nella temporalità dell'esperienza umana concentrando in una ardita sintesi molti tra i concetti costituenti la Cura e la natura stessa dell'uomo.

L'uomo è avanti-a-sé in quanto ente in potenza. In termini psicologici vi è un Io che precede il Sé, una energia e una facoltà che permette a quel Sé di divenire. Ritornando all'unicum psichico l'uomo è in continua auto-trasformazione, sempre un passo davanti a sé stesso, egli può dirigere il suo poter essere.

Benché costantemente proiettato verso il futuro possibile, l'uomo è tuttavia immerso (esser-già-dentro) in un mondo dato, presente, un hic et nunc ineludibile, che è baricentro del nostro esserci ma per certo non lo esaurisce.

Infine ciascuna persona può essere solo in quanto esser-presso all'altro, e qui si realizza propriamente la Cura. Il nostro esserci, le capacità di aprire possibilità, di evolvere, di decidere, di donare senso, per realizzarsi necessitano dell'incontro con l'altro.

«Il centro della cura educativa non cade né nel sé né nell'altro ma nella relazione che mantiene e promuove entrambi. [...] La Cura di cui stiamo parlando è proprio l'obiettivo educativo di ogni formazione umana e, nel contempo, ciò che conduce all'obiettivo medesimo.» (Conte 2006, pp. 88-89)

La Cura si delinea quindi sia come la modalità stessa dell'esserci, e quindi come un sé che realizza liberamente le proprie possibilità secondo il suo progetto di crescita, sia come la genuina realizzazione dell'interazione col mondo, dell'esser-presso, permettendo all'altro e inducendo in esso la stessa consapevole libertà. L'educatore deve porsi nei panni di chi lascia essere gli altri nel loro più proprio

poter essere, può favorire in altri termini la fioritura sempre più autonoma della loro unica ed irripetibile persona, solo e soltanto se per primo ha intrapreso il medesimo tragitto potendolo così con-dividere e passare agli altri di cui ha cura aprendoli alla possibilità di esser-liberi per la propria cura, divenendone coscienza educante.

Come già Socrate (Platone, Eutifrone, 13e), Heidegger riconosce la componente tecnica della Cura, e avverte che, sebbene la Cura sia il fondamento ontologico del *dasein*, la tecnica che la realizza non è necessariamente sempre adeguata. Egli descrive quindi i due poli rispettivamente di massima difettività e massima autenticità della *Sorge*: il primo “sostituirsi” è una Cura che solleva gli altri dal rispettivo “aver cura”, deresponsabilizzando, delegittimando, causando sottomissione e impotenza. Il secondo polo invece è “anticipare liberando” e rappresenta la genuina applicazione della Cura che viene così descritta: «Anziché porsi al posto degli altri, li presuppone nel loro poter essere esistentivo, non già per sottrarre loro la Cura ma per inserirli autenticamente in essa in modo tale che essi possano divenire consapevoli e liberi per la propria cura».

Sembra qui di sentire le medesime parole di Carl Rogers: «[...] se una persona si trova in difficoltà, il modo migliore di venirle in aiuto non è quello di dirle esplicitamente cosa fare, quanto piuttosto di aiutarla a comprendere la sua situazione e a gestire il problema prendendo, da sola e pienamente, le responsabilità delle proprie scelte e decisioni.» (Rogers 1951)

Volere, decidere, agire

La BACP, *British Association for Counselling and Psychotherapy*, nel ricercare un minimo comune denominatore tra i diversi approcci e scuole di pensiero del *counseling* giunge a questa definizione:

«Lo scopo fondamentale è l'autonomia del Cliente: che possa fare le sue scelte, prendere le sue decisioni e porle in essere.» (BACP 1990, p.10)

Volere, decidere e agire, le tre colonne portanti del *counseling*, sono allo stesso modo tasselli fondamentali per comprendere la cura e l'uomo che nell'essere avanti a sé, nell'aver una coscienza dinamica e in evoluzione, è in potenza e, parafrasando Sartre, non è libero di cessare di essere in potenza.

A differenza delle società tradizionali, immerse in una dimensione comune del senso, nella modernità 'potenza' significa scelta. «La libertà della scelta crea però l'angoscia di fronte al possibile. [...] E da qui nasce la tendenza a fuggire da sé stessi, evadendo dalla propria libertà e responsabilità e reificandosi, cioè riducen-

dosi ad una cosa tra le altre: è questa la malafede, con cui si costruisce un'immagine fasulla di sé e della propria condizione, e si recita una parte. Questa parte consiste nel mentire a se stessi, ma non si tratta di una menzogna deliberata, dato che il me che viene ingannato fa parte dello stesso io che inganna: si genera così una scissione che crea infelicità. La coscienza incontra l'essere non solo nella realtà massiccia e opaca delle cose, ma anche nell'altro, nell'altra coscienza, e mediante essa le si presenta la speranza di poter evadere dal proprio stato di mancanza. Ma anche l'essenza dell'altro è negazione: esso è "l'io che non è me".» (Fusaro, web) Anche in Heidegger ritroviamo questo concetto nella trattazione del "si", il "così si fa", "così si dice", quel narcotico che imponiamo alla chiamata della nostra coscienza, non più giustificato da un sistema di valori sociali altamente codificati. Nell'abbandonarsi al "si" «il voluto non è più costituito da possibilità nuove e positive; ma ciò che è disponibile viene modificato 'tatticamente' in modo da suscitare l'illusione che succeda veramente qualcosa». Il reale viene inscatolato in strutture euristiche pregiudiziali, escludendo l'impermanente natura in potenza dell'esserci. L'essere in potenza, inteso anche come poter-fare, e quindi nel senso proprio di di "potere", viene escluso dalla propria percezione del mondo, relegato ad altri, costruendo da sé la propria prigione e sofferenza.

L'unica uscita da questa *empasse*, e quindi l'azione della Cura, consiste nel giungere a superare l'angoscia dell'infinitamente possibile ed assumersi la responsabilità della propria potenza; come insegna Blondel, ciò può avvenire solo attraverso l'azione, la quale recide il tessuto indeterministico della coscienza, la *nuance* esperienziale. Se da un lato l'azione discrimina tra le molteplici possibilità del reale, operando una apparente chiusura, dall'altro essa opera una funzione generativa del reale che altrimenti resterebbe solo ipotetico, diventando di fatto un atto di apertura ed evoluzione.

Questo concetto si ritrova nell'etimologia della parola tedesca *Entschlossenheit* (Decisione, intesa come atteggiamento) letteralmente vuol dire "togliere la chiusura"; aprire dunque al movimento, al divenire opposto all'immobilismo dell'indecisione. La Cura opera dunque affinché ciascuno si apra al proprio poter essere libero per le possibilità più proprie, al proprio progetto, a partire dalla lucida consapevolezza e determinazione delle effettive possibilità. «La Cura ha cura che ciascuno decida. E, reversibilmente, la decisione rappresenta l'autentico inverarsi della Cura» (Conte 2006, pp. 46, 47)

Ancora, nella bellissima prosa di Blondel si riconferma il primato dell'azione: solamente attraverso di essa, la sua decisione responsabile, noi possiamo fondare nell'Essere la nostra vita e, con essa, quella dell'intero universo.

«Ha o non ha un significato la vita umana, e l'uomo ha una destinazione? Agisco, ma senza neppur sapere che è azione, senza aver desiderato di vivere, senza conoscere precisamente chi sono, anzi neppure se sono. Questa parvenza d'essere che si agita in me, queste azioni lievi e fugaci di un'ombra, sento dire, recano in sé una responsabilità che pesa per l'eternità e, neppure a prezzo del sangue, posso com-

prare il nulla che non è più per me: sarò dunque condannato alla vita, condannato alla morte, condannato all'eternità! Come e per qual diritto, se non l'ho né saputo né voluto? Metterò in pace la mia coscienza. Se c'è qualcosa da vedere, ho bisogno di vederla. Imparerò forse se questo fantasma che sono a me stesso, con questo universo che porto nel mio sguardo, con la scienza e la sua magia, con lo strano sogno della coscienza, ha sì o no qualche solidità. Scoprirò indubbiamente che si cela nei miei atti, in quell'ultimo fondo dove, senza di me, mio malgrado, subisco l'essere e mi ci aggrappo» (Blondel 1936).

***Counseling* e Cura, una relazione etica.**

Nella prima parte di questa ricerca si è cercato di esporre l'esistenza nel pensiero dell'umanità di una forte riflessione sulla cura degli uomini, e già in alcuni spunti si sono trovate delle analogie di base tra quella cura che inizia dalla maieutica socratica, e il *counseling*, che forse non è altro che il naturale sbocco di quella linea di pensiero.

A differenza della psicoterapia e della psicoanalisi il *counseling* non si occupa della azione volta a ridurre o eliminare una precisa sintomatologia, né di aiutare persone le cui risorse sono state annientate da molteplici cause.

Come la *Sorge*, invece, il *counseling* si occupa di una precisa ricerca di senso attraverso l'analisi dei bisogni e dei desideri, la mobilitazione delle proprie risorse latenti al fine di giungere all'azione, possibilmente di successo, ma ad ogni modo generativa, verso la realtà e verso sé stessi.

Citando Bruscazioni, il *counseling* è mirato a rendere «protagonisti della propria vita», a riappropriarsi del proprio potere personale, definito come il rapporto mentale della Persona verso di sé ed il suo ambiente, e derivante dallo stato di multipossibilità interno (Bruscazioni 2007). Ovvero proprio quella condizione di consapevolezza del proprio essere in potenza, in cui lo scegliere autonomamente il proprio piano di vita è il meccanismo di *empowerment* o *impoteramento* (Gheno 2005).

Il termine ricoeuriano “piano di vita” ci introduce nel sottile discorso sull'etica della Cura, che egli esprime con l'espressione «la prospettiva della ‘vita buona’ con e per l'altro all'interno di istituzioni giuste» (Ricoeur 2002, p. 266).

L'uomo nella sua interezza, al di là della frammentazione delle sue pratiche, agisce nella prospettiva di “una vita buona”, giacché «proprio apprezzando le nostre azioni noi apprezziamo noi stessi come gli autori di quelle azioni» (Ricoeur 2002, p. 272) plasmare il proprio piano di vita nella direzione dei modelli d'eccellenza

relativi alla propria cultura diviene promotore della “stima di sé”.

Un sé forte, sviluppato, presente, d'altro canto è ontologicamente necessario per l'esistenza di un altro da sé. L'incontro con l'altro, l'esser-presso heideggeriano, come abbiamo visto benché necessiti della Cura per realizzarsi, allo stesso tempo è una componente integrante di essa.

Attraverso l'analisi etica Ricoeur riesce a descrivere il delicato equilibrio della Cura, o “sollecitudine” per usare la sua terminologia, tra il sé curante e l'altro paziente (nel *counseling* “cliente”) tracciando le coordinate pratiche dell'agire educativo:

La sollecitudine avviene laddove «la disuguaglianza di potere venga ad essere compensata da un'autentica reciprocità dello scambio. [...] Alla stima di sé, dunque, la sollecitudine aggiunge il momento della *manca*za. [...] Per contraccolpo della sollecitudine sulla stima di sé, il sé percepisce se stesso *come* un altro fra gli altri.» (Ricoeur 2002, p. 289)

Entrare in contatto autentico, in una dimensione di Cura, significa dunque (come peraltro già nell'etica della compassione di Schopenhauer, 1844) stimare l'altro al pari di me stesso, in un atteggiamento non giudicante. Citando ancora il filosofo francese, significa pensare dell'altro che: «Anche tu sei capace di dar inizio a qualcosa nel mondo, di agire per delle ragioni, di gerarchizzare le tue preferenze, di stimare gli scopi della tua azione e, così facendo, di stimare te stesso come io stimo me stesso».

La sollecitudine mette quindi in atto l'educazione, il *counseling*, in quanto reazione attiva, pratica alla prospettiva etica.

Conclusioni

Lontano da una trattazione esauriente e sintetica dell'immenso corpus teorico che i pensatori della storia hanno dedicato alla Cura, spero di essere riuscito a rendere evidente come la professione di *counselor*, nata recentemente sulla base di considerazioni spesso empiriche, evolute dalla riflessione clinica, si possa invece perfettamente calare all'interno di una serissima epistemologia che sin dall'alba della coscienza si è sviluppata alla ricerca del significato dell'essere, dell'interazione e della crescita.

Sul perché la figura del *counselor* abbia preso forma solo nella tarda modernità richiederebbe veramente un saggio a sé stante, ma il problema si può probabilmente inquadrare nell'eclissi dell'esperienza tradizionale (*erfahrung*) fondata su un senso comune dominante, soppiantata da un'esperienza costituita da una continua fusione di vissuti (*erlebnis*), svuotati dal senso nell'infinita rincorsa al nuovo propria del

progresso moderno. (cfr. Jedlowski 2008)

Il senso dell'esperienza moderna, come profetizzato da Nietzsche, deve essere un valore aggiunto che ogni persona costruisce per sé, impugnando il proprio essere in potenza ed individuandosi, costruendo il proprio piano di vita, con e per gli altri, in un atteggiamento di presenza e contatto genuino.

È il *counselor*, formato e allenato a questa sollecitudine, l'unica figura professionale il cui ambito di applicazione sia precisamente la ricerca di questo senso; è quindi prevedibile che l'importanza di questo ruolo sarà sempre maggiore in una società moderna matura, che anela a divenire veramente una società di individui, nel significato più ricco, più evoluto, più umano del termine.

Bibliografia

British Association for Counselling and Psychotherapy, Information sheet, 1990

M. Blondel, *L'azione*, 1936

M. Bruscazioni, *Persona Empowerment*, 2007

M. Conte, *Ad altra cura*, 2006

D. Fusaro, <http://www.filosofico.net/sartre.htm>, link consultato nel 2009

S. Gheno, *L'uso della forza*, 2005

M. Heidegger, *Essere e tempo*, 1976

P. Jedlowski, *Il sapere dell'esperienza*, 2008

Platone, *Eutifrone*

P. Ricoeur, *Sé come un altro*, 2002

C. Rogers, *Client-centered therapy: its current practice, implications, and theory*, 1951

A. Schopenhauer, *Il mondo come volontà e rappresentazione*, 1844