

LA COMUNICAZIONE: ELEMENTO FONDANTE NELLA RELAZIONE D'AIUTO

a cura della Prof.ssa Maria Guglielmini

Se in filosofia esiste qualcosa di simile a un'istruzione, può essere soltanto l'insegnamento a pensare per conto proprio."

Leonard Nelson

Di che cosa stiamo parlando? Quale casalinga? La casalinga tout court? La straniera? L'autoctona? La donna che lavora in casa propria e in casa altrui? La donna impiegata o in carriera che svolge mansioni di casalinga quando si trova a casa sua? La donna in pensione che si trova a svolgere solo il ruolo di casalinga?

In quale modello di famiglia si colloca la casalinga oggi?

- o **la famiglia monoreddito**
- o **la famiglia a doppia carriera**
- o **la famiglia monoparentale**
- o **il pendolarismo familiare**
- o **le famiglie ricostruite o allargate**
- o **le coppie di fatto**
- o **le famiglie miste (componenti di etnie diverse)**
- o **le famiglie di immigrati**
- o **altre realtà**

Quale comunicazione? La comunicazione come processo circolare che orienta le relazioni interpersonali, permettendo lo scambio di informazioni. Tale processo è: interattivo, informativo, trasformativi.

Quale relazione d'aiuto?

Psicopedagogica? Spirituale? Aziendale? Psicologica? Medica? Amicale? Umana? Filosofico-esistenziale?

Per costruire una comunicazione funzionale nella relazione d'aiuto è necessario: essere consapevoli dei propri problemi.

La consulenza filosofica

L'idea che un problema personale sia una patologia o una disfunzione è, in pratica, essa stessa una malattia

La consulenza filosofica è una disciplina di recente origine ma ormai diffusa in molti paesi del mondo. Nasce in Germania nel 1981, per iniziativa di Gerd Achenbach. Assume Socrate e il suo dialogo maieutico come modelli di riferimento per:

fronteggiare:

- dilemmi morali
- conflitti etico-professionali.

riconciare:

- l'esperienza con le credenze
- i conflitti tra ragione ed emozione
- le crisi di significato
- scopi e valori

superare :

- l'ansia dovuta al cambio di un lavoro
- l'incapacità di ottenere i propri obiettivi
- la crisi di mezza età

- le difficoltà relazionali

favorire

- la ricerca di identità personale e di strategie nelle relazioni familiari.

affrontare

- la morte di una persona amata

- la difficoltà a vivere la propria mortalità.

Perché cercare consulenza da un filosofo?

Egli instaura con il consultante una relazione dialogica che mira ad **esplorarne** e chiarirne la *Weltanschauung*, rispettandone però esigenze e priorità.

Il consulente filosofico non ha modelli di "salute" o di "normalità", non lavora sull'inconscio, sulla psiche o sulla biografia della persona che lo consulta: la aiuta, facilitando la comprensione della sua visione della realtà, contribuendo a una riflessione su di essa e a una sua rielaborazione.

Anche la giurisprudenza comincia a dire che *"...Mentre la valutazione del danno biologico di tipo psichico sarà principalmente di pertinenza del medico-legale e/o dello psichiatra forense (ma c'è sicuramente spazio anche per lo psicologo), quella del danno esistenziale non risponde certamente alle competenze di questi professionisti"* (da *"Colloquio in corso"* a cura di Gianni Montesarchio, ed. Franco Angeli).

Quale il confine tra la consulenza filosofica e l'approccio psicoterapeutico nella relazione d'aiuto?

La Consulenza Filosofica è una interazione tra un consulente e un cliente; essa si concentra su un problema specifico e presente, non interviene sul vissuto, è scevra di pre-giudizi, non è un percorso predeterminato, non somministra test né esercizi, non si basa su specifiche procedure, utilizzando un metodo che va oltre il metodo.

La consulenza psicologica è un modo di indagare e venire a capo delle proprie risposte emozionali (sintomo) a un problema: è un buon punto di partenza; la consulenza filosofica è una maniera di **esplorare** e di venire a capo del **problema** stesso: è un buon punto di arrivo. Uno psicologo si concentra sulle emozioni che suscita il problema, un filosofo sul problema.

Il caso di Nella

Nella è una donna sposata e madre di due figli. E' normalmente serena e contenta della sua vita. Ma una sua situazione familiare, anche abbastanza diffusa, la rende inquieta, insoddisfatta e irritata: i suoi due figli, ormai adolescenti, sono disordinati, lasciano tutto fuori posto, non collaborano in casa, a tavola fanno capricci. Il marito le dice di non farci caso, perché tanto "tutti i giovani sono così". Tutto ciò non si coniuga con la visione della vita di Nella: anche se cresciuta in una famiglia senza particolari problemi economici, Nella ha sempre pensato di dover guadagnare da sola il denaro a lei necessario. La madre lavorava, così come il padre, in un'azienda; pertanto, Nella era stata educata a collaborare con i suoi genitori, svolgendo, nel tempo libero dallo studio, i lavori domestici e cucinando se arrivava da scuola prima dei genitori. Conseguito il diploma, aveva cominciato a lavorare come segretaria, continuando a dare il suo contributo in casa. Dopo sposata, decide di avere subito un figlio: così si licenzia, per fare la moglie e la madre. Negli anni che seguono, Nella bada alla sua famiglia, ritenendosi una donna soddisfatta. Cresciuti i figli, Nella sente l'esigenza di occuparsi di qualcosa d'altro, ma questi figli egoisti, così li definisce lei, non le consentono di fare questa scelta; il marito dimostra di non capire questa sua esigenza e tutto il suo mondo sembra incrinarsi. Al primo incontro di consulenza filosofica, Nella espone il suo problema, concludendo di sentirsi una pessima madre e moglie, perché la sua famiglia sembra non bastarle più. Durante la conversazione, il riferimento va ad Aristotele e Confucio, secondo i quali la virtù è frutto di buone abitudini, così come il vizio è frutto di cattive abitudini: il consulente invita Nella a riflettere sulle cattive abitudini, che lei ritiene ci siano nella sua famiglia, come frutto di una pratica che, per un segmento della sua vita, non sono state percepite come tali. Oggi Nella ha bisogno, vuole altro: poiché la virtù è questione di buone abitudini, non la si può apprendere soltanto parlandone, bisogna praticarla. Nella, durante la fase dell'esplorazione alla ricerca di una soluzione

possibile al suo problema, dice che vorrebbe ricominciare a lavorare fuori casa, ma teme di fare del male ai suoi figli che da sempre la conoscono come una madre presente e attenta. Il consulente, parafrasando Nietzsche, dice che *“una goccia di veleno può essere benefica”* e che, pertanto, in un percorso di installazione di un’etica del lavoro nel comportamento dei figli, è necessario che l’inizio di un nuovo lavoro di Nella comporti l’inizio di nuove abitudini (virtù) nei figli e anche nel marito. Nella dice che si sente profondamente in colpa all’idea che i suoi familiari possano soffrire per una sua scelta diversa da quella operata fino ad oggi: il consulente, citando ancora una volta Nietzsche, ricorda che *“Tutto ciò che non mi uccide, senz’altro mi rende più forte”*. L’incontro si conclude. Dopo circa due mesi, Nella chiede un altro incontro e si presenta dal consulente con un largo sorriso: non è riuscita ancora a trovare lavoro, ma intanto ha cominciato a prendersi spazi suoi; a tavola presenta ciò che ha preparato e, se a qualcuno non piace, in frigo c’è sempre qualcosa. Non raccatta più gli indumenti dei figli lasciati nelle stanze, in bagno, dappertutto; lava soltanto ciò che trova nella cesta della biancheria sporca, il resto può restare sporco sine die. In casa la guardano in modo diverso: finalmente la “vedono”. Ancora non ha trovato lavoro, ma le “buone abitudini” sono già in fase di “pratica”.

“Non volere che le cose accadano come tu desideri, ma desidera che avvengano come avvengono, e andrai avanti bene”.
Epitteto

Bibliografia consigliata

LOU MARINOFF

“PLATONE E’ MEGLIO DEL PROZAC”

ED. PIEMME