

L'APPROCCIO CENTRATO SULLA PERSONA:
MODELLO ROGERSIANO E SVILUPPI
(a cura di Alessandra Capaldo)

L'APPROCCIO CENTRATO SULLA PERSONA: **MODELLO ROGERSIANO E SVILUPPI**

(a cura di Alessandra Capaldo)

PSICOLOGIA DELLA SUPERFICIE

Comportamentismo

**Approccio Cognitivo-Comportamentale
comportamento osservabile
come oggetto di studio**

PSICOLOGIA DEL PROFONDO

**Psicopatologia
e suo trattamento**

PSICOLOGIA DELLE VETTE o TERZA FORZA

**Aspetto spirituale dell'esistenza
Approccio Umanistico**

APPROCCIO UMANISTICO

Filosofia esistenzialista (Kierkegaard)

L'uomo non è determinato dalle spinte istintuali e ambientali, né dominato dall'inconscio, ma è animato da forze interiori costruttive e orientate verso la realizzazione della persona.

PRINCIPI DELL'APPROCCIO UMANISTICO

Grande considerazione dell'uomo
e per tutto ciò che è tipicamente
umano; l'immagine dell'uomo è
positiva e ottimistica.

Grande fiducia nella forza creativa
e originale del singolo.

PRINCIPI DELL'APPROCCIO UMANISTICO

Concezione dinamica della persona
che tende all'autodeterminazione,
al progetto e all'ideale di sé.

Principio dell'unità della persona
sotto l'aspetto biologico e psicologico.

Concezione olistica della persona,
vista come un'entità psico-somatica,
unica e inscindibile, frutto di diverse
funzioni in interazione tra loro.

IL CONCETTO DI PERSONA

L'individuo è un'unità psicosomatica,
inteso nella sua totalità.

Focalizzazione sul significato che una
persona dà a tutto ciò che avviene
dentro e fuori di sé.

IL CONCETTO DI PERSONA

Il nostro comportamento non è la risposta ad una realtà oggettiva, ma alla percezione che di quella realtà abbiamo nel *qui e ora*.

Il quadro di riferimento interno della persona o, *campo percettivo*, è l'insieme delle esperienze (sensazioni, percezioni, significati, ricordi, ecc.) disponibili alla coscienza del soggetto in un dato momento.

IL CONCETTO DI PERSONA

Il campo percettivo è la percezione che l'individuo ha di sé e della realtà.

Tale riferimento interno costituisce il modello soggettivo dell'individuo accessibile solo alla persona in causa.

Gli altri possono avvicinarsi ad esso solo se animati da un atteggiamento empatico.

IL CONCETTO DI PERSONA

In base alle esperienze vissute, la realtà viene colta attraverso l'immagine data dalla:

- Percezione che ho di me in relazione a me stesso (percezione intrapsichica).
- Percezione che ho di me in relazione agli altri (percezione interpersonale).

IL CONCETTO DI PERSONA

L'immagine di sé è mutevole,
pur presentando una struttura
organizzata e coerente.

È disponibile alla coscienza,
anche se non è necessariamente
cosciente o pienamente cosciente.

La genesi dell'immagine di sé va ricercata
nelle esperienze che l'individuo fa
durante tutta la sua vita.

IL CONCETTO DI PERSONA

Durante lo sviluppo, essendo la
persona portata
all'autorealizzazione e a
sviluppare le proprie potenzialità,
se si sente apprezzata, compresa e
amata, svilupperà una buona
immagine di sé.

IL CONCETTO DI PERSONA

Se ci sono degli impedimenti
(ad es.: “sei bravo solo se...”),
il bambino vivrà un’incongruenza
tra la sua esperienza ed il suo
bisogno di considerazione
positiva.

IL CONCETTO DI PERSONA

L'inconscio è l'insieme delle esperienze che rimangono sullo "sfondo" a differenza di altre che, invece, sono presenti alla coscienza e svolgono il ruolo di "figura".

FATTORI DINAMICI DI SVILUPPO DELL'INDIVIDUO

Energia organistica

La zona più profonda e misteriosa della personalità, il cui funzionamento è inconscio. Da qui originano i sentimenti, i desideri, le pulsioni e i bisogni, le attitudini, le aspirazioni, le capacità di base di un individuo. Fulcro stabile che dà la sicurezza di rimanere se stessi nonostante le trasformazioni della persona; è la sorgente energetica da cui deriva l'immagine di sé e che orienta il comportamento.

FATTORI DINAMICI DI SVILUPPO DELL'INDIVIDUO

Tendenza attualizzante

Spinta che ogni individuo possiede per sviluppare le proprie potenzialità al fine di conservare e arricchire se stesso.

Essa è intrinseca all'individuo e orienta lo sviluppo verso l'attuazione ottimale delle potenzialità presenti nell'individuo.

FATTORI DINAMICI DI SVILUPPO DELL'INDIVIDUO

Tendenza attualizzante

Fiducia nella persona.

L'uomo ha la capacità di risolvere i problemi e di attuare il proprio progetto di vita, poiché possiede l'energia e il criterio di valutazione sufficienti per sviluppare se stesso.

FATTORI DINAMICI DI SVILUPPO DELL'INDIVIDUO

Tendenza attualizzante

Anche se l'uomo è sottoposto alle pulsioni, agli istinti e alle pressioni esterne, è anche attratto dai valori, dai traguardi e dai significati e ha in sé le risorse per riconoscere queste spinte e per indirizzarsi verso di esse.

La tendenza attualizzante
agisce
come fonte di conoscenza,
come guida all'agire umano.

FATTORI DINAMICI DI SVILUPPO DELL'INDIVIDUO

Valutazione organistica

è il sistema regolatore e di controllo;
orienta l'energia psichica investendola in
comportamenti atti a dirigere la persona verso
una sempre più piena realizzazione di sé.

La ***tendenza attualizzante*** e la
valutazione organistica
promuovono la piena
realizzazione della persona se non
intervengono interferenze o
pressioni da parte dell'ambiente,
quindi, solo se la persona gode
della libertà esperienziale.

La ***libertà esperienziale*** è la possibilità che l'ambiente offre all'individuo di esprimere, a livello di comunicazione verbale e non verbale, il vissuto interiore del momento, senza il timore di essere giudicato e minacciato nell'immagine che ha di sé e che intende conservare.

EVOLUZIONE DEL PENSIERO DI C. ROGERS

Periodo della non direttività

Nasce come reazione ai tipi di terapia dominanti in America negli anni '30.

Rogers voleva elaborare una terapia che fosse essenzialmente scienza e non arte; quindi, caratterizzata da rigore scientifico e da precise indicazioni metodologiche.

EVOLUZIONE DEL PENSIERO DI ROGERS

Periodo della non direttività

Il metodo non direttivo si basa principalmente su:

- ✓ Concezione positiva della persona
- ✓ Utilizzo di tecniche implicanti un atteggiamento di rispetto, di non interferenza e di astensione.

EVOLUZIONE DEL PENSIERO DI ROGERS

Periodo della non direttività

- ✓ La persona possiede un impulso interiore che promuove l'autorealizzazione; per favorirne lo sviluppo, basta eliminare gli ostacoli.
- ✓ La componente affettiva incide più di quella cognitiva.
- ✓ Vale più il presente che il passato.
- ✓ L'esperienza terapeutica è già un'esperienza di sviluppo.

EVOLUZIONE DEL PENSIERO DI ROGERS

Critiche mosse a questo periodo

- ✓ Eccessiva preoccupazione scientifica
 - ✓ Eccessivo tecnicismo
 - ✓ Astensione dal partecipare affettivamente al racconto del cliente (terapeuta più come spettatore benevolo)

EVOLUZIONE DEL PENSIERO DI ROGERS

Terapia centrata sul cliente Periodo fenomenologico

Grande fiducia nelle forze di sviluppo del cliente,
accentuazione sulle attitudini del terapeuta:
capacità di accettare,
di comprendere empaticamente,
di partecipare anche emotivamente e
di creare un clima favorevole
alla crescita interiore.

EVOLUZIONE DEL PENSIERO DI ROGERS

Terapia centrata sul cliente

Periodo fenomenologico

La creazione di un clima adatto allo sviluppo della persona dipende dalle disposizioni interiori del terapeuta più che dalla tecnica.

È più importante la persona del terapeuta che il suo ruolo.

EVOLUZIONE DEL PENSIERO DI ROGERS

Terapia centrata sul cliente

Periodo fenomenologico

Disposizioni di base del terapeuta:

- l'accettazione benevola,
incondizionata,
- la comprensione empatica
comunicata con la riformulazione
semplice e con il riflesso del sentimento.

EVOLUZIONE DEL PENSIERO DI ROGERS

Terapia centrata sul cliente

Periodo fenomenologico

Caratteristica di questo periodo è la partecipazione più personale da parte del terapeuta nella relazione interpersonale e un'attenzione attiva allo stato emotivo del cliente (forte rilievo all'empatia)

EVOLUZIONE DEL PENSIERO DI ROGERS

Terapia centrata sul cliente

Periodo fenomenologico

Il cliente occupa un posto centrale, si sente accettato, sicuro e libero, ma non si sente amato. Il terapeuta è ancora legato alla funzione tecnica, evitando la partecipazione affettiva; in questo modo, la relazione “empatica” diventa individualista, impersonale e inficiata di intellettualismo.

EVOLUZIONE DEL PENSIERO DI ROGERS

Periodo dell'esistenzialismo

Distacco dal tecnicismo.

Focalizzazione sull'elemento
soggettivo della relazione che si rifà
alla filosofia esistenzialista di
Kierkegaard e Buber.

EVOLUZIONE DEL PENSIERO DI ROGERS

Periodo dell'esistenzialismo

Relazione interpersonale piena,
che richiede al terapeuta:
profondo coinvolgimento personale,
congruenza con se stessi o autenticità
esistenziale, presenza attiva empatica
più personale e meno tecnica,
sincero investimento affettivo.

EVOLUZIONE DEL PENSIERO DI ROGERS

Periodo dell'esistenzialismo

L'aspetto importante nella
relazione d'aiuto è
l'“incontro esistenziale”.

EVOLUZIONE DEL PENSIERO DI ROGERS

Periodo dell'esistenzialismo

Il terapeuta è più attivo nella relazione con il cliente.

La terapia più come arte e come espressione della ricchezza umana.

EVOLUZIONE DEL PENSIERO DI ROGERS

Periodo dell'esistenzialismo

Le tecniche sono necessarie alla relazione d'aiuto in quanto permettono al terapeuta di esprimere e comunicare in maniera efficace le proprie disposizioni interiori.

DISPOSIZIONI INTERIORI DEL TERAPEUTA

AUTENTICITÀ

Il terapeuta è realmente se stesso durante il rapporto col suo cliente senza nascondersi dietro a una facciata; egli esprime apertamente i sentimenti e gli atteggiamenti che sono in lui presenti in quel momento.

DISPOSIZIONI INTERIORI DEL TERAPEUTA

AUTENTICITÀ

a livello intrapersonale,
quando il terapeuta ha la libertà e la
capacità di far emergere alla propria
coscienza qualsiasi stato d'animo,
accettandolo come proprio,
realizzando così l'integrazione
tra coscienza ed esperienza.

DISPOSIZIONI INTERIORI DEL TERAPEUTA

AUTENTICITÀ

a livello interpersonale,
quando il terapeuta ha la libertà
di comunicare al cliente il proprio
vissuto interiore, rendendo
congruente l'esperienza alla
comunicazione.

DISPOSIZIONI INTERIORI DEL TERAPEUTA

AUTENTICITÀ

comunicare al cliente un sentimento negativo solo se:

- ✓ Questi sentimenti sono costanti.
- ✓ Il cliente è disposto e capace di accettare questo tipo di comunicazione.
- ✓ Tra cliente e terapeuta si è instaurato un rapporto di fiducia e di sostegno sicuro.

DISPOSIZIONI INTERIORI DEL TERAPEUTA

AUTENTICITÀ

comunicare al cliente un sentimento negativo
solo se:

- ✓ questo sentimento è una sua reazione personale e non la risposta a un tratto della personalità che definisce il cliente (noioso, incapace, ecc.)

DISPOSIZIONI INTERIORI DEL TERAPEUTA

AUTENTICITÀ

«L'essere autentici comporta il difficile compito di essere in contatto con l'esperienza che fluisce momento per momento dentro di noi, modificandosi continuamente e in modo assai complesso ...»

(Rogers)

DISPOSIZIONI INTERIORI DEL TERAPEUTA

AUTENTICITÀ

L'autenticità permette che l'incontro sia leale e connotato dalla fiducia; evita il fenomeno del “*doppio linguaggio*” e cioè l'incongruenza tra verbale e non verbale.

DISPOSIZIONI INTERIORI DEL TERAPEUTA

CONSIDERAZIONE POSITIVA E AFFETTUOSA O ACCETTAZIONE INCONDIZIONATA

L'accettazione della totalità dei dati
esistenziali della persona, in quanto
sistema dinamico di atteggiamenti
e di bisogni.

DISPOSIZIONI INTERIORI DEL TERAPEUTA

CONSIDERAZIONE POSITIVA E AFFETTUOSA O ACCETTAZIONE INCONDIZIONATA

La considerazione positiva e affettuosa,
quando è vissuta con sincerità e
maturità da parte del terapeuta,
porta notevoli vantaggi al cliente.

DISPOSIZIONI INTERIORI DEL TERAPEUTA

CONSIDERAZIONE POSITIVA E AFFETTUOSA O ACCETTAZIONE INCONDIZIONATA

Si sente motivato ad entrare nel suo mondo
interiore per esplorarsi
e conoscersi più in profondità.

Aumenta la stima in se stesso
perché c'è qualcuno che lo apprezza
e lo accetta con amore.

Acquisisce gradualmente una sana
autonomia personale.

DISPOSIZIONI INTERIORI DEL TERAPEUTA

COMPRENSIONE EMPATICA

Processo che permette di entrare nel mondo personale dell'altro senza confondere ciò che appartiene a me e ciò che appartiene all'altro.

Capacità di mettersi nei panni dell'altro e di sperimentare le emozioni altrui negli aspetti qualitativi.

ROBERT CARKHUFF

- ✓ Centralità della persona
- ✓ Appello alle risorse interiori dell'individuo
 - ✓ Fiducia nelle capacità di ripresa
- ✓ Presa di coscienza delle proprie reazioni da parte del cliente è la condizione indispensabile al processo terapeutico

ROBERT CARLHUFF

Critica a quei metodi che non
possono essere sottoposti a
verifiche a livello di efficacia

ROBERT CARKHUFF

Estende la relazione di aiuto dal ristretto ambito terapeutico al campo della promozione dello sviluppo globale della persona e dell'apparato organizzativo e sociale che lo circonda.

ROBERT CARKHUFF

Rende interscambiabili i termini
“terapia” e “counseling”.

Introduce i termini di “helper”,
colui che offre aiuto
e “helpee” colui che lo riceve.

ROBERT CARKHUFF

Nel suo metodo il consulente
segue un ritmo incalzante di
interventi.

Il suo metodo contempla il
modello eclettico.

ROBERT CARKHUFF

Attinge ai principi della teoria
dell'apprendimento come
processo per modificare il
comportamento

ROBERT CARKHUFF

**Passi ritenuti necessari nel processo di
cambiamento per promuovere la
piena libertà dell'uomo**

- ✓ Autoesplorazione
- ✓ Autocomprendione
- ✓ Azione o impegno

ROBERT CARKHUFF

A-ttenzione all'altro : postura, sentimenti, ascolto (per coinvolgere il cliente).

R-ispondere al contenuto, ai sentimenti e al significato (per favorire l'esplorazione; qual è la situazione che il cliente sta vivendo e come si sente rispetto ad essa?)

P-ersonalizzare il significato delle esperienze, i problemi, gli obiettivi (interiorizzare le responsabilità che le persone hanno rispetto alla soluzione dei loro problemi). Facilitare la comprensione e l'assunzione di responsabilità dell'helppee.

I-niziare l'azione (definire gli obiettivi, sviluppare programmi, fissare scadenze e rinforzi, preparare la realizzazione dei passi, per promuovere il cliente dal punto in cui si trova, verso dove desidera o dovrebbe essere).

CONCEZIONE DELL'UOMO

CARKHUFF

L'uomo non è
intrinsecamente né
buono né cattivo.

Carkhuff nega la presenza
di una tendenza
attualizzante innata e
sostiene che l'uomo
realizza se stesso in
proporzione alla
formazione ricevuta.

ROGERS

L'uomo è intrinsecamente
buono, poiché tende alla
realizzazione di sé.

Questo impulso
all'autorealizzazione
opera in modo quasi
automatico, se non trova
ostacoli derivanti o
dall'ambiente o da
alterazioni psichiche.

ROBERT CARKHUFF

Ammette una tendenza verso la realizzazione di sé, ma è un dinamismo che può evolvere verso la realizzazione o verso la distruzione di sé, dipende dall'ambiente.

METODO TERAPEUTICO

CARKHUFF

- ✓ Disposizioni base (variabili di risposta)
- ✓ Interventi di risposta e di iniziativa stimolano attivamente le risorse della persona (variabili di iniziativa)

ROGERS

- ✓ Disposizioni base:
 - Accettazione incondizionata
 - Autenticità
 - Empatia

ROBERT CARKHUFF

Il suo sistema terapeutico è
caratterizzato dalla
preoccupazione di renderlo il
più efficace possibile.

ROBERT CARKHUFF

Le variabili di iniziativa sono
necessarie affinché
la terapia sia efficace.

Con esse egli fa leva sul
dinamismo delle motivazioni.

La motivazione di fondo che
anima l'uomo consiste nel
tendere verso il pieno sviluppo.

LA PERSONA REALIZZATA

CARKHUFF

“Persona totale”
o *The whole Person*
o “con funzionamento
efficace” è il risultato
dello sviluppo
armonico delle
componenti: fisica,
affettiva e intellettuale

ROGERS

“Vita piena” o *Good Life*
✓ Apertura
all’esperienza
✓ Funzionamento
esistenziale
✓ Fiducia
nell’organismo

***«QUEL CHE SONO È
SUFFICIENTE SE SOLO
RIESCO AD ESSERLO»***

C. Rogers

BIBLIOGRAFIA

Ferrucciu S., Trischitta L. (1999), Approccio Umanistico in psicologia, *Integrazione nelle Psicoterapie e nel Counseling*, 5/6, 143-185.

Giordani B. (1988), *Psicoterapia Umanistica*, Cittadella Editrice, Assisi.

Spalletta E., Germano F. (2006), *Microcounseling e Microcoaching*, Sovera, Roma.