

DEFINIZIONE DI COUNSELING

Il **counseling** è una forma di relazione d'aiuto professionale il cui obiettivo è il miglioramento della qualità di vita del cliente, sostenendo quest'ultimo nello sviluppo delle proprie risorse e del proprio potenziale umano, aiutandolo a migliorare la propria capacità di autodeterminazione.

Il **counseling** è finalizzato a creare le condizioni affinché il cliente assuma un atteggiamento attivo e propositivo, utile a riconoscere le proprie esigenze, a prendere decisioni e ad attuare cambiamenti confidando nelle proprie risorse.

Il **counseling** offre uno spazio di ascolto e di riflessione, nel quale esplorare difficoltà relative a processi evolutivi, modalità comunicative, fasi di transizione o stati di crisi, e rinforzare capacità di scelta o di cambiamento. Aiuta a definire obiettivi e ad individuare le possibili alternative per conseguirli.

Il **counseling** considera l'importanza del contesto in cui il cliente è inserito, favorisce la partecipazione sociale e il potenziamento di competenze relazionali che possono prevenire o ridurre motivi di difficoltà o di conflitto interpersonale.

Le azioni del counseling sono individualizzate e attengono al facilitare, all'orientare, al motivare nel "qui e ora" definito dalla particolare fase di vita e dalle concrete circostanze del cliente.

Il **counseling** sviluppa proprie metodologie mutuare da diversi ambiti disciplinari e modelli teorici di riferimento, basate sull'interazione verbale, sostenuta da un'attenzione costante alle componenti non verbali della comunicazione che possono essere esplorate anche attraverso specifiche metodiche.

Il **counseling** si avvale di tecniche basate sull'ascolto attivo e sull'empatia, che consentono di creare una significativa alleanza di lavoro, di comprendere la situazione del cliente dal suo punto di vista, di favorire il riconoscimento, lo sviluppo e l'impiego delle risorse effettivamente presenti.

Il **counseling** può essere erogato in vari ambiti, quali quelli privato, sociale, educativo, sanitario, aziendale.

Il **counseling** si rivolge al singolo, alle famiglie, a gruppi, a organizzazioni e istituzioni.

Definizione dell'attività di Counseling a cura del Comitato Scientifico ASCo approvata il 12 Giugno 2017