

Il Counseling Olistico come approccio educativo assistito

Maggiore è la chiarezza mentale che un individuo acquisisce, maggiore è la sua capacità di plasmare in maniera creativa gli eventi della vita, e di conseguenza, più adeguato diventa il suo potenziale di libertà. [...] Il counselor aiuterà il cliente a trovare e a utilizzare le sue risorse di libertà, cioè assisterà il suo cliente nella ricerca del suo vero sé e lo sosterrà a trovare il coraggio di essere quel Sé. (Rollo May).

Il **Counselor Olistico** è un libero professionista ai sensi della Legge 4 del 14 gennaio 2013. **Si occupa in termini tecnici di “relazione di aiuto” ed è “un allenatore personale di talenti e risorse”**, cercando di stimolare in modo naturale la chiarezza e la consapevolezza che ognuno di noi può trovare dentro di sé, **attraverso l'utilizzo di metodologie olistiche e bio-naturali**. Lavora individualmente o attraverso la creazione di gruppi tematici, si occupa anche di formazione in qualsiasi ambito relazionale legato alle risorse umane, al benessere psicofisico integrale e alla crescita personale e spirituale. Può operare nelle aziende e in contesti educativi e pedagogici o culturali e ricreativi ma **NON** ha competenze mediche o genericamente cliniche, per cui la sua attività non può sovrapporsi né sostituire quella del medico o dello psicologo o del fisioterapista. Con la sua attività fatta di dialogo, rispecchiamento, empatia, creatività e strumenti interdisciplinari, il Counselor Olistico si occupa di Benessere e fornisce al Cliente una serie di input cognitivi, auto-osservativi ed esperienziali, **utili ad attivare il naturale processo di autoconsapevolezza e la crescita evolutiva personale**.

Il Paradigma Olistico, è una particolare visione dell'essere umano e della società, in cui tutto è **considerato organicamente interconnesso**. Olistico (da Olos = Intero) è infatti un modo di concepire la realtà, in senso integrale, intendendo l'essere umano come dotato di un corpo e una mente inscindibili, di coscienza ed energia vitale e della necessità di interagire costantemente con l' ambiente in modo EFFICACE, ADATTIVO E FUNZIONALE.

Il benessere globale è allora raggiungibile mediante un APPROCCIO EDUCATIVO ASSISTITO, verso una sempre maggior comprensione ed integrazione di sé. Il counselor Olistico tende ad orientare, sostenere e sviluppare le potenzialità del cliente (da dove vengo, dove vado e cosa voglio), **promuovendo atteggiamenti proattivi, propositivi e costruttivi e stimolando le capacità di scelta e di autonomia**.

Con queste premesse, le difficoltà non sono più vissute in modo oppositivo ed eventuali manifestazioni metacorporee e dimensioni riconosciute come psicosomatiche dal cliente, sono considerate segnali da comprendere e portare alla luce della consapevolezza, per essere accolte, quali messaggi per ritrovare la direzione della propria crescita ed evoluzione personale.

Nell'ambito di una consulenza che vuole essere breve e strategica, utilizzo il dialogo e la tecnica dell'intervista, solo come cornice relazionale per introdurre col cliente **strumenti olistici, che recuperano varie tradizioni**, come le tecniche meditative (innumerevoli) e immaginative di derivazione orientale e psicosintetica, il massaggio olistico e sonoro con strumenti vibrazionali, il disegno e lo scarabocchio, la maschera, il tamburo sciamanico, l'Ajurveda (intesa come Scienza della Vita e come Psicologia tradizionale indovedica), le discipline psicofisiche della cultura orientale e sciamanica e le metodologie interdisciplinari del Pensiero Integrato riferibili alle Scienze del Benessere, come l'arte espressiva, la musicoterapia, l'arteducativa psicosintetica e l'arteterapia olistica, la mindfulness, le terapie vibrazionali e bioenergetiche del Reiki, la pnl, il decluttering, la psicologia positiva di Louise Hay, i concetti della Filosofia Perenne, la pedagogia spirituale di Matthew Fox, l'Astrologia evolutiva, la psicocartomanzia proiettiva di Jodorowky, la danza espressiva, la trance dance...

Tale approccio interdisciplinare, comprende materie quali: la teoria evuzionistica e le sue implicazioni etologiche, filosofiche e sociali, l'etologia, la biologia, le neuroscienze, gli studi di Dawkins, la sociobiologia di Wilson, la genetica molecolare, la sociologia, l'antropologia, la fisica quantistica, la dimensione euristico-interpretativa di Gadamer, la psicoenergetica, la filosofia transpersonale di Ken Wilber, la Psicologia Positiva di Seligman e via dicendo. Si sottolinea quindi che la Psicologia non è la disciplina di riferimento.

È per me importante capire e prendere a cuore la **dimensione integrale della vita del cliente**, utilizzando approcci e metodi olistici che garantiscono vie di qualità della vita e –in una parola- **una positiva ricerca della felicità. Ancora, le metodologie del benessere integrale aiuteranno il cliente "a trovare dentro di sé (!) e utilizzare le sue risorse di libertà"**.

Quindi, è mio compito assistere il cliente nella ricerca della propria autenticità e verità e sostenerlo nel trovare il coraggio e il miglior modo di esprimersi nel mondo. Ovvero, aiutarlo ad attuare le strategie di coping più adatte ad essere quella particolare e unica individualità.