

# relazione di AIUTO

## AIUTO: relazione di

Si parla di relazione di a. ogni qualvolta si verifica un incontro tra due persone una delle quali è in condizioni di difficoltà e l'altra è in possesso delle competenze e degli strumenti necessari per agevolarne il superamento. In tal senso, la relazione di a. può essere definita come un processo dinamico nel quale una persona è assistita per operare un adattamento personale ad una situazione nei confronti della quale non è ancora riuscita ad adattarsi. Aiutare, infatti, deriva dal lat. *adiuvare* (*ad* + *iuvare*) ossia arrecare giovamento.

1. La situazione di difficoltà può essere di diversa natura: fisica, psicoemotiva, sociale, comportamentale, ed è sperimentata da chi ne è portatore come una condizione non soddisfacente, che incide sulla qualità della sua vita e dei suoi rapporti con l'ambiente. Colui che aiuta ha il compito di comprendere il problema nei termini in cui si pone per quel particolare individuo in quella particolare situazione, per poi aiutare l'individuo stesso ad evolvere personalmente nel senso di un miglior adattamento personale e sociale. Possiamo avere relazioni di a. di tipo informale (relazioni amicali, familiari, di vicinato) e relazioni di a. di tipo formale-professionale (relazioni insegnante-allievo; medico - paziente; sacerdote - fedele, ecc.). L'a. fornito, all'interno di queste relazioni può assumere diverse forme: sostegno emotivo, informativo, strumentale, valutativo. Alla luce di quanto espresso la relazione di a. viene a configurarsi come un'interazione asimmetricamente dipendente, in quanto una persona è nella posizione del «dare», l'altra è nella posizione del «ricevere». Il potere di influsso è, così, sbilanciato a favore di chi presta a. Sta quindi a quest'ultimo non abusare del potere che la situazione e il suo ruolo gli conferiscono e di agevolare la comunicazione nell'altro e a favore dell'altro.

2. Una metodologia particolare della relazione di a. è il colloquio di a. messo a punto da Rogers (1970). L'idea di fondo del colloquio di a. è che il miglior modo di offrire sostegno alla persona in difficoltà, non è suggerire soluzioni o prescrivere comportamenti da attuare, quanto piuttosto aiutare la persona stessa a comprendere meglio la sua situazione per giungere poi a riconoscere ed attivare risorse cognitive, emotive e comportamentali che ne consentono una migliore gestione. A tale riguardo, la cura degli aspetti comunicativi e relazionali assume un grande rilievo. In particolare, a colui che presta a. si richiede di: evitare interventi direttivi (consigliare, prescrivere, rassicurare, valutare, interpretare) per lasciare spazio a forme di supporto verbale non direttive che facilitino l'autoesplorazione e l'autocomprensione (riformulare, rispecchiare, chiarificare); creare un ambiente non ostacolante; mostrare attenzione, calma e disponibilità; modellare il proprio comportamento su criteri quali la parità e il rispetto, la dignità altrui e la tutela dei reciproci diritti; trasmettere comprensione emotiva. Inoltre, poiché l'individuo che si trovi coinvolto in una relazione di a. con un altro individuo in posizione di bisogno pone se stesso in una situazione non priva di rischi (coinvolgimento emotivo, spersonalizzazione, induzione di aspettative irrealistiche), è necessario che egli disponga di alcune condizioni personali quali: consapevolezza di sé, contatto con le proprie emozioni ed esperienze, autocontrollo, responsabilità.

## Bibliografia

Rogers C. - G. M. Kinget, *Psychothérapie et relations humaines: théorie et pratique de la thérapie non-directive*, Louvain, Publications Universitaires, 1969-1971; Rogers C. R., *La terapia centrata sul cliente*, Firenze, Martinelli, 1970; Carkhuff R., *L'arte di aiutare*, Ibid., 1997; Rogers C. R., *Terapia centrata sul cliente*, Firenze, La Nuova Italia, 1997; Bruzzone D., *Psicoterapia e pedagogia in Carl R. Rogers. Una ricerca sui contributi dell'approccio centrato-sulla-persona all'educazione*, in «Orientamenti Pedagogici» 45 (1998) 447-465; Colasanti A. R. - R. Mastromarino, *L'ascolto attivo*, Roma, IFREP (1999); Egan G., *The skilled helper: a problem-management and opportunity-development approach to helping*, Pacific Grove, California, Brooks-Cole, 2002; Di Fabio A., *Counseling e relazione di a.*, Firenze, Giunti, 2003.

A. R. Colasanti