

*Eliana Scapola*

TESI DI DIPLOMA IN COUNSELING

GESTALT COUNSELING  
E  
PROFESSIONE DI AVVOCATO

ANNO 2021

Tutor: Domenico Nigro

Scuola IN Counseling di Torino Lo Specchio Magico



# SOMMARIO

## PRIMA PARTE

- Inizia da dove sei: come sono arrivata alla scuola e cosa ho appreso nella formazione triennale.....pag. 3

## SECONDA PARTE

- Il valore aggiunto delle abilità di counseling nella professione forense ..... pag. 30
- L'Avvocato del Minore..... pag. 44
- L'Avvocato nel processo penale di famiglia.....pag. 48
- L'Avvocato Negoziatore.....pag. 53
- L'Avvocato e la Comunicazione.....pag. 76

## TERZA PARTE

- Il Tirocinio.....pag.84

Bibliografia.....pag. 93

## PRIMA PARTE



### Inizia da dove sei...

(James Hillman)

Ed eccomi arrivata a scrivere di me e di questi tre anni di formazione in Counseling. Tante volte ho immaginato questo momento e l'ho bramato, immaginando cosa e come scrivere e ora che mi appresto a farlo sono emozionata.

Ricordo come sono arrivata alla Scuola. Era l'inizio del 2018, cercavo la possibilità di praticare e conoscere meglio la Comunicazione non Violenta di Marshall Rosenberg.

Cercando nel web, trovai un laboratorio esperienziale proposto dal Dott. Domenico Nigro.

Cominciai a frequentarlo e ne colsi sin da subito i benefici che avrebbe potuto portare alla mia vita personale e professionale.

Sono un Avvocato che, per passione, ha maturato esperienza nel Diritto di famiglia, nella tutela dei minori e nelle Procedure alternative

di risoluzione delle controversie (risolvere i conflitti fuori dal Tribunale), quali la Mediazione, la Negoziazione, la Pratica Collaborativa.

Per questo ho conseguito un Master in mediazione familiare, penale e in ambito organizzativo, lavorativo, sanitario, penitenziario e mi sono formata quale Mediatore Civile e Commerciale abilitato alla Conciliazione. E successivamente, nel 2018, mi sono formata alla Pratica Collaborativa.

Dopo pochi laboratori, il Dott. Domenico Nigro, mi propose di partecipare ad un week end conoscitivo di formazione alla Scuola Triennale di Gestalt Counseling.

Accarezzavo da tempo l'idea di intraprendere proprio questa formazione ma non avevo ancora dato risposta concreta a questo impulso, per mancanza di tempo.

L'indirizzo Gestaltico era ciò che cercavo, ciò che volevo approfondire, in linea con il mio pensare e il mio sentire, collegato ad una visione olistica dell'esistenza umana e della vita.

Gestalt in tedesco significa "forma" ed il verbo gestalten significa **"mettere in forma" o "dare una struttura"**.

Uno degli obiettivi del Counseling è quello di aiutare la persona a dare una forma e una struttura ricca di significato ai vissuti personali.

La Gestalt, secondo il suo fondatore Fritz Perls (1893- 1970), nei suoi principi cardine:

- considera importante l'intera esperienza di vita di una persona: fisica, psicologica, intellettuale, emotiva, relazionale e spirituale;
- l'individuo e l'ambiente rappresentano un unico eco-sistema interagente, che si autoregola e cresce in funzione di ogni elemento che ne fa parte;

- l'accento è posto sul "qui e ora" della relazione individuo-ambiente e sulla consapevolezza di quanto avviene nel presente, nella continua interrelazione tra organismo e ambiente;
- si occupa di osservare e verificare la consapevolezza del processo dei pensieri, sentimenti e azioni di un individuo, prestando maggiore attenzione al "cosa" e al "come", piuttosto che al "perché" di un'azione o di un comportamento. La consapevolezza del come qualcosa avviene, infatti, conduce più facilmente alla possibilità di compiere un cambiamento genuino e responsabile.

Per me non erano nuovi i concetti del "qui e ora" e "la teoria del campo" (di Kurt Lewin).

Essendo amante delle filosofie Zen e della saggezza orientale, da parecchi anni davo valore alla mia presenza attraverso la meditazione.

Così nel marzo 2018 partecipai al mio primo week end di Formazione IN Counseling, il cui argomento era il Gioco delle Emozioni.

Fu un fine settimana molto intenso alla scoperta di emozioni e sentimenti cui non sapevo dare un nome. Capitava proprio al momento giusto!

Mi trovavo in quel periodo, smarrita e confusa da quanto stavo vivendo, ero in una fase della mia vita di forte cambiamento.

La mia relazione sentimentale di 12 anni era venuta meno da qualche mese e mi trovavo a passare attraverso emozioni negative, alla perdita, alle modifiche di vita che necessariamente c'erano quando una storia importante finisce.

In realtà, fino ad allora, per mestiere, avevo affrontato tante procedure di separazioni di coniugi e di convivenze “more uxorio”, ma ora che toccava a me, vivevo la mia separazione come un fallimento, un qualcosa che non avrei proprio voluto e sentivo rabbia, dolore, fatica, vergogna, disperazione, gelosia, perdita di valore.

Mi resi anche conto che mi sentivo vittima del mio partner, che mi aveva lasciata in malo modo (la sera prima avevamo festeggiato il suo compleanno sul lago in un ristorante e la mattina seguente mi chiese una pausa di riflessione) e mentito; addossavo a lui la responsabilità del fallimento della nostra relazione.

Pensavo di ascoltarmi, in realtà interpretavo quanto mi stava capitando, utilizzando un linguaggio fitto di giudizi e generalizzazioni che non mi permettevano di contattare le mie responsabilità.

Così, colsi al volo l'opportunità di frequentare la Scuola IN Counseling, per lavorare su me stessa in questa fase della mia vita di grosso cambiamento.

Imparai nel tempo a far chiarezza sulle emozioni e distinguerle dai sentimenti e a riconoscerne i collegamenti con i miei bisogni.

Mi accorsi molto presto di quanto e come fossi stata presa da questa mia relazione; mi accorsi del mio essere compiacente, disponibile e accondiscendente con l'altro; mi accorsi di quanto dessi più importanza ai suoi bisogni, piuttosto che ai miei, fino al punto di confonderli e non saperli riconoscere.

Mi ero anestetizzata, non riuscivo a mettere ordine e a chiarirmi le idee.

Per gran parte della mia vita avevo introiettato il diktat culturale del “non allargarmi”, stare defilata e tranquilla, non espormi, non essere caparbia e richiedente.

Non volevo essere "vista".

Volevo piacere alle persone ed essere apprezzata.

C'era anche della timidezza in tutto questo agire.

E così, per anni, avevo sacrificato me stessa, sminuendomi, nascondendomi, frenando i miei desideri, i miei sogni, le mie aspirazioni.

*“ La nostra paura più profonda non è d’essere inadeguati, la nostra paura più profonda è d’essere potenti oltre ogni limite.*

*E’ la nostra luce, non la nostra ombra, che ci spaventa.*

*Ci domandiamo: Chi sono io per essere brillante, bello, pieno di talento o favoloso?*

*Ma, insomma, chi sei tu per non esserlo?*

*Sei figlio di Dio e farti piccolo non salva il mondo. Non c’è nulla di illuminato nello sminuirsi in modo che le persone intorno a te non si sentano insicure.*

*Siamo nati per rendere manifesta la gloria di Dio che è in noi. Non in qualcuno di noi bensì in ognuno di noi.*

*E quando lasciamo splendere la nostra luce inconsciamente diamo agli altri il permesso di fare altrettanto.*

*Nel liberarci dalla nostra paura, la nostra presenza automaticamente libera gli altri.” ( Marianne Williamson).*

Prima di arrivare alla Scuola IN Counseling avevo frequentato parecchi ritiri di meditazione e percorsi di crescita interiore e di conoscenza di se stessi che mi avevano aiutato a mettere a posto diverse aree della mia vita, ma l'area delle relazioni e della Comunicazione era rimasta ancora con tanti punti interrogativi.

Mi fu di molto aiuto venire a conoscenza che tutti noi abbiamo dei bisogni primari, sociali e del sé, che possiamo soddisfarne solo uno per volta, così come per realizzare qualcosa di complesso occorre sapersi dedicare, singolarmente, a ciascuna delle parti che lo compongono (senza incorrere nella prepotenza di voler far tutto e subito...).

E.... c'è un tempo per ogni cosa....

Per soddisfare un bisogno è importante riuscire ad avere, e a mantenere, un buon contatto (concetto della Gestalt) con i processi di consapevolezza che ne permettono la soddisfazione e dalla cui esperienza traiamo gli apprendimenti necessari alla nostra crescita e maturazione personale.

*“Il contatto è un processo che da adito all'assimilazione e quindi alla crescita, esso consiste nel lento costituirsi di una figura prevalente su uno sfondo, o contesto, del campo organismo/ambiente” (Fritz Perls)*





La piramide dei bisogni Maslow (1954)

Riconoscere i miei bisogni, comprenderne i cicli di soddisfazione [composti da 7 fasi: 1. insorgenza del bisogno (sensibilizzazione), 2. riconoscimento dello stesso (consapevolezza), 3. energizzazione (eccitazione), 4. Azione, 5. Soddisfazione, 6. Rilassamento, 7. equilibrio omeostatico] e imparare a riconoscere dove, e come, eventualmente si possono bloccare, mi ha aiutato molto a focalizzarmi su di me e sulle mie interruzioni di contatto.



Le interruzioni di contatto del processo di consapevolezza che sostiene la soddisfazione dei nostri bisogni, ci privano di una piena soddisfazione degli stessi nostri bisogni.

Sono dei “cattivi funzionamenti” del comportamento umano, che hanno, tuttavia, una loro “utilità”: ci permettono la sopravvivenza in momenti di particolare difficoltà.<sup>1</sup>

La mia interruzione di contatto principale era / è la Confluenza.

La “confluenza” è la condizione di chi non riconosce i confini tra il sé e l’altro.

Se in taluni casi la confluenza è una parte necessaria e sana dello sviluppo (pensiamo al legame madre/neonato), la fusione permanente con l’altro rappresenta un deficit di consapevolezza che rende l’individuo incapace di riconoscere (e soddisfare) i propri, specifici, bisogni, conducendolo alla perdita di sé.

Nella confluenza ritroviamo sia l’incapacità di tollerare la differenza nell’altro, sia l’avversione a riconoscere il proprio valore.

In una relazione a due “fusa”, nessuno dei due può affermarsi e svilupparsi a pieno.<sup>2</sup>

Era proprio quello che era successo.

Cominciai quindi a sentire e ad individuare i miei bisogni. Sentivo di aver bisogno di un tempo da dedicare solo a me stessa, avevo bisogno di calore, di essere ascoltata, accolta, vista e confortata e il gruppo scuola mi faceva un gran bene; i feedback<sup>3</sup> che ricevevo durante le condivisioni erano per me nutrimento e occasione per lenire il senso di ingiustizia e tradimento che avevo vissuto.

---

<sup>1</sup> Nigro Domenico “ Manuale per la Formazione IN Counseling” (<https://www.pragmacounseling.it/il-manuale-per-la-formazione-in-counseling/>)

<sup>2</sup> Nigro Domenico “ Manuale per la Formazione IN Counseling” (<https://www.pragmacounseling.it/il-manuale-per-la-formazione-in-counseling/>)

<sup>3</sup> Come restituzione di informazioni relative a quanto visto, sentito e esperito nello svolgersi della relazione. Per approfondimenti Nigro D. L’Abc delle Competenze Relazionali, Pendragon 2012.

*" Quando una persona capisce di essere sentita profondamente, i suoi occhi si riempiono di lacrime. Io credo che, in un senso molto reale, pianga di gioia. È come se stesse dicendo: " Grazie a Dio, qualcuno mi ascolta. Qualcuno sa cosa vuol dire essere me. " (Carl Rogers)*

Sentivo anche il bisogno di vivere la mia casa maggiormente ( facendo ordine, pulendola, tenendola in ordine, cucinando, condividendo con amici) anziché viverla come un albergo per andarci solo a dormire.

Sentivo il bisogno di passare del tempo con un partner in tranquillità senza la paura di perderlo.

Sentivo il bisogno di far uscire di più me stessa, soprattutto nell'ambito professionale, senza paura, senza il timore di creare un dislivello in una relazione.

*Un bisogno soddisfatto non motiva più ( Abraham Maslow)*

Una volta individuati i bisogni che mi animavano mi resi conto che io ed il mio partner (quello che mi aveva lasciata) avevamo bisogni diversi da soddisfare. Fu una sorpresa! Ero convinta che avessimo i medesimi desideri; avevo idealizzato la nostra relazione e volevo a tutti i costi che proseguisse.

*"Io sono io. Tu sei tu.*

*Io non sono al mondo per soddisfare le tue aspettative.  
Tu non sei al mondo per soddisfare le mie aspettative.*

*Io faccio la mia cosa. Tu fai la tua cosa.*

*Se ci incontreremo sarà bellissimo;*

*altrimenti non ci sarà stato niente da fare.” ( Friedrich Salomon Perls)*

Un giorno Domenico (Direttore e Trainer della Scuola) pose questa domanda: “Come distinguo la tenacia dall’ostinazione?!”

Per me non c’era chiarezza nella differenza. Facendo degli esempi sono poi giunta a cogliere il significato delle due parole e la differenza. Ad esempio nella preparazione dell’esame di abilitazione alla professione forense, nonostante le bocciature avevo proseguito con intensità, cercando via via modi diversi per prepararmi. Questa era tenacia.

Mentre riconoscevo la mia ostinazione nell’aver voluto a tutti i costi tenere insieme la relazione con il mio ex compagno nonostante i suoi silenzi, incertezze, svalutazioni, assenze e sparizioni. Ostinazione nell’aver sopportato e fatto di tutto per far funzionare una relazione che ormai era disfunzionale e tossica.

Finché stavo bene ci provavo e riprovavo, ed era tenacia, ma se cominciavo a soffrire diventava ostinazione.

La tenacia è retta dalla passione mentre l’ostinazione è retta dalla fissazione.

Ostinazione è rimanere fissi in una posizione o in un impegno che non porta a nulla; ostinato quindi è lo sforzo inutile; la tenacia è la perseveranza con cui proseguiamo nel nostro impegno, convinti di arrivare ad ottenere ciò che vogliamo!.

Posso stare con l’istanza che “posso non farcela a fare tutto?”

Ci sto. Non siamo onnipotenti e non tutti gli obiettivi sono realizzabili.

Ho amato tanto, ho dato tanto e poi .... non era abbastanza.

Tanto rispetto a cosa? Tanto rispetto a quanto mi amava il mio ex compagno, pensavo; tanto rispetto a quanto ricevevo.

E invece lo amavo tanto rispetto a quanto amassi me stessa; quel tanto non era nemmeno riconosciuto e non mi restituiva l'amore che volevo, almeno non abbastanza!

Amavo tanto.... forse speravo che, come uno specchio riflesso, amore rimandasse amore. E invece l'immagine che mi rimandava era quel "non abbastanza amore" del mio ex compagno per me. Ma quello specchio deformava la realtà.

Amavo tanto, davo tanto.

Oggi mi rendo conto quanto fosse un modo per colmare il mio "non bastarmi": non sapevo amarmi in un modo sufficientemente buono, tale da permettermi di riconoscere i miei bisogni e muovermi coerentemente ad essi.

Quando stavo insieme con il mio "ex", mi mancava un pezzo e credevo che quel pezzo fosse qualcosa che mi negava lui, invece era qualcosa che non ci mettevo io.

Oggi mi amo abbastanza da bastarmi. Oggi finalmente comincio a riconoscere i miei bisogni.

*" Sono molti quelli che dedicano la propria esistenza a realizzare una loro concezione di "come dovrebbero essere", invece di realizzare se stessi. " ( Fritz Pearls)*

\*\*\*\*\*

Diventavo anche consapevole maggiormente dei giudizi che avevo su di me; in particolare coglievo che tanti pensieri erano automatici e veloci e non pensavo fossero giudizi. Ad esempio il "non pensavo

potesse succedere con il mio compagno”, il “non ci credo ancora adesso” mi tenevano lontana e inchiodata a quel giudizio senza vedere o sentire altro. Così come tanti miei pensieri erano bloccati nel giudicare la nuova compagna del mio ex compagno e nel non sopportare il sotterfugio e le menzogne che vi erano state, visto anche che ci conoscevamo.

Questi pensieri a forza di pensare, ripensare, immaginare mi producevano rabbia, sofferenza e amarezza.

“Come distingo la sofferenza dall’afflizione?”

C’era confusione e stordimento. Andando più a fondo scopro che giudicavo la sofferenza non solo perché stare nella sofferenza non mi piaceva, non me la permettevo, la respingevo e non mi piaceva neppure mostrarla.

Come la giudicavo? La giudicavo non credendo possibile che il mio compagno mi avesse lasciata, non credendo possibile che la nostra relazione (così idealizzata da me e ritenuta così speciale) avesse potuto finire, non credendo che avesse potuto succedere proprio a me e non accettando che potesse accadere in quel modo.

Il giudizio blocca il fluire della nostra consapevolezza, impedendoci di accorgerci di ciò che sta capitando ai nostri sentimenti. Non permette di sentire cosa altro c’è sotto.

Tanto più stavo nel giudizio e tanto più non vedevo nulla o vedevo sempre quello.

Facevo fatica a vedere il giudizio perché era giusto così, avevo ragione io!

Imparare a stare in una modalità non giudicante, riconoscere le dinamiche giudicanti e sospenderle, stare lì con la sofferenza

permetteva l'aprirsi di nuovi stati di consapevolezza, che mi aiutavano a dare valore alla sofferenza, ad ascoltare cosa avesse da dirmi di utile e interessante al suo risanamento.

Quello "starci" consumava la sofferenza; permettendomi di conoscere nuovi pezzi di me.

Uno "stare" che sia uno "stare in ascolto", per riconoscere quello che sta accadendo, dentro e fuori di noi, in quelle particolari situazioni di difficoltà esistenziali che stiamo vivendo.

Lo starci, con le nostre difficoltà, senza evitarle, senza nasconderle, senza negarle, senza osteggiarle, diventa *condicio sine qua non* di attivazione di ogni processo di consapevolezza in grado di permetterci di superarle.<sup>4</sup>

E poi scoprii che in realtà mi affliggevo; producevo la sofferenza.

La mia mente si aggrappava, si attaccava a episodi che reputavo torti e ci rimuginavo sopra per ore, giorni, distorcendo ulteriormente il fatto, interpretandolo ancora di più negativamente.

Oggi voglio fare mio quanto ha asserito Domenico Nigro, in uno dei gruppi di formazione della Scuola IN Counseling:

*" Togli dal campo il giudizio e il dovere, metti nel campo il Cuore e il piacere"*

\*\*\*\*\*

Avevo bisogno di contatto e umanità e di com-prendere, di acquisire delle competenze relazionali e di comunicazione per dare un senso a quello che avevo vissuto con il mio ex compagno.

---

<sup>4</sup> Nigro D. " L'esistenza e le sue crisi. Storie di vita e di Counseling" La Rondine 2018



Avevo desiderato, aspettato risposte, sognato un dialogo autentico, una complicità.

Avevo scelto di stargli vicino, visto i suoi problemi di salute cardiaci e tutta la preoccupazione che questo comportava, a lui e a me.

Volevo esserci anche per sua figlia, che avevo visto crescere e a cui tenevo.

Per me era importante la famiglia unita e molto forte era in me il condizionamento che avevo preso dai miei genitori.

Sentivo anche di star pagando un prezzo alto di una scelta fatta solo dal mio ex compagno e da me non accettata: la sua scelta di star da solo, per trovare se stesso, per scoprire i suoi bisogni (così diceva lui), visto il suo poco tempo a disposizione per via del troppo lavoro e i problemi di salute.

Ma io percepivo altre motivazioni non dette. Mi sentivo buttata via senza essere stata vista, compresa, vissuta. Mi sentivo privata del mio potere, della mia vita, ero stata lì, inchiodata nella relazione, avevo permesso che tutte le preoccupazioni, lo stress, ma anche la tristezza e il dispiacere mi offuscassero la vista, tanto da non rendermi conto che erano scuse.

La comunicazione con il mio ex compagno era un punto interrogativo, molto enigmatica ed eterea, ricca di parole dorate e amorevoli che però non mi nutrivano, anzi mi lasciavano via via sempre più confusa e frustrata.

Mi accorgevo che le parole dette non corrispondevano poi ai fatti, alle azioni, molte volte erano solo un procrastinare, un tenermi buona.

Ciò che mi dispiaceva era il non riuscire a comunicare, il non riuscire a far passare il messaggio nonostante il mio cercare in ogni modo di portare chiarezza.

C'erano omissioni, manipolazioni, proiezioni, punti di vista diversi ed era un continuo ferirsi.

Per lui, sembrava non fosse mai il momento giusto per confrontarsi apertamente, a volte preferivo scrivere ma passavano ore e giorni per una sua risposta, che non sempre arrivava. E se arrivava non era chiara.

Mi scontravo con un muro di distanza, di paura.

Mi accorgevo di come "il campo" cambiava intorno a me e la mia energia vitale collassava per giorni in uno stato di svuotamento e prostrazione a seguito di alcune frasi dette...

Scrivevo per avere memoria delle contraddizioni.

Che fatica!!! Tutto questo mi ri-bolliva dentro, mi scaricava, mi portava a cercare risposte e mi rendeva sempre più chiaro il mio bisogno di comprendere cosa (mi) stesse realmente accadendo.

Inoltre avevo bisogno di districarmi dal pantano spirituale in cui mi ritrovavo (ad esempio: credevo di provare amore incondizionato per il mio ex compagno, ma in realtà stavo sopportando e accettando condizioni e credenze per me assolutamente limitanti); un pantano spirituale che rafforzava l'ego portando ad un dover essere superiore, una superiorità spirituale che mi impediva di sentire la perdita che stavo vivendo, disconnettendomi dal mio essere umana.

## *CHI SEI SENZA LA TUA STORIA SPIRITUALE?*

*Per favore, non parlarmi della 'Pura Consapevolezza' o di 'Dimorare nell'Assoluto'.*

*Voglio vedere come tratti il tuo partner,  
i tuoi figli, i tuoi genitori, il tuo prezioso corpo.*

*Per favore, non farmi la predica sulla 'illusione del sé separato' o  
su come hai raggiunto la beatitudine perenne in soli 7 giorni.*

*Voglio sentire che dal tuo cuore si irradia un calore genuino.*

*Voglio sentire quanto sai ascoltare,  
accogliere informazioni che non corrispondono alla tua filosofia  
personale.*

*Voglio vedere come tratti le persone che non sono d'accordo con te.*

*Non raccontarmi quanto sei sveglio, quanto sei libero dall'ego.*

*Voglio conoscere chi sei dietro alle parole.*

*Voglio sapere come sei quando ti capitano dei guai.*

*Se puoi accogliere totalmente il dolore senza pretendere di essere  
invulnerabile.*

*Se puoi sentire la rabbia senza però diventare violento.*

*Se puoi concedere un lasciapassare all'infelicità senza diventarne  
schiavo.*

*Se puoi provare vergogna senza umiliare gli altri.*

*Se puoi fare cazzate e ammetterlo.*

*Se puoi chiedere 'scusa' pensandolo davvero.*

*Se puoi essere pienamente umano nella tua gloriosa divinità.*

*Non parlarmi della tua spiritualità, amico.*

*Non mi interessa gran che.*

*Voglio solo incontrare TE.*

*Conoscere il tuo prezioso cuore.*

*Conoscere il bellissimo essere umano che lotta per la luce.*

*Prima di 'quello spirituale'.*

*Prima di tutte le parole intelligenti.*

*(Jeff Foster)*

Spesso, negli ambienti meditativi che avevo frequentato, la rabbia viene giudicata come emozione negativa e inferiore.

Il mio ex compagno aveva spesso un atteggiamento compassato e mi teneva a distanza quando mi arrabbiavo. Ciò mi irritava ancora di più, non lo sentivo umano.

## *IL BUDDHASELVAGGIO*

*Puoi buttare via l'ideale del "calmo, freddo, raccolto e razionale" in questo momento, amico. Puoi lasciare che l'immagine del "Buddha di pietra perfettamente sereno" bruci sul fuoco. È una bugia terribile.*

*È salutare singhiozzare, urlare, gemere, sospirare, ridere istericamente, tremare, provare paura, rabbia, profondo dolore, gioia estatica, voglie e desideri profondi e potenti.*

*C'è un Buddha selvaggio in tutti noi e non può essere domato. Più*

*cerchi di sopprimerlo, più diventa forte. Più provi a svergognarlo, più provi a farlo sentire pazzo, "irrazionale" o "eccessivamente emotivo", più è arrabbiato e potente.*

*Più scappi da lui, più ti insegue. Non sarà sconfitto con parole intelligenti e filosofie sofisticate. Non sarà messo a tacere; non sarai in grado di sfuggirgli, perché stai solo cercando di sfuggire a te stesso. Tutti noi dobbiamo alla fine rivolgerci dentro noi stessi per affrontare il Selvaggio, dobbiamo diventare curiosi dei nostri sentimenti naturali, degli impulsi e degli istinti, sia piacevoli che dolorosi, sia gentili che intensi*

*Impariamo a dare loro il dono della nostra attenzione e del respiro consapevole, diamo loro il nostro Amore e la nostra comprensione, diamo loro una casa permanente in noi stessi, un posto dove vagare liberamente.*

*Quando facciamo amicizia con la nostra stessa natura selvaggia, possiamo fare amicizia con gli altri. Quando non temiamo più i nostri sentimenti, non tenteremo più, invano di controllare i sentimenti degli altri e avremo molta compassione per i nostri selvaggi compagni di gioco.*

*Noi singhiozzeremo, urleremo, gemeremo, sospireremo, rideremo istericamente, tremeremo, proveremo paura, rabbia, profondo dolore, gioia estatica, desideri profondi e potenti e impulsi istintivi, e celebreremo tutti questi sentimenti come espressioni divine. Talvolta il Buddha singhiozzava come un bambino, sentiva la giusta rabbia per l'ingiustizia e gli abusi nel mondo, temeva la morte, ma si ergeva senza paura nel cuore di quella paura. Qui era la fonte della potenza del Buddha - un Amore infinito e indistruttibile per la natura selvaggia all'interno.<sup>5</sup>*

---

<sup>5</sup>Foster J. Il risveglio spirituale nella vita quotidiana Macrolibrarsi

\*\*\*\*\*

Mi accorgevo che spesso mi accontentavo di risposte evasive (lasciate all' Esistenza e a un Dio superiore), fatte di parole dolci o di argomentazioni tristi, che mi facevano perdere lucidità; così mollavo la presa, non facevo ulteriori domande, che mi avrebbero potuto aiutare a comprendere il senso e il valore di quelle parole.

Anche il tono di voce aveva la sua influenza.... parole dette dal cuore facevano molto più presa rispetto a parole pronunciate con rabbia.

Cercavo di sminuire la situazione e addirittura giustificavo il mio ex compagno di modo da non sentire il dolore o sentirlo meno.

Avevo bisogno di scardinare tutto questo e di diminuire anche la reattività che tutta questa comunicazione suadente mi creava, imparando a starci.

La manipolazione<sup>6</sup> avviene attraverso la comunicazione, o meglio, attraverso la distorsione o l'assenza di comunicazione.

Chi manipola utilizza la comunicazione verbale in un primo momento per creare una aspettativa, un legame emotivo e successivamente ricorre ad affermazioni contraddittorie, insensate, sospese o false.

---

<sup>6</sup> La manipolazione è un comportamento o un'azione, più o meno consapevole, e più o meno intenzionale, che consiste nell'esercitare "con delicatezza" un dominio su una persona o un gruppo di persone, utilizzando mezzi subdoli, modificazioni percettive o risvolti affettivi. L'obiettivo non dichiarato del manipolatore è quello di raggiungere il suo scopo senza tenere in considerazione gli interessi e le esigenze dell'altro. La manipolazione non è sempre "delicata" può anche essere devastante. Il dominio può essere paragonato a un influenzamento lieve, che durerà solo il tempo dell'operazione. In questo caso, lo scopo di chi manipola non è di assumere il controllo di un altro, bensì di fargli cambiare i suoi giudizi, i suoi atteggiamenti, i suoi comportamenti. Non sempre la manipolazione gioca contro i bisogni o gli interessi della persona che la "subisce". Ci sono forme di manipolazione esercitate per una buona causa, per esempio per aiutare qualcuno a smettere di fumare. Carrè C. Le armi nascoste della manipolazione Urrà Feltrinelli 2017

L'assenza di contatto, il tono di voce, l'uso del silenzio, le espressioni facciali, la posizione del corpo, i gesti, sono fondamentali per validare o invalidare la comunicazione.

La contraddittorietà tra comunicazione verbale e non verbale (tipica nei soggetti tossici) crea dissonanza cognitiva, dolore, confusione.

Anche il silenzio contribuisce a creare dolore e senso di impotenza (facendo sentire l'altro poco importante o inesistente).

La dinamica di tenere il muso è una violenza, meno evidente di quella fisica, ma ugualmente o forse addirittura più pesante. Tenere il muso vuol dire negare l'altra persona, non vederla, chi è negato perde il senso dell'esistenza.<sup>7</sup>

La rabbia che provavo in fondo era per ciò che non riuscivo ad ottenere, per ciò che non riuscivo ad avere.

Fu una rivelazione, un vero e proprio cambio di paradigma.

Ero passata dal giudicare la rabbia come qualcosa da nascondere (non andava bene, non era da persona evoluta) a comprendere le motivazioni più profonde che fanno scattare la rabbia.

La conseguenza fu anche quella di smettere di giudicare sbagliate le persone in preda alla rabbia e di guardarle con curiosità per scoprire i motivi di tale stato d'animo. E non solo...

Cominciavo a scoprire che sì la rabbia avvelena e che avevo bisogno di lasciarla andare per disintossicarmi (la rabbia che perdura per anni è rancore) ma può diventare il volano per compiere tante azioni!

---

<sup>7</sup> Nigro D. L'esistenza e le sue crisi. Storie di vita e di Counseling. La Rondine 2018

Mi fu molto utile leggere il Libro “L’Abc delle Competenze relazionali” di Domenico Nigro per comprendere le mie emozioni e le mie dinamiche relazionali e imparare a comunicare più efficacemente.

Spesso entravo nella dinamica di addossare la colpa all'altro, disprezzavo e così mi distaccavo. Così sentivo meno dolore ma non c'era crescita, non c'era evoluzione.

Poi mi domandavo cosa avesse a che fare con me tutto questo? Cosa diceva di me?

*...” L’unica persona che non può essere aiutata è la persona che getta la colpa sugli altri” (C. Rogers)*

Mi aprivo e vedevo la mia responsabilità nell’ aver accettato di stare in un rapporto con un uomo che non mi voleva, che in fondo preferiva altro a me e che mi aveva lasciata andare....

Era una relazione in cui mancava la reciprocità, l’essere pari.

Il valore di una relazione, indipendentemente che si tratti di una relazione romantica, di amicizia, di lavoro, di famiglia, si riconosce da un elemento: la connessione, il volersi bene, il prendere l’altra persona come parte di se, l’includere l’interesse dell’altro nel proprio.

La connessione tra le due persone rimane integra a prescindere da come il rapporto cambia e si trasforma nel tempo.

Se due persone arrivano alla conclusione di essere (diventati) incompatibili, si rendono conto che vivere insieme rende entrambi infelici, decidono insieme di rompere la relazione.



La mia ostinazione invece mi aveva portata a focalizzarmi su di lui per comprendere le sue dinamiche, i suoi bisogni, i suoi problemi.

Scoprii anche che la mia ostinazione derivava anche dalla dipendenza relazionale (indotta) che si era creata con il mio ex compagno.

All'inizio della relazione la frequentazione con il mio ex compagno mi faceva sentire amata e apprezzata (ciò produce endorfine che inducono euforia). Quando poi l'oggetto d'amore manca o le sue attenzioni si riducono drasticamente anche la produzione di endorfine diminuisce creando un senso di mancanza, come di astinenza da sostanze alcoliche o stupefacenti. Gli alti e bassi creano dipendenza, una dipendenza biochimica. Il tutto è poi peggiorato dal rinforzo intermittente.

La gioia di aver trovato l'Amore si era trasformata nella paura di perderlo. E come era successo?

Alternandola con un'altra emozione estremamente potente: l'amore. Creare la paura di perdere la relazione (con la richiesta di pause e possibili nuove relazioni) e nutrirla periodicamente con episodi di ritorni di amore e attenzione.<sup>8</sup>

“ Immaginate una pentola piena d'acqua fredda nel quale nuota tranquillamente una rana. Il fuoco è acceso, l'acqua si riscalda pian piano. Presto diventa tiepida. La rana la trova piuttosto gradevole e continua a nuotare. La temperatura sale. Adesso l'acqua è calda. Un po' più di quanto la rana non apprezzi. Si stanca un po', tuttavia non si spaventa. L'acqua adesso è davvero troppo calda. La rana la trova molto sgradevole, ma si è indebolita, non ha la forza di reagire. Allora

---

<sup>8</sup> Per approfondimenti Rienzo M. “ La violenza psicologica un abuso che non si vede” Edizioni Sottosopra 2020

sopporta e non fa nulla. Intanto la temperatura sale ancora, fino al momento in cui la rana finisce bollita. Se la stessa rana fosse stata immersa direttamente nell'acqua a 50° avrebbe dato un forte colpo di zampa, sarebbe balzata subito fuori dal pentolone.”<sup>9</sup>

Il principio della “rana bollita” è stato usato dal filosofo Noam Chomsky per indicare l'attitudine dei popoli (e delle singole persone) ad adattarsi e accettare situazioni sfavorevoli, negative e opprimenti.

Questa breve storia mi è utile per spiegare determinate dinamiche nelle relazioni di coppia.

Uno degli elementi principali messi in risalto dal principio della “rana bollita” è l'eventuale capacità di adattarsi alle situazioni.

L'adattamento è una risorsa sicuramente funzionale all'interno dei rapporti sentimentali, soprattutto nelle storie più durature diventa importante sapersi adattare ai cambiamenti dei bisogni della coppia, a nuovi modi di affrontare problemi diversi.

Adattarsi troppo all' interno di una relazione può diventare un problema se per farlo iniziamo a mettere da parte noi stessi in funzione dell'altra persona. A volte si tratta di piccole cose che tendiamo a reputare poco importanti, che pensiamo di tollerare facilmente e alle quali in fondo non è così doloroso rinunciare; un po' come la rana che pensa di poter sopportare l'aumento del calore perché in realtà ancora non lo sente come una minaccia. Questa dinamica può emergere spontaneamente da un partner che magari per una sua insicurezza tenderà a farsi un po' da parte, diventando più accomodante per non rischiare il fallimento della relazione; mentre altre volte può essere l'altra persona a indurre o “chiedere”, più o

---

<sup>9</sup>Chomsky N. (2014) Media e Potere

meno consapevolmente, questo tipo di atteggiamento (una dinamica che spesso si incontra con le persone narcisiste ed egocentrate).

Adattarsi troppo a lungo ai bisogni dell'altro, omettendo e trascurando i propri, rischia di portare a conseguenze disfunzionali e negative per la coppia. Protrarre questo atteggiamento ci espone al rischio di ritrovarci con poche energie e troppo stanchi per riaffermare noi stessi.

\*\*\*\*\*

Sentivo tutto il dolore che mi provocava la sconfitta, la ferita di un ego che andava in mille pezzi, incapace di accettare, umilmente, di essere stata lasciata e non disponibile a mollare la presa, a lasciare il posto ad un'altra donna.

Questo è stato lo scoglio più grande, per me che sono sempre stata una combattente e una lottatrice....

Mollare l'attaccamento nevrotico di aver ragione, voler a tutti i costi dare la mia interpretazione dei fatti. Accorgermi che alla fine la motivazione più importante e forte del mio malessere era che non volevo mollare. Ma ognuno ha la sua verità relativa e non assoluta. Se non mi interessa più affermare la mia ragione, posso vedere cosa produce in me e nell'altro? Che cosa riconosco come capacità di arricchimento?

E finalmente la resa, vista non come una sconfitta (vittima della forza altrui), ma come un mollare, un lasciare andare (nel senso buddhista).

A R R E N D E R M I.....

Come insegna il Buddha quando qualcosa accade, accade perché doveva accadere e, quindi, a noi "tocca semplicemente" il compito di accettarlo, gestirlo nel migliore dei modi possibili e imparare da questo quanto possiamo imparare.

## E PERDONARE

Perdonare qualcuno non significa condonare il suo comportamento. Non significa nemmeno dimenticare il modo in cui ci ha ferito e neppure concedergli di farci ancora del male. Perdonare significa fare pace con ciò che è successo.

Quando perdoni te stesso e perdoni gli altri, sei veramente libero. Perdonare significa liberare un prigioniero e scoprire che quel prigioniero eri tu.

Questo ha significato riconoscere la mia ferita, dandomi il permesso di sentire dolore, e di comprendere che quel dolore non mi serviva più. Ha significato lasciar andare il dolore ed il risentimento per poter guarire ed andare avanti. Il perdono è stato un dono a me stessa, consentendomi di liberarmi dal passato e di vivere nel tempo presente.

## FILASTROCCA DEL MUTAMENTO

*“ Aiuto, sto cambiando!” disse il ghiaccio.*

*“Sto diventando acqua, come faccio? Acqua che fugge nel suo gocciolo! Ci sono gocce, non ci sono io!”*

*Ma il sole disse “Calma i tuoi pensieri il mondo cambia, sotto i raggi miei Tu tieniti ben stretto a ciò che eri. E poi lasciati andare a ciò che sei”.*

*Quel ghiaccio diventò un fiume d'argento. Non ebbe più paura di cambiare. E un giorno disse: “il sale che io sento Mi dice che sto diventando mare. E mare sia. Perché ho capito, adesso Non cambio in qualcos'altro, ma in me stesso”.*

## PARTE SECONDA

### Il valore aggiunto delle abilità di counseling nella professione forense

Il conflitto è parte della vita e, nel mio caso, della mia professione.

Se guardiamo la definizione sul vocabolario Treccani:

“[..] **conflitto** s. m. [dal lat. *conflictus* -us «urto, scontro», der. di *confligĕre* «confliggere»]

1. Combattimento, guerra, scontro di eserciti: *un c. armato; il primo c. mondiale; lungo, sanguinoso, immane c.; venire a c.; del c. esecrando La cagione esecranda qual è* (Manzoni).

2. fig. Urto, contrasto, opposizione: *c. di sentimenti, di passioni; la tua opinione è in c. con la mia; c. fra due partiti; c. sindacali, salariali; il c. tra le generazioni, tra genitori e figli*. In partic.: **a.** In sociologia, *c. d'interessi*, la relazione antagonistica fra soggetti individuali o collettivi in competizione fra loro per il possesso, l'uso o il godimento di beni scarsamente disponibili; *c. di classe*, quello che si sviluppa riguardo all'appropriazione e al controllo dei mezzi di produzione sociale. **b.** In psicologia, *c. psichico*, stato di tensione e di squilibrio in cui l'individuo viene a trovarsi quando è sottoposto alla pressione di tendenze, bisogni e motivazioni fra loro contrastanti.

3. In diritto, situazione giuridica caratterizzata da posizioni contrastanti e incompatibili proprie di soggetti diversi, pubblici o privati, rispetto al medesimo rapporto giuridico in senso lato (diritti soggettivi, norme, poteri), e per la quale l'ordinamento positivo predispone adeguati mezzi di composizione [..].”

Si può notare come il *conflitto* ha come comune denominatore lo **scontro**, il **contrasto**, l'**antagonismo**, lo **squilibrio** per un bene, una ragione.

Esistono tipologie di conflitti:

-**Conflitto emotivo**: entrano in gioco le aspettative personali e le parole non dette. Prevalgono sentimenti di rabbia, di rivalsa, e convinzioni negative sull'altro.

- **Conflitto di dati**: generato dal possesso di informazioni parziali o travisate su una situazione/ persona che portano a interpretazioni errate e fraintendimenti.

- **Conflitto di interessi**: è dovuto da interessi diversi e contrastanti.

- **Conflitto di valori**: è inerente a divergenze di idee, principi, credenze e convinzioni politiche, religiose, sociali. Ognuno si identifica con il proprio sistema di valori. Un disaccordo che mette in discussione tale sistema può essere vissuto come un attacco alla propria identità.

E' possibile delineare anche le caratteristiche dei soggetti in conflitto. Ciascuna parte spersonalizza l'altra, che è considerata nemica, perde fiducia nelle sue dichiarazioni, il significato delle parole che provengono dall'altro viene completamente distorto.

In questa dinamica, la parte in conflitto è priva di razionalità, e, contestualmente, una comunicazione offerta su tale piano diviene inefficace.

Nel ruolo di avvocato, ho vissuto grosse difficoltà e frustrazioni ogni volta che ho incontrato persone che del confliggere ne facevano la loro ragione, senza rendersi conto che anziché ottenere i risultati desiderati, alimentavano una spirale di sofferenza per sé e per coloro che li circondavano.

Mi sono resa conto della necessità di avere strumenti più efficaci, di quanto fosse necessario andare oltre il torto e la ragione.

Nel mio kit di formazione occorre degli strumenti per accrescere l'intelligenza emotiva ed ho voluto acquisire delle competenze relazionali e di comunicazione.

La mia separazione con il mio ex compagno è diventata il movente per andare a cercare nuovi strumenti, una fonte di energia e di passione per la mia professione. Mi fa stare bene poter aiutare i miei Assistiti non solo giuridicamente, anche dal punto di vista umano.

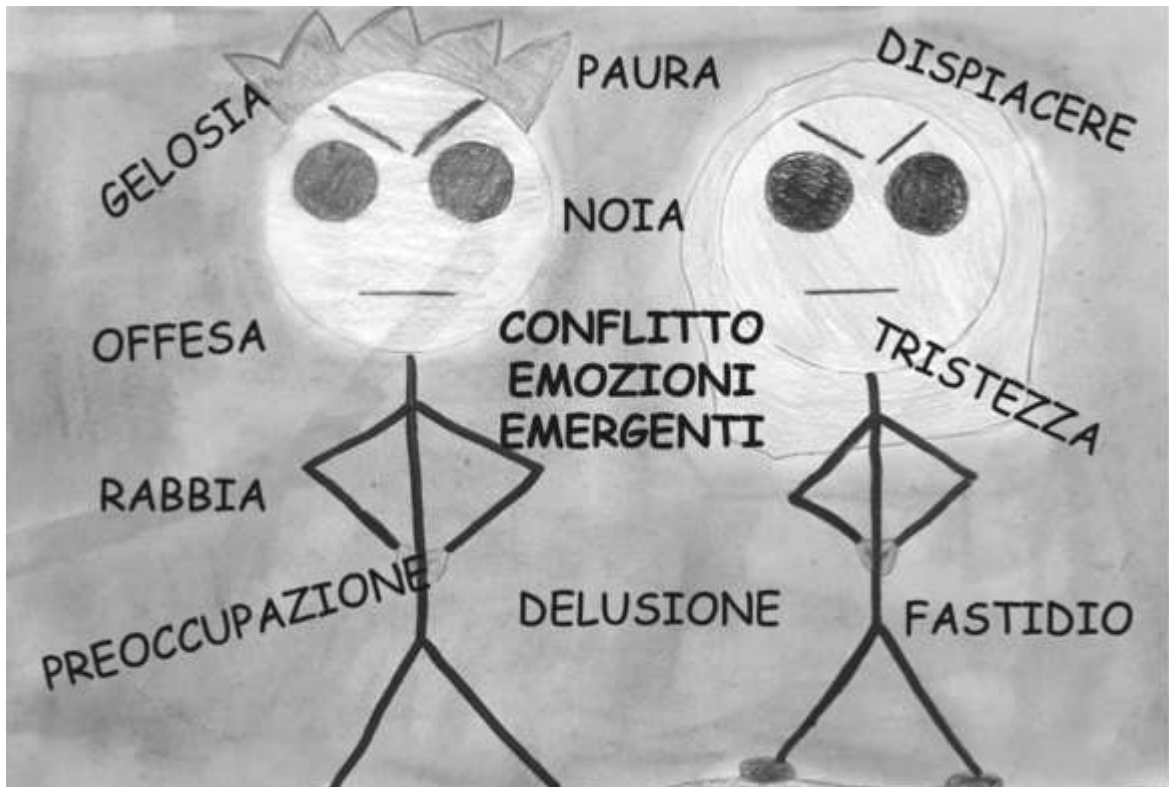
Il counseling mi è molto utile, nell'ambito della professione, per affrontare le situazioni più disparate (e quelle più delicate inerenti alle crisi familiari) che, oltre agli aspetti legali, comportano quasi sempre anche implicazioni emotive. E' una risorsa.

È utile per supportare il cliente con un atteggiamento propositivo e di apertura a nuove prospettive così come lo è anche nel rapporto tra avvocato e cliente.

L'avvocato che si occupa di diritto di famiglia, in particolar modo, deve avere una preparazione che non può ridursi solo alle problematiche della separazione e del divorzio, ma deve essere multidisciplinare.

Infatti oltre alla conoscenza normativa ed alle competenze acquisite, le risorse professionali dell'avvocato debbono essere impiegate per dirimere le delicate questioni anche sotto il profilo emozionale ed affettivo.





Nelle cause di famiglia di disgregazione della coppia c'è una profonda interconnessione tra psicologia e diritto e la relazione del cliente con l'avvocato è molto simile a quella tra analista e paziente. Si verifica in particolare anche in questo rapporto un transfert del Cliente e un controtransfert dell'avvocato.<sup>10</sup>

Nella relazione Cliente Avvocato ci sono scambi di emozioni ed occorre avere la capacità di essere aperti, cogliere le emozioni dell'altro, sintonizzarsi con l'altro.

Importante è usare l'empatia non l'affinità o anche la simpatia. Non è un rapporto paritario ma un rapporto autorevole.

---

<sup>10</sup>Nell'ambito della relazione d'aiuto, per transfert s'intende la gamma dei sentimenti del cliente per l'analista, per controtransfert la gamma dei sentimenti dell'analista per il cliente; su questa duplice tematica sono state elaborate svariate teorie, dall'analisi classica ai più recenti studi di psicologia umanistica, che hanno determinato grandi trasformazioni nella pratica terapeutica. Agli albori della **psicoanalisi** Freud scoprì che ogni paziente proietta inevitabilmente sulla persona dell'analista, tramite **transfert**, aspettative e rappresentazioni che traggono origine dalle interazioni con i genitori durante l'infanzia. Così, nel corso del trattamento, il paziente ama, odia, desidera, teme, invidia l'analista. Per saperne di più: <https://www.stateofmind.it/tag/transfert/>

Occorre imparare a decodificare le richieste, la domanda del cliente. L'avvocato deve "vedere lungo".

Occorre imparare a non confondere le proprie emozioni con quelle dell'altro ed occorre un lungo lavoro su di sé.

Questo è quanto avvenuto nel corso della mia formazione in counseling, che mi è servita a sviluppare quelle che vengono chiamate, comunemente, abilità di counseling, in particolare la capacità di accogliere, di ascoltare empaticamente, di saper distinguere le mie emozioni da quelle del cliente, rispettandone e valorizzandone i confini.

L'ascolto empatico necessita di attenzione all'interlocutore, di interesse a ciò che l'interlocutore sta comunicando.

Bisogna quindi saper fare domande, avere una postura rivolta verso chi parla, un buon contatto visivo e più in generale dare feedback efficaci.

Spesso è utile riformulare parte del discorso oppure ripetere alcuni concetti o parole chiave per far capire che si è compreso il messaggio.

Per attuare l'ascolto empatico occorre:

1. ascoltare il contenuto
2. cogliere le finalità, il motivo per cui il Cliente sta dicendo certe cose
3. prestare attenzione alla comunicazione non verbale del Cliente
4. prestare attenzione alla propria comunicazione non verbale
5. ascoltare senza giudicare cercando di capire lo stato d'animo, l'esperienza del Cliente.

Ai primi contatti i coniugi sembrano voler trascinare l'avvocato nella dinamica dell'innocente e del colpevole, della vittoria e della sconfitta, vorrebbero sentirsi dire "ci penso io", delegandogli la difesa delle proprie ragioni e la tutela dei propri diritti, assumendo insomma una posizione regressiva che permette, allo stesso tempo, di proiettare sull'altro anche l'onere dell'elaborazione del proprio vissuto.

Mentre per alcune coppie separarsi fisicamente è una mera formalità che conferma una situazione già esistente da lungo tempo ed ormai accettata, in altri casi è uno solo dei partner che cerca di porre fine alla relazione mentre l'altro è riluttante a farlo e si sforza di tenere in piedi la relazione: negare che il matrimonio sia finito comporta il protrarsi del conflitto, poiché per alcuni coniugi un aspro scontro può essere preferibile all'idea di perdere il partner.

In genere la tematica privata che porta il Cliente è complessa e contiene spesso una domanda implicita o esplicita di aiuto psicologico. Occorre comprendere il reale stato d'animo del cliente, capire lo stadio di maturazione del cliente nell'elaborazione del lutto separativo.

La separazione/divorzio non è mai solo un istituto giuridico, che decreta la fine di un matrimonio; come ben ha inquadrato Bohannan<sup>11</sup>, è una sorta di prisma dalle molteplici rifrazioni e fasi:

**1) Divorzio emotivo:** situazione di deterioramento della relazione di coppia, che precede la decisione della separazione. In questa fase si fa spesso richiesta di una consulenza/ terapia di coppia.

Si ha:

- Fase del ping pong: oscillazione tra momenti di aggressività e momenti di riappacificazione fino alla cronicizzazione del conflitto.

---

<sup>11</sup>Bohannan, P. (1973), *The six stations of divorce*, in *Marriage and Family*,

- Point of no return coniugale: certezza che l'unione matrimoniale comporta più svantaggi che vantaggi: avviene prima della separazione fisica. La sua durata dipende dalle caratteristiche individuali, dal rifiuto di accettare il punto di non ritorno, dalle barriere socio- culturali.

**2) Divorzio legale:** lo scioglimento legale del vincolo. Un Coniuge o entrambi ricorrono al sistema giuridico con i propri criteri valutativi per determinare sia le questioni patrimoniali, sia l'affidamento dei minori.

Coincide con la presa di contatto con un avvocato ( o arriva la lettera del legale). In genere, in questo momento si inasprisce il conflitto. Il procedimento giudiziario viene percepito secondo una logica accusatoria e sanzionatoria.

**3) Divorzio economico:** riguarda le questioni relative alla suddivisione dei beni e delle proprietà, ammontare degli assegni di mantenimento dei figli e/o del coniuge. Delega dell'ammontare dei beni agli avvocati. Gli ex- partner rimangono spesso invischiati in interminabili ricorsi giudiziari poiché oltre al valore economico dei beni c'è un grosso valore affettivo. In questa fase si discute allo sfinimento.

**4) Divorzio genitoriale:** si ridefinisce la relazione come genitori così da continuare a adempiere agli obblighi educativi e alle responsabilità genitoriali, anche dopo la separazione. Questo stadio ha strette interferenze con il divorzio economico in quanto quest'ultimo è area di conflitti e tensioni. Inoltre, attira tutti i rancori e i desideri di vendetta in quanto rappresenta l'unico motivo di contatto tra le parti e l'ultima possibilità di ferirsi.

**5) Divorzio sociale:** prevede la rottura o l'indebolimento di alcuni rapporti significativi con gli amici comuni, con i parenti acquisiti,

con i colleghi dell'ex partner. Non di rado i partner possono cercare rifugio e sostegno nella famiglia di origine. Senso di solitudine.

**6) Divorzio psichico:** e' stato definito come " la separazione di sé dalla personalità e dall'influenza dell'ex coniuge". Ciò significa imparare a vivere senza l'altro valutando se stessi come persone indipendenti ed autosufficienti; ritrovare la fiducia nelle proprie effettive capacità.

Il bravo avvocato familiarista è in grado di calarsi in un ruolo ben più ampio, volto ad evitare l'acuirsi del conflitto<sup>12</sup>, ed è in grado di ridurre gli effetti negativi<sup>13</sup>.

E, in effetti, ha un dovere di competenza più ampio, multidisciplinare, deve arginare il conflitto non alimentarlo non fomentarlo (evitando un atteggiamento collusivo, prestando attenzione a non fare domande

---

<sup>12</sup> "L'avvocato deve obiettivamente e serenamente elevarsi al di sopra delle parti e, nel dare l'indispensabile contributo tecnico per la risoluzione della lite in favore del proprio cliente, è tenuto a moderare la passione, da cui talvolta può essere trascinato, nei limiti invalicabili dettati dal necessario rispetto verso tutti i protagonisti del processo: il dovere di attenersi a criteri di moderazione nella manifestazione delle proprie opinioni non incontra un limite neppure nella tutela del diritto di difesa, e segnatamente nell'adempimento degli obblighi d'informazione connessi all'espletamento del mandato difensivo, imponendosi anche nella corrispondenza con il proprio cliente, nella quale l'eventuale dissenso dalle opinioni espresse o dalle strategie difensive adottate da altri avvocati e la critica di comportamenti processuali o extraprocessuali da questi ultimi tenuti non possono mai eccedere la finalità informativa della comunicazione, che deve risultare non solo veritiera nel contenuto, ma anche pertinente all'adempimento dell'incarico professionale e contenute nei toni usati."

Corte di Cassazione, SS.UU, sentenza n. 13168 del 17 maggio 2021

<sup>13</sup>La responsabilità sociale degli Avvocati impone loro di essere difensori del diritto anche fuori dal processo; il **codice deontologico degli avvocati europei** nel definire la *mission* degli avvocati affida loro questo ruolo «Il compito dell'avvocato, a prescindere dal fatto che difenda una persona fisica, un ente o lo Stato, è quello di consigliare e rappresentare fedelmente il cliente, agendo come professionista rispettato dai terzi e come attore imprescindibile per la buona amministrazione della giustizia. L'avvocato che, riunendo in sé tutti questi elementi, persegue fedelmente gli interessi del suo cliente e garantisca il rispetto dei suoi diritti, svolge anche una funzione sociale, che è quella di prevenire ed evitare i conflitti».

Gli avvocati che operano nell'ambito del diritto di famiglia devono, dunque, declinare i principi generali di cui alla legge forense e al codice deontologico con particolare intensità e specificità posto che nell'effettuare le scelte legate all'adempimento del mandato ricevuto devono provvedere a **tutelare le parti che rappresentano nel rispetto dell'interesse primario dei minori coinvolti** evitando che possano diventare "merce di scambio" tra i genitori o, ancor peggio che possano essere utilizzati dagli stessi per lucrare "vantaggi economici" o, più semplicemente, essere strumento con cui alimentare la conflittualità che spesso le parti non riescono responsabilmente ad affrontare.

suggestive o incalzanti o troppo condiscendenti); deve agire con prudenza che non vuol dire paura; deve avere riguardo alla tutela delle esigenze dell'intera famiglia, alle relazioni e agli interessi anche dei minori coinvolti; deve dunque assumere comportamenti ancor più rigorosi e attenti sotto il profilo deontologico (mettere in campo dei correttori di corrente utili ad arginare la componente distruttiva dando così spazio a movimenti ricostruttivi finalizzati a salvaguardare in modo particolare i legami affettivi dei minori, avendo e trasmettendo la consapevolezza che tutti i membri di quella famiglia devono prima o poi elaborare il fallimento di quel progetto di vita).

Dalla mia formazione in counseling ho appreso la capacità di ascoltare, sospendendo il giudizio, e di comunicare con modalità non violente, indispensabili per non alimentare i conflitti e facilitare l'incontro tra le persone, soprattutto quando la loro volontà è tutt'altra.

Counseling e assistenza legale si integrano per fornire al cliente un'accoglienza piena, centrata sulla sua persona e sullo specifico della sua vicenda relazionale attraverso tutte le fasi del processo.

Non un ascolto qualsiasi ma un ascolto consapevole ed attento ai bisogni dell'altro.

L'ascolto attivo è la capacità di porre attenzione alla comunicazione dell'altro senza formulare giudizi. È un atto intenzionale che impegna la nostra attenzione a cogliere quanto l'altro ci riferisce sia in modo esplicito che implicito, sia a livello verbale che non verbale.

Affinché diventi attivo: "l'ascolto deve essere aperto e disponibile non solo verso l'altro e quello che dice, ma anche verso sé stessi per

ascoltare le proprie reazioni, per essere consapevoli dei limiti dei propri punti di vista”<sup>14</sup>

E' un atto di ospitalità fare il vuoto e far posto all'altro, nel concedergli uno spazio e un tempo nella mente e nel cuore.

Per comprendere cos'è l'ascolto attivo, la definizione di Rogers può essere utile.

Nel suo libro, “Terapia Centrata Sul Cliente“, leggiamo che per Carl Rogers l'ascolto attivo può essere descritto attraverso i seguenti momenti:

1. Osservare e ascoltare il messaggio verbale dell'altro;
2. Fare una ipotesi sulle emozioni dell'altro;
3. Comunicare la propria impressione, assumendo un atteggiamento empatico;
4. Aspettare la conferma o la correzione da parte dell'altro.

L'ascolto attivo per Rogers permette di indurre un cambiamento nella persona con cui interagiamo, predisponendola a uno scambio positivo. Ciò avviene grazie alla circolarità della comunicazione, per cui alla rabbia si risponde con rabbia, all'aggressività con l'aggressività e così via.

Al contrario, se a un atteggiamento qualsiasi rispondiamo con l'ascolto attivo, è probabile che ciò susciti anche nell'altro una reazione di ascolto.

Ascolto equivale ad accogliere, a concedere tempo e spazio all'altro a fare il vuoto dentro di sé per consentirgli di passare da rivendicazioni a espressioni dei bisogni. Bisogni che vanno esplorati.

---

<sup>14</sup>Spalletta, 2011

L'ascolto attivo mi permette di: conoscere la storia del Cliente cercando di cogliere le emozioni, comprendere in quale stadio del processo di maturazione si trova, raccogliere informazioni, ascoltare interessi, obiettivi, valori, fare domande aperte, riflettere emozioni, interessi e obiettivi, identificare gli interessi più immediati e le urgenze, identificare gli interessi più ampi e gli obiettivi a lungo termine, fare domande aperte sulle ansie, timori e preoccupazioni, fare domande aperte anche relative al punto di vista dell'altra parte.

L'arte del porre le domande propria del Counseling permette di portare attenzione alle domande da formulare. E' uno strumento potentissimo per stimolare un dialogo costruttivo e collaborativo.

Ci sono situazioni in cui l'avvocato deve raccogliere informazioni, arricchire di dati la situazione, far parlare di sé il Cliente per metterlo a proprio agio ( in warm up e ascolto); in altre l'Avvocato deve avere risposte, impegni.

Una buona domanda fa parte del metodo del rispecchiamento e facilita il processo relazionale e la consapevolezza. Genera ascolto e disponibilità.

Le domande possono essere aperte o chiuse.

Esempi di domande aperte sono:

Come sta?

Di cosa mi vuole parlare?

Come si sente?

Da dove cominciamo?

Vuole parlarne?



Le domande chiuse invece sono quelle che portano ad una risposta: Si o No. Esempio: ha fratelli? E' sposato? .... convive?

Le domande chiuse bloccano la comunicazione nel senso che difficilmente la persona risponde con una risposta elaborata che permetta l'autoesplorazione e l'apertura di sé.

La scelta della domanda da porre alla parte determinerà il clima di accoglienza e di serenità nel corso degli incontri, agevolando la disponibilità o la chiusura al dialogo.

Ogni domanda può dunque rispondere a diverse tipologie di obiettivi, esistono domande utili a chiarire (cosa intende dire? Mi spiega meglio?), oppure a riassumere un punto di vista su uno specifico argomento e che portano a prendere contatto con i significati e i valori (che significato ha per Lei? Cosa è importante per Lei?), domande strategiche per cambiare argomento o direzionare il dialogo, domande che esplorano convinzioni ed emozioni limitanti (Cosa succederebbe se lo facesse?)

Importante è anche il modo di chiedere, a livello non verbale, nell'espressione della voce, nel tono che può essere gentile, aperto, empatico oppure può essere indagatorio.

Un altro aspetto importante è evitare di investire la parte con una raffica di domande: la domanda è un invito a ricercare all'interno, presuppone un dare spazio e tempo all'altro per fare questa ricerca interna.

Nel corso delle sessioni è utile ripetere, con le stesse parole, i contenuti espressi dal Cliente a conferma che c'è stato un ascolto attento e una volontà di comprendere il di lui punto di vista. Ciò offre anche la possibilità di confermare o correggere quanto è stato

espresso. Inoltre quando la sessione assume toni più vivaci o è necessario effettuare una pausa consente di rallentare il ritmo e fare il punto della situazione e pianificare i passi successivi.

Importante è anche il tono con cui si ripete i contenuti. Un tono pacato con dei silenzi stempera il clima di modo da renderlo più sereno consentendo anche al Cliente di ascoltare quanto detto.

Il ripetere i contenuti rinforza affermazioni positive o un interesse comune tra le parti.

Il rispecchiamento empatico non interpreta mai le parole dette dal Cliente.

Il valore del rispecchiamento empatico risiede nella capacità di creare un clima socio-affettivo caloroso e rassicurante, consente alla persona che parla di ricevere una serie di feedback di varia natura che lo inducono a riflettere su di sé, sulle affermazioni prodotte e sulla componente implicita contenuta nel suo stesso pensiero.

Quando la restituzione è precisa e non interpretativa, affettiva e tendente a trasmettere empatia, il cliente che la riceve può vivere la sensazione di essere realmente ascoltato e visto, validato nei suoi pensieri e sentimenti, realmente accettato.

E' molto importante il primo incontro con il cliente per conoscere la storia, manifestare il potere dell' ascolto per fornire una struttura per contenere la paura del cliente e promuoverne l'autodeterminazione per aiutarlo ad iniziare ad assumersi la responsabilità delle proprie scelte.

Importante affrontare con il Cliente il tema dell'importanza della scelta della procedura da intraprendere ed elencare le alternative procedurali quali:

Tavolo della cucina: le parti ne parlano tra le mura di casa e cercano un accordo senza la presenza di avvocati

Mediazione: le parti con l'aiuto di un mediatore e assistiti dagli avvocati cercano di trovare un accordo

Negoziazione tradizionale: Le parti sono assistite dagli avvocati in via stragiudiziale

Pratica collaborativa: i professionisti collaborano insieme alle parti alla ricerca di un buon accordo

Contenzioso: le parti sono assistite dagli avvocati. La decisione spetta al Magistrato.

Un avvocato con buone abilità di counseling più facilmente coinvolge i propri assistiti nella responsabilità delle scelte procedurali da adottare, producendo risultati relazionali e professionali di maggior soddisfazione e successo.

## ***L'AVVOCATO DEL MINORE***

L'avvocato dei minorenni, è una particolare figura dell'avvocatura, in quanto chiamato a rappresentare, difendere ed assistere, un soggetto minore, ritenuto dall'ordinamento meritevole di tutela, non essendo ancora capace d'agire, e pertanto non in grado, di far valere autonomamente, i propri interessi.

La legge n. 149 del 2001, ha previsto l'obbligo di nominare, anche d'ufficio, al minore un avvocato (Curatore speciale), nelle procedure relative alla dichiarazione di adottabilità, nei procedimenti sulla limitazione o decadenza dalla responsabilità genitoriale e nei casi in cui sussista un conflitto d'interesse tra il minore ed i genitori.



Nella materia del diritto minorile, l'avvocato ha un compito molto delicato. Si evidenzia l'elevata responsabilità dell'avvocato chiamato a dare il proprio apporto di specifica professionalità che non deve essere

esclusivamente giuridica, ma svolto con la competenza e la capacità di agevolare il raggiungimento di un equilibrio familiare adeguato alle esigenze di vita dei minori coinvolti. L'avvocato infatti, come ogni operatore coinvolto in questi giudizi, non può sottrarsi all'obbligo di tutela dell'interesse del minore.

In questa materia, con le abilità del counseling ho sviluppato una capacità comunicativa e una competenza relazionale che mi permette non solo di rapportarmi con il minore assistito ma anche di dialogare con la famiglia, interagire con i servizi sociali (quali ad esempio tutore, educatori, responsabili delle strutture in cui il minore fosse inserito, famiglie affidatarie, assistenti sociali, medico, terapeuta o insegnanti), collaborare con i consulenti sviluppando con tutti questi soggetti un rapporto di collaborazione sinergica, anziché di contrapposizione.

La formazione in counseling mi ha fornito strumenti per poter comprendere meglio la personalità del minore nelle varie fasi dello sviluppo evolutivo, e per poter entrare con maggior competenza all'interno delle dinamiche familiari. Affinché il minore sia veramente presente con i propri bisogni nelle procedure che lo riguardano è necessario che il suo difensore sappia interpretarli correttamente, attivando con lui una valida e proficua relazione. E il counseling in questo mi aiuta.

Molto importante e estremamente complesso è l'ascolto del minore.

*Che cosa significa ascoltare?*

*Ascoltare vuol dire capire ciò che l'altro NON dice ( Carl Rogers)*

Il difensore del minore, incontra il minore, lo ascolta, mantiene un contatto costante e, soprattutto, gli spiega l'esatto ruolo che gli compete nonché l'oggetto ed i possibili effetti del procedimento in corso. Dovrà anche spiegare al minore chi sono gli altri soggetti del procedimento e il loro ruolo, informarlo del suo diritto di far conoscere i suoi desideri al giudice, che ne terrà conto ai fini della decisione, ma che non vi è alcuna garanzia che gli stessi vengano accolti, rappresentandogli le possibili conseguenze delle sue opinioni e, soprattutto, che il difensore del minore esprimerà un parere che terrà conto anche degli altri elementi emersi nel processo finalizzato a far emergere il suo superiore interesse.

In caso contrario, qualora il minore sia accertato che non ha la capacità di discernimento, il difensore chiederà agli operatori del servizio sociale che si stanno occupando del minore, di affiancarlo negli incontri così da poter determinare, laddove possibile, l'opinione del minore dall'osservazione dei comportamenti del minore stesso.

Occorre dunque riuscire a discernere non solo l'interesse del minore astrattamente inteso, ma anche la sua opinione nello specifico.

Bisogna capire qual è il superiore interesse del minore (il minore è portatore del superiore interesse che consiste nello sviluppo armonioso del benessere psicofisico).

Il ruolo del difensore del minore va al di là dell'agire in nome e per conto, essendo anche diretto a portare a conoscenza del magistrato la volontà del minore<sup>15</sup>.

Occorre un ruolo neutrale e di autonomia per non aderire *tout court* alle richieste del cliente. Mi è molto utile accorgermi se sto

---

<sup>15</sup>VADEMECUM DEONTOLOGIA PROFESSIONALERUOLI, CONDOTTE, OBBLIGHI, DIVIETI DELL'AVVOCATO, a cura della Commissione Famiglia e Minori, Ordine Avvocati, Milano, GIUGNO 2017.

“confluendo” nella storia e nelle istanze del minore. ( interruzione di contatto)

In questa materia assisto a casi di grave conflittualità familiare fra i genitori che si sentono “spodestati” e mi occorrono strumenti per tentare di portare pace, equilibrio e protezione agli interessi dei minori coinvolti.

## **L'AVVOCATO NEL PROCESSO PENALE DI FAMIGLIA**

L'avvocato che si occupa, nei processi penali relativi a violenza domestica, della difesa di persone offese, compresi i minori, o di indagati/imputati/condannati, deve osservare con maggiore scrupolo ed attenzione alcune norme deontologiche destinate a tutelare e rispettare la persona coinvolta in tali delicate vicende familiari.

Una volta appurata, con il proprio cliente, la fondatezza dell'azione penale da intraprendere, l'avvocato potrà meglio accompagnare il proprio cliente in questo delicato, difficile e doloroso percorso, se saprà mettere in campo abilità proprie del saper fare counseling:

- Accogliere la persona offesa vittima di violenza domestica, senza esprimere giudizi o valutazioni di natura morale, rispettando anche la sua eventuale tendenza a nascondere o minimizzare ciò che le sta capitando. Occorre sapere dedicare attenzione e investire tempo nell'ascolto, offrire fiducia e affidabilità, ponendo le domande necessarie solo alla fine del racconto, tenendo presente che ogni storia ha una sua caratteristica personale.

*"La tendenza a giudicare gli altri è la più grande barriera alla comunicazione e alla comprensione." (Carl Rogers)*

- Comprendere e non confondere il "conflitto" e la "violenza". Il conflitto, infatti, tipico delle separazioni familiari, presuppone una situazione di forza paritaria e, quindi, di atteggiamenti violenti reciproci. L'astio, la delusione ed il livore che caratterizzano questi momenti conducono sovente ad una alterazione della realtà ovvero ad un ingigantimento della stessa, con comportamenti volutamente provocatori l'uno dell'altro, che valutati nel complesso possono poi risultare privi di rilevanza penale. La violenza, invece, presuppone che una parte sia totalmente sottomessa – sul piano fisico e/o



psicologico e/o economico – e tenda a volte a realizzare condotte violente per una evidente forma di difesa.

Nella mia esperienza professionale di avvocato ho potuto riscontrare, assistendo vittime di maltrattamenti e violenza da parte dei loro partners, la ripetitività delle dinamiche che contraddistinguono tale fenomeno e che Hirigoyen ha articolato in quattro fasi, ripetitive.<sup>16</sup> A ciascuna tappa, il pericolo per la vittima aumenta.

Prima tappa: fase di tensione, di irritabilità dell'uomo, legata secondo lui, a preoccupazioni o a difficoltà nel quotidiano. Durante questa fase, la violenza non si manifesta in modo diretto, ma trapela dalle mimiche (silenzi ostili), dagli atteggiamenti (occhiate aggressive), o dal timbro di voce (tono irritato). Tutto quello che fa la sua compagna, dà fastidio. Durante questa fase di accumulo della violenza, l'uomo tende a rendere la donna responsabile delle frustrazioni e dello stress della propria vita; naturalmente, i motivi che accampa sono un semplice pretesto, e in nessun caso una causa della violenza; eppure, la donna si sente responsabile. Se chiede cosa c'è che non va, il compagno risponde che va tutto bene, che è lei che si inventa le cose, che ha una falsa percezione della realtà, e la fa sentire in colpa: "Di cosa parli?"; "Non capisco di che ti lamenti!"; "Mi dai noia, non ho fatto proprio niente!". Si giunge allora alla violenza verbale e agli insulti, e la donna rimpiange di aver fatto una domanda.

Seconda tappa: fase di attacco, in cui lui dà l'impressione di perdere il controllo di sé stesso. Ecco allora urla, insulti e minacce; l'uomo può anche rompere oggetti prima di aggredire fisicamente la compagna. La violenza fisica incomincia per gradi: spintoni, braccia torte, schiaffi, poi pugni ed eventualmente l'uso di un'arma. Non è raro che a questo

---

<sup>16</sup>HIRIGOYEN, Sottomesse,cit., 56.

stadio l'uomo voglia avere rapporti sessuali, per meglio sottolineare il proprio dominio. La donna non reagisce perché, grazie a piccoli, perfidi attacchi, il terreno è stato preparato, e lei ha paura. Può protestare, ma non si difende. Di rado l'aggressione provoca collera in lei, quanto piuttosto tristezza e un senso di impotenza. Qualunque reazione irosa non fa che aggravare la violenza del partner, quindi la donna è indifesa e, influenzata psicologicamente com'è, spesso non ha altra via che la sottomissione.

Terza tappa: fase di scuse, di pentimento, in cui l'uomo cerca di cancellare o di minimizzare il proprio comportamento. L'uomo cerca di disfarsi dei rimorsi trovando una spiegazione in grado di discolparlo. La cosa più facile è dare la responsabilità alla compagna: è lei che l'ha provocato; oppure può giustificare il suo comportamento con motivazioni esterne (ira, alcol o superlavoro). Questa fase ha la funzione di fare sentire in colpa la donna, portandola a dimenticare la collera. In genere, lei finisce per dirsi che stando più attenta e modificando il proprio comportamento potrà evitare che il compagno perda di nuovo la pazienza. L'uomo chiede perdono, giura che non succederà più. Se la donna riesce finalmente ad andarsene, lui contatta qualche intimo perché la convinca a tornare. In quel momento l'uomo è sincero, ma ciò non significa affatto che non ricomincerà. Troppo spesso le donne prendono per oro colato le belle promesse fatte durante questa fase e concedono ben presto il loro perdono. Tanto più che l'uomo approfitta del momento per giustificarsi, ad esempio parlando della propria infanzia infelice, e per ricattare psicologicamente: "Solo tu puoi aiutarmi. Se mi lasci, non mi resta che morire!".

Quarta tappa: possibile fase di riconciliazione, definita anche della "luna di miele", in cui l'uomo adotta un atteggiamento carino,

all'improvviso si mostra attento, premuroso. Si mostra anche innamorato, offre regali, fiori, inviti al ristorante e si sforza di rassicurare la compagna. Può addirittura farle credere che è lei ad avere il potere. A volte, questa fase viene interpretata come una manipolazione perversa degli uomini al fine di meglio "tenere" la donna. In realtà, in questo preciso momento, gli uomini sono sinceri perché terrorizzati dall'idea di essersi spinti troppo oltre e di essere lasciati dalla moglie. Invece, è la paura dell'abbandono che porta a questo cambiamento momentaneo, ed è la medesima paura che, più tardi, li porterà a riassumere il controllo sulla compagna. Durante questa fase le donne ricominciano a sperare perché ritrovano l'uomo che era stato capace di farle innamorare. Pensano che riusciranno a recuperare quell'uomo ferito e che, con l'amore, lui cambierà. Disgraziatamente, tutto ciò non fa che alimentare la speranza nella donna, aumentando così il suo livello di tolleranza agli attacchi. In genere, è questo il momento che lei ritira le querele. Mentre la paura provata durante il periodo aggressivo potrebbe darle la voglia di porre fine alla situazione, il comportamento del compagno durante la fase di pentimento la stimola a rimanere. Il ciclo della violenza può così ricominciare.

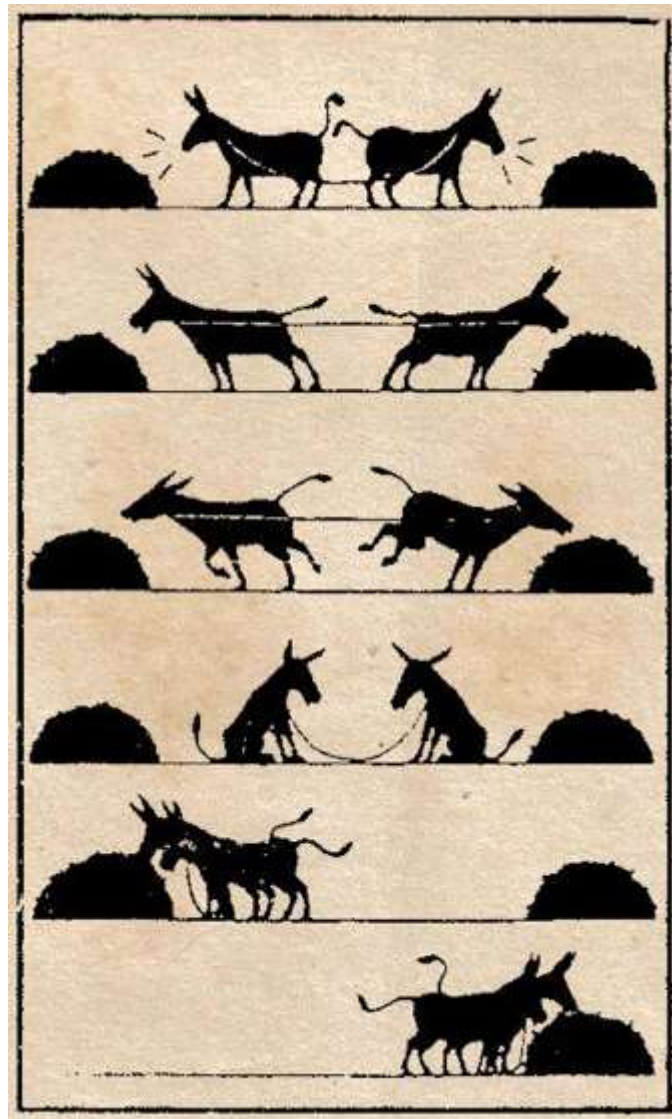
Esiste un enorme differenza nel comportamento dell'uomo durante la fase di tensione e durante quella di riconciliazione. Le donne dicono spesso che non si trovano più di fronte allo stesso uomo, ma a un dottor Jekyll e Mr Hyde.

Le competenze di counseling che ho acquisito mi permettono, oggi, di meglio riconoscere le specifiche sofferenze e difficoltà, che le mie assistite attraversano, in ciascuna di queste "tappe", e meglio aiutare loro stesse a farci i conti.

Mi è di supporto fare dei profondi respiri nella pancia per non essere sopraffatta dalle emozioni e per portare calma e non farmi prendere dal dover trovare una soluzione.

*L'ansia sequestra la sostanza grigia - Goleman*

## L'AVVOCATO NEGOZIATORE



L'avvocato che si occupa di diritto di famiglia a maggior ragione, deve conoscere e utilizzare le ADR (Alternative Dispute Resolution – procedura di risoluzione alternativa).

E' utile una breve premessa per far comprendere la differenza che sussiste tra un Avvocato processualista e un avvocato negoziatore.

L'avvocato processualista costruisce una linea difensiva in base al caso specifico, alle norme e sentenze applicabili e agli elementi

probatori in possesso, tenendo conto dei punti deboli della vicenda. Ragiona in termini di torto e ragione, di vincita e di perdita.

La trattativa che svolge un avvocato processualista è all'ombra del processo, è in ogni caso protetta (non si scoprono le carte, ci sono dei termini per esibire documenti). E' una transazione in cui le parti mantengono comportamenti rigidi minacciando il ricorso in giudizio, partono dalla posizione giuridica che hanno assunto e via via si concedono delle reciproche rinunce per raggiungere un accordo.

Tirare in lungo, minacciare l'abbandono, fare muro e altre tattiche del genere accrescono il tempo e il costo necessari per raggiungere l'accordo come pure il rischio che non si arrivi ad un accordo alcuno.

L'avvocato negoziatore, che partecipa a quelle che vengono chiamate ADR (Alternative Dispute Resolution – procedura di risoluzione alternativa) non aggiudicativa e stragiudiziale, cioè senza un giudizio che venga dall'alto, quali la Mediazione Civile<sup>17</sup>, la mediazione familiare<sup>18</sup>, la negoziazione assistita<sup>19</sup>, la pratica collaborativa<sup>20</sup>, la

---

<sup>17</sup>La **mediazione civile** e commerciale (mediazione finalizzata alla conciliazione delle controversie civili e commerciali) è l'attività, comunque denominata, svolta da un terzo imparziale e finalizzata ad assistere due o più soggetti nella ricerca di un accordo amichevole per la composizione di una controversia.

<sup>18</sup> *“Processo attraverso il quale due o più parti si rivolgono direttamente ad un terzo neutrale, il mediatore, per ridurre gli effetti indesiderabili di un grave conflitto. Essa mira a ristabilire il dialogo tra le parti allo scopo di conseguire la realizzazione di un processo di riorganizzazione delle relazioni che risulti il più possibile soddisfacente per tutti. L'obiettivo finale della mediazione si realizza una volta che le parti si siano creativamente riappropriate, nell'interesse proprio e di tutti i soggetti coinvolti, della propria attiva e responsabile capacità decisionale”.* *“La mediazione familiare – Problemi, prospettive, esperienze” di Michele Corsi e Chiara Sirignano Ed. 2007 V&P, Vita e Pensiero “.*

<sup>19</sup> La **negoziazione assistita** è un istituto dell'ordinamento italiano che consiste nella risoluzione di una lite su diritti disponibili tramite la sottoscrizione di una convenzione di negoziazione, un impegno affinché la controversia si risolva in modo amichevole. Regolamentato dal Decreto Legge 12 settembre 2014 n. 132 - "Decreto Giustizia", convertito con modificazioni dalla Legge 10 novembre 2014 n. 162, risponde alla necessità di assicurare una maggiore funzionalità ed efficienza della giustizia civile trasladando dal piano giudiziario a quello della cooperazione tra le parti la risoluzione di controversie non riguardanti diritti indisponibili (art. 2, comma 2, lett. b).

La negoziazione è assistita da avvocati iscritti all'Albo anche ai sensi dell'art. 6 del Decreto Legislativo 2 febbraio 2001, n.96 che hanno il dovere deontologico di informare il proprio cliente della possibilità di ricorrere alla convenzione.

<sup>20</sup> La **Pratica Collaborativa** è un metodo di risoluzione non contenziosa dei conflitti familiari nato negli Stati Uniti negli anni 90 del secolo scorso e ormai praticato in molti Paesi europei, dal 2010 anche in Italia.

conciliazione<sup>21</sup>, l'arbitrato<sup>22</sup>, invece, non guarda alla colpa o alla ragione, non negozia su rinunce ma "ragiona" insieme al Cliente, cercando soluzioni sul futuro (non guarda al passato), soluzioni condivise basate sugli interessi delle parti ( non sulla posizione giuridica ) di modo che vi siano due vincitori ( Win – Win).

Occorre dedicare tempo con il Cliente per far comprendere come affrontare il conflitto, spostandosi dal tavolo della cucina di casa alle aule di Tribunale, ai metodi alternativi di risoluzione, in cui l'avvocato affianca / rappresenta il Cliente ed entrano in gioco altri professionisti, quali: il Mediatore nelle mediazioni, il facilitatore della comunicazione nella pratica collaborativa, l'arbitro negli arbitrati, il coordinatore genitoriale nella coordinazione genitoriale.

---

La Pratica Collaborativa nasce infatti nel 1990, quando l'avvocato del Minnesota Stu Webb ideò questo nuovo metodo per la soluzione delle controversie legali, nella convinzione che gli avvocati che non volevano demandare al giudice la definizione del conflitto, avrebbero dovuto necessariamente mettersi alla prova per risolverlo in maniera creativa e partecipativa

Quando si parla di pratica collaborativa si fa riferimento ad un processo di negoziazione stragiudiziale che coinvolge nelle trattative, in modo diretto, le parti, i rispettivi avvocati e gli eventuali altri professionisti che li assistono, in uno spirito di collaborazione, buona fede e trasparenza, nell'intento di raggiungere soluzioni concordate.

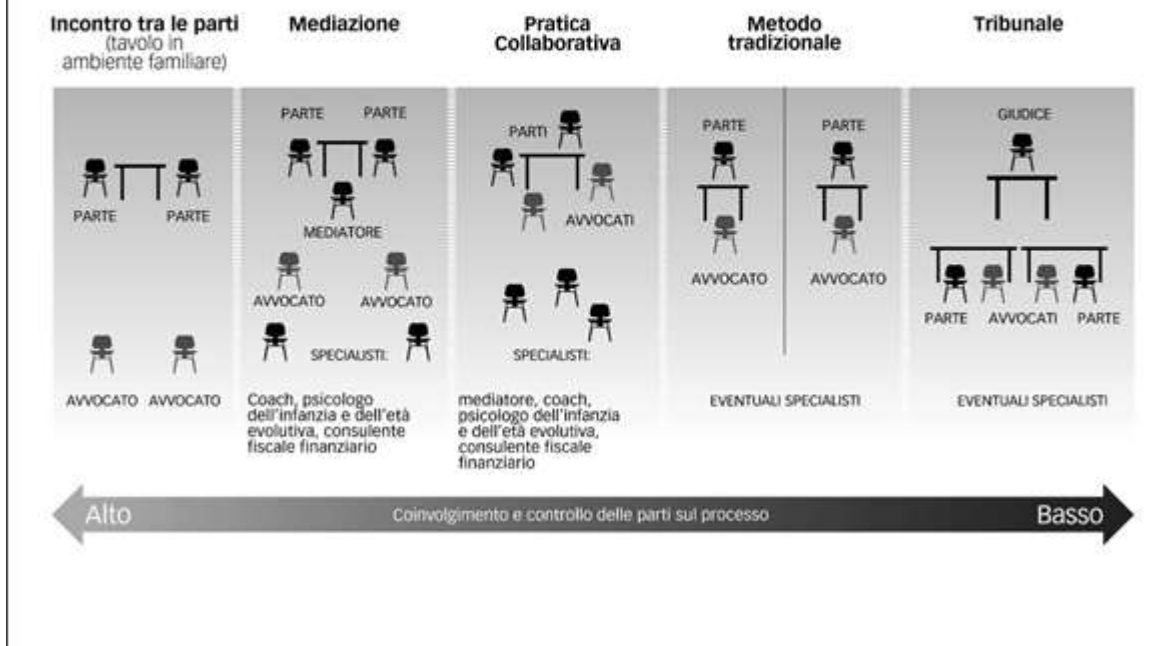
Questa pratica si pone in alternativa sia al procedimento giudiziale contenzioso, sia alla negoziazione stragiudiziale tradizionale volta al raggiungimento di un accordo. Da [www.praticacollaborativa.it](http://www.praticacollaborativa.it)

<sup>21</sup> La **conciliazione**, nel diritto italiano, è un modo di risoluzione delle controversie civili attraverso il quale le controparti raggiungono un accordo mediante l'ausilio di un terzo.

Si dice giudiziale, quando il terzo è un giudice, di solito lo stesso chiamato e risolvere la controversia; stragiudiziale quando è svolta al di fuori del giudizio, ed è riservata ad un conciliatore, ovvero un soggetto anche professionale, che funge da mediatore. In tutti i casi, la conciliazione presuppone una libera determinazione delle parti, anche se raggiunta con l'aiuto di un terzo.

<sup>22</sup> L'**arbitrato** è un metodo alternativo di risoluzione delle controversie (cioè senza ricorso ad un procedimento giudiziario) note anche come ADR (Alternative dispute resolutions), che consiste nell'affidamento a uno o più soggetti terzi (gli arbitri) dell'incarico di risolvere una controversia, mediante una decisione (il lodo) che sarà vincolante per le parti e suscettibile di essere eseguita, anche in via forzata.

## Opzioni per la risoluzione del conflitto



Nelle mediazioni, il Mediatore (terzo imparziale), ad esempio “conduce” la mediazione, non decide, non propone soluzioni ma “esplora tutti gli interessi delle parti. Sono le parti (assistite dagli avvocati negoziatori) che trovano la soluzione e ragionano in termini di costi – benefici. E’ un lavoro di squadra.

È un percorso, un procedimento finalizzato a raggiungere un accordo amichevole per la risoluzione o composizione di una lite.

Vi è una duplice natura.

Da un lato ha una dimensione giuridica, trattandosi di un vero e proprio istituto giuridico, in quanto dotata di una propria disciplina e di un proprio procedimento.

Dall’altro lato, la mediazione ha una componente che nulla ha a che vedere con le scienze giuridiche: il percorso mediatizio è volto a tentare di risolvere la singola lite, oggetto del procedimento, non in



base al diritto, ma tramite strumenti afferenti ad altri campi, in particolare afferenti alle scienze psicosociali.

Come detto, la mediazione è procedimento stragiudiziale di risoluzione delle controversie.

Prima di parlare di controversia (in senso giuridico) dovrebbe però parlarsi di conflitto, inteso quale crisi di comunicazione e cooperazione tra soggetti privati da cui si origina la controversia.

Il percorso mediatizio, che può portare alla composizione della controversia, è in questi termini innanzitutto un percorso di **ripristino della comunicazione tra le parti**. Percorso in cui le parti sono aiutate dal mediatore: il professionista che svolge la mediazione con l'obiettivo, rimanendo sempre privo del potere di rendere giudizi o decisioni vincolanti per le parti, di aiutare le stesse nella ricerca dell'accordo conciliativo<sup>23</sup>

In una controversia, difatti, i soggetti in lite avanzano le proprie pretese gli uni nei confronti degli altri, **spostando spesso l'attenzione dall'originario conflitto tra loro sorto alla contrapposizione tra le opposte pretese giuridiche vantate**.

Il percorso di ripristino della comunicazione tra loro, invece, permette l'emersione dei reali interessi sottesi alla lite: il primo passo per il litigante è rendersi conto di ciò che realmente vuole, il che è diverso, in particolare, da quanto si chiede solitamente alla propria controparte o da quanto si ritiene possibile ottenere con una causa in Tribunale.

Il percorso mediatizio è quindi innanzitutto volto a mettere in luce non tanto le posizioni vantate quanto gli interessi reali (di cui a volte

---

<sup>23</sup>(SPINA, *La mediazione delle controversie condominiali*, Altalex, 2014).

nemmeno ci si rende effettivamente conto e che spesso non possono essere considerati in un'aula di Tribunale).

In tale processo le parti sono aiutate dal mediatore, che le assiste in detta attività di comprensione dei propri reali interessi ed esposizione degli stessi (aiutandole, peraltro, a farli emergere).

Gli interessi possono essere emotivi, relazionali, legali, finanziari, procedurali.

Tale attività, grazie alle competenze del mediatore, diviene **ascolto e dialogo** tra le parti; dialogo che ha ad oggetto non posizioni giuridiche (tra loro inevitabilmente contrapposte), bensì gli interessi delle stesse (che invece ben possono non essere in reciproca contrapposizione).

Il focus della discussione si sposta quindi sul futuro: sulla soluzione del problema.

Si genera, quindi, un ampliamento dell'oggetto della controversia; la quale, quindi, può per questa via avere soluzioni conciliative – per così dire – creative: specifiche, personalizzate, potenzialmente infinite (non ipotizzabili a priori).

L'accordo conciliativo consiste nel soddisfacimento dei reali interessi sottesi alla lite di tutte le parti coinvolte: soluzione più adatta alla specifica unica e irripetibile fattispecie concreta.

La mediazione considera quindi gli elementi del rapporto tra le parti in lite inizialmente non considerati né inseriti/inseribili nelle domande avanzate nei confronti della controparte: la mediazione non guarda al passato, ma al futuro (al rapporto tra i soggetti in lite); è volta alla “ridefinizione della relazione intersoggettiva in prospettiva futura” (relazione illustrativa al D.lgs. 28/2010) e ne promuove la riorganizzazione.

Il Mediatore sollecita le risorse dei singoli, restituisce in modo da aiutare la parte a rinforzarsi ( attraverso il rafforzamento dei legami familiari ad esempio), se vi è un'incapacità a riprogettare / rielaborare il futuro. E' uno specchio che restituisce le emozioni purificate dai sentimenti della rabbia e del rancore.<sup>24</sup> “ Lo strumento del mediatore è lo specchio che accoglie le emozioni dei protagonisti per rifletterle”.

Secondo la logica della mediazione, quindi, la controversia non viene risolta con la netta demarcazione tra torti e ragioni: né vi è una decisione sulla lite imposta da un terzo (giudice, arbitro, etc.); l'accordo conciliativo non è raggiunto tramite l'applicazione delle norme sostanziali rilevanti nel singolo caso (come avviene in sede giurisdizionale dove, appunto, un soggetto terzo valuta la fondatezza delle pretese giuridiche avanzate), tanto meno è il risultato di reciproche concessioni sulle originarie posizioni giuridiche (transazione, negoziazione); esso, invece, risponde ai reali interessi delle parti che, quindi, risultano, per questa via, tutte pienamente soddisfatte dell'accordo raggiunto (dotato, pertanto, anche di una potenziale maggiore stabilità nel tempo).

Tale percorso vede quindi come protagonisti le parti.

Al centro vi sono i litiganti: non gli avvocati (che possono/devono avere un ruolo di assistenza e tutela dei propri assistiti); non il mediatore (che non ha potere di rendere giudizi e decisioni vincolanti, il cui ruolo è facilitare le parti nel processo di ripristino della comunicazione, superamento delle rispettive posizioni giuridiche, emersione dei reali interessi sottesi alla lite, accoglimento dei bisogni, ascolto, dialogo, ideazione della soluzione e raggiungimento dell'eventuale accordo conciliativo).

---

<sup>24</sup> Jacqueline Morineau, Lo spirito della mediazione, 1998

L'avvocato negoziatore è stato anche riconosciuto per la prima volta recentemente dalla Corte Suprema di Cassazione con la sentenza n. 8473 del 27.03.2019 che così recita testualmente: “ Si può osservare con la novella del 2013 che introduce la presenza necessaria dell'avvocato, con l'affiancare all'avvocato esperto in tecniche processuali che “rappresenta” la parte nel processo. L'avvocato esperto in tecniche negoziali , che “assiste” la parte nella procedura di mediazione, segna anche la progressiva emersione di una figura professionale nuova, con un ruolo in parte diverso, alla quale si richiede l'acquisizione di ulteriori competenze di tipo relazionale e umano, inclusa la capacità di comprendere gli interessi delle parti al di là delle pretese giuridiche avanzate”.

Ciò che ho appreso, con la mia formazione IN Counseling, mi è di grande aiuto nella gestione di tutto quanto qui sopra presentato; mi aiuta a supportare il cliente a focalizzare le proprie dinamiche emotive, per non farsene travolgere, e ad individuare le risorse personali cui può attingere per affrontare al meglio il proprio coinvolgimento nei conflitti che sta cercando di dirimere.

Nell'attività professionale dell'avvocato, i condizionamenti e i pregiudizi introiettati, influiscono sulle performance e sugli obiettivi in gioco.

Se non sono in grado di far fronte al carico emotivo delle situazioni che vivo, questo influenza il mio stato d'animo e la mia comunicazione, fino ad impedirmi un contatto pieno con l'altro, che sia il cliente, il collega o il magistrato.

La mia consapevolezza emotiva (per il cui sviluppo mi sono stati molto utili i lavori di alfabetizzazione emotiva svolti alla Scuola IN Counseling) mi è quindi molto utile per:

- non farmi travolgere dalle emozioni e perdere lucidità;
- sviluppare la capacità di gestire le emozioni;
- superare momenti difficili, come ad esempio la tensione che si sviluppa nella relazione con il cliente a seguito della vicenda da cui è attraversato, tra colleghi oppure con il Giudice durante l'udienza;
- lavorare sul supporto al Cliente e sulla sua consapevolezza per metterlo nelle condizioni di assumere le proprie decisioni aiutandolo a far emergere e definire i propri obiettivi e interessi, e le relative priorità.

Come insegna F. Perls, *“Riacquisire le emozioni e imparare ad abbracciarle è qualcosa di garante”*.

*Un altro aspetto importante del counseling, che ho appreso è la valorizzazione del “qui e ora”.*

*Nella relazione con i miei clienti, da avvocato, ho imparato a declinarla come capacità di trasmettere il messaggio:*

“ sono qui solo per te, qui e ora”.

Ho imparato a togliermi l'abito della fretta e l'urgenza del trovare la soluzione.

Cos'altro ancora ho imparato?

Ho imparato che:

1. la banalizzazione è nemica dell'ascolto ( Tanto le separazioni sono tutte uguali....);
2. nel negoziato è facile dimenticare che si ha a che fare non solo con i problemi degli altri ma anche con i problemi dell'avvocato,

la cui collera e frustrazione possono essere d'ostacolo a un accordo vantaggioso;

3. durante i negoziati mi è utile riflettere, effettuando anche la spola<sup>25</sup>, su quali sono le mie idee riguardo la separazione/divorzio, su quali sono le convinzioni che mi sono fatta del Cliente, sulla differenza tra i miei valori e quelli del cliente;
4. mi è utile sgomberare il campo dalla forma mentis dell'Avvocato che acquisisce le informazioni leggendole con il filtro del "giuridicamente rilevante"
5. mi è' utile sgombrare il campo dall'idea del professionista "esperto" ed essere disposta a scendere dal piedistallo;
6. ogni procedimento separativo è a sé, non è vero che tutte le separazioni sono uguali;
7. utili sono gli Incoraggiamenti mirati a ciascuna parte a parlare di sé;
8. considerata l'importanza del dialogo, nel corso degli incontri è utile sollecitare le parti a parlare di sé stessi in prima persona, spiegando i loro personali bisogni. Questo li incoraggerà ad evitare di esprimersi con toni accusatori verso l'altra parte addossandole il torto.

---

<sup>25</sup> Con il "fare la spola" intendiamo il muoverci, avanti e indietro, tra il concentrarci sul nostro "sentire" e ciò che questo nostro sentire ci porta a pensare e cosa e come questo ci faccia sentire; avanti e indietro, indietro e avanti.

Il "fare la spola" è una sorta di meditazione che integra l'ascoltarsi, il riflettere su ciò che si sente e l'ascoltare l'elaborazione di pensiero che da tutto questo scaturisce; il tutto in una sorta di moto perpetuo tra il nostro "sentire" ed il nostro "pensare". D. Nigro (<https://www.pragmacounseling.it/il-manuale-per-la-formazione-in-counseling/>)

9. È una tentazione attribuire alla controparte la responsabilità dell'accaduto, ma le rimostranze anche se giustificate di solito sono controproducenti;
10. la controparte, sottoposta all'attacco, si chiude in difesa e contesta tutto quello che le viene detto, smette di ascoltare o replica con un contrattacco;
11. Il rimprovero intreccia sempre fortemente le persone con il problema;
12. Quando si parla del problema occorre separare il problema dalla persona e portare l'attenzione sul problema, concentrandosi sugli interessi e non sulle posizioni;
13. Per cogliere gli interessi sottesi è utile avere conoscenza di quali sono i bisogni di un individuo ( vedi piramide di Maslow cfr pag. 8 bisogni primari, sociali, bisogni del sé).

Un Esempio:

Espongo ora un confronto tra una Negoziazione tradizionale e una negoziazione attraverso una procedura alternativa di risoluzione dei conflitti quale la Pratica Collaborativa per coglierne di differenze a livello comunicativo.<sup>26</sup>

Si potrà notare che nella negoziazione tradizionale la comunicazione è avversariale, gli avvocati enfatizzano la ragione del proprio cliente e il torto della controparte. Non vi è attenzione al setting, né alle posizioni del corpo dei Clienti e degli Avvocati.

---

<sup>26</sup> Ringrazio i professionisti Collaborativi di AIDC Associazione Italiana Professionisti Collaborativi ed in particolare il practise Group di Torino per gli approfondimenti

## **NEGOZIAZIONE TRADIZIONALE**

**Avvocato di Giorgio:** Buongiorno a tutti. Siamo qui per cercare di definire i punti essenziali della vostra separazione. Gli aspetti da decidere riguardano l'assegnazione della casa coniugale, l'affidamento e collocamento dei figli, il contributo al mantenimento dei figli e poi ci sono alcune questioni patrimoniali....

**Avvocato di Maria:** Scusa collega, ti interrompo subito perché non hai considerato che dobbiamo parlare anche del mantenimento della moglie.

**Avvocato di Giorgio:** non ne ho parlato perché questo è un tema che il mio cliente non vuole discutere. La signora ha piena capacità lavorativa e può tornare a lavorare a tempo pieno.

**Avvocato di Maria:** su questo punto non siamo d'accordo. La scelta del lavoro part time è stata una scelta condivisa per seguire meglio Viola. Non si può pensare che adesso la signora opti per il tempo pieno trascurando Viola solo per far risparmiare il marito.

**Avvocato di Giorgio:** Non si può neanche pensare che la scelta del part time, che era temporanea, dia adesso occasione a Maria per ottenere una rendita di posizione in danno di Giorgio. Viola si è inserita perfettamente nell'ambiente scolastico, ha ottime insegnanti che sanno gestire il problema e la sua dislessia non è di tipo grave ed è perfettamente compensata.

*( si può notare che spesso con la presenza dei clienti gli avvocati si sentano in dovere di essere persino più difensivi di*



*quanto sarebbero se parlassero soltanto fra di loro. Che cosa manca? Manca totalmente la voce delle parti. I legali si stanno sostituendo in tutto ai loro clienti e non li fanno parlare.)*

Vediamo ora con la Pratica Collaborativa in cui è importante fare in modo che le parti si sentano a proprio agio. Il setting è curato, non vi sono schieramenti da una parte e dall'altra parte del tavolo, si fa attenzione alla posizione del corpo. Si offre cibo e bevande per aiutare le persone a stemperare la tensione. I fazzoletti di carta sono solo un esempio, ma essere pronti a porgerli a chi ha bisogno di piangere lo fa sentire ascoltato. Il linguaggio non è lasciato al caso ma le parole sono scelte depurate dalle accuse, dal giudizio e dalle convinzioni negative.

## **PRATICA COLLABORATIVA**

**FACILITATORE:** bene, ora che abbiamo sottoscritto tutti l'accordo di partecipazione alla pratica collaborativa possiamo iniziare il lavoro insieme

**Avvocato di Giorgio:** come ci siamo già detti, siamo qui per cercare di aiutarvi a trovare insieme un accordo che regoli la vostra nuova organizzazione familiare, che venga incontro alle esigenze di tutti.

**Avvocato di Maria:** ci siamo impegnati ad evitare di utilizzare il ricorso al giudice per forzare gli accordi e di aiutarvi a riflettere su quali sono i vostri reali interessi per uscire insieme da questo momento difficile. Perciò non stupitevi se parleremo in modo collaborativo anche tra noi avvocati, perché in questa sede quello che ci preme è aiutarvi a trovare soluzioni condivise.

**FACILITATORE:** prima di entrare nel vivo, ci farebbe piacere sapere da voi cosa vi ha spinto a scegliere la pratica collaborativa e che aspettative avete. Chi se la sente di cominciare a dire qualcosa?

**Maria:** Inizio io. Io l'ho scelta perché vorrei evitare di fare cause spendendo troppi soldi. Anche se sono molto ferita per quello che sta succedendo vorrei proteggere i miei figli e farlo senza litigare. Spero che lavorando a questo tavolo si riescano a trovare accordi che tutelino innanzitutto i nostri figli.

**Giorgio:** anch'io credo che fare cause non sia il modo migliore per separarci. Quello che mi sta a cuore è mantenere un buon rapporto con i bambini e non essere tagliato fuori dalla loro vita. Vorrei anche che riuscissimo a trovare soluzioni che mi permettano di riorganizzarmi in modo adeguato e che davvero possano rispettare al massimo le abitudini della nostra famiglia.

**Avvocato di Giorgio:** Credo sia importante ricordarvi che lavoreremo in buona fede e che tutto quello che verrà detto a questo tavolo rimarrà riservato proprio perché possiate sentirvi liberi di parlare, fare proposte. Le copie dei documenti rimarranno riservate nelle mani degli avvocati e non faremo verbali, se non come promemoria di appuntamenti o cose da fare.

**FACILITATORE:** Sì grazie per averlo ricordato perché credo sia importante per il lavoro che dovremo fare. Cercheremo di fare del nostro meglio per aiutarvi in questo percorso. Lavoreremo tutti insieme ma chiunque di voi senta il bisogno di fare una pausa o di parlare separatamente con il suo legale ha ovviamente diritto di farlo in ogni momento.

Certamente sono molte le questioni di cui ci dovremo occupare e penso che già affollino la vostra mente, ma per provare a fare un po' d'ordine vi chiedo da cosa vorreste cominciare? Qual è la cosa più importante o urgente di cui iniziare a parlare?

**Maria:** Per me i bambini sono la cosa più importante. Potremmo cominciare a parlare di come gestiremo il loro tempo.

**Avvocato di Maria:** Giorgio, questo è un argomento che anche lei si sente di affrontare per primo?

**Giorgio:** sì, anch'io credo che sia un punto molto importante.

*(E' importante ricordare alle parti le regole, affinché siano consapevoli e informate di tutto quello che accade. Serve a far loro assumere la responsabilità delle scelte. Spazio alla loro voce: sono loro a scegliere di che cosa parlare. Quindi partono da ciò che è più importante per loro. Notare che è l'avv. di Maria a preoccuparsi se l'argomento va bene anche per Giorgio.)*

## **NEGOZIAZIONE TRADIZIONALE**

**Avvocato di Giorgio:** quindi cominciamo a parlare del tempo dei bambini. Abbiamo già detto che non è un problema che la residenza anagrafica dei bambini sia per ora presso la mamma. E' importante per il riferimento del medico e dell'ASL e non c'è motivo per spostarla. Quanto alla ripartizione del tempo Giorgio vorrebbe suddividerlo in parti uguali. Lui è un libero professionista e quindi può organizzarsi in modo da stare con loro e così anche la mamma potrebbe riprendere a lavorare.

**Avvocato di Maria:** su questo punto noi abbiamo una visione molto diversa. Maria pensa che dividendo il tempo a metà i bambini finirebbero con l'essere troppo sballottati e poi lei vuole

continuare a seguire Viola nel suo percorso di studi. La richiesta del padre sembra fatta solo per fini economici, cioè per ridurre il contributo al mantenimento. Noi proponiamo invece la ripartizione classica. Un week end ogni due e un pomeriggio la settimana fino al dopo cena. Siamo invece contrari ai pernottamenti infrasettimanali perché i bambini il giorno dopo hanno scuola e dovrebbero portarsi i libri avanti e indietro....

**Giorgio:** ma in questo modo io smetterei completamente di fare il padre. (alza la voce) Maria, tu vuoi punirmi perché ho scelto di separarmi! Anche se la nostra vita era un inferno e tu lo sai benissimo!

**Maria:** (alza la voce anche lei) sei tu che l'hai trasformata in un inferno, che hai cominciato a farti i fatti tuoi invece di stare con noi! Adesso vieni a fare il padre modello, ma dov'eri nei fine settimana quando noi ti cercavamo e tu te ne stavi in giro a fare lo schifoso con la tua p.... !!

**Avvocato di Giorgio:** signora adesso si calmi! Così non va bene! Non posso lasciarle insultare il mio cliente in questo modo. O ci comportiamo da persone pacate o la trattativa finisce qui e ne parliamo davanti al giudice.

**Avvocato di Maria:** veramente è il tuo cliente che ha alzato la voce per primo, mentre io mi ero limitata a esporre pacatamente la posizione della mia cliente. Vediamo di darci tutti una calmata se no non si va da nessuna parte.

*(Possiamo vedere nell'esempio come le richieste sono espresse dagli avvocati. Le parti non sono responsabilizzate. Gli avvocati espongono subito le loro posizioni e le espongono nel modo più radicale possibile, per mantenere uno spazio di manovra. Nel*

*momento in cui scatta la rabbia gli avvocati si schierano a difesa dei loro clienti ed accentuano la frattura che si è creata. L'avv. di Giorgio dice "altrimenti ne parliamo davanti al giudice", ponendo in essere una minaccia.).*

## **PRATICA COLLABORATIVA**

**FACILITATORE:** chi se la sente di cominciare? Per ora non vi chiediamo di proporre soluzioni, ma di tenere la mente il più aperta possibile e di dirci che cosa pensate sia veramente importante per i vostri figli. In particolare quali sono gli interessi dei vostri figli dopo la separazione.

**Maria:** Intanto penso che sia importante che la loro vita non venga sconvolta e che, se ci saranno cambiamenti, siano graduali. Penso anche che sia importante che abbiano un luogo di riferimento, la loro casa, e che non siano sballottati avanti e indietro senza rispetto per le loro necessità. Sono preoccupata per nostra figlia Viola che ha bisogno di attenzioni particolari e non vorrei che la nostra separazione facesse passare in secondo piano le sue necessità...

**Giorgio:** nessuno ha intenzione di far passare in secondo piano le necessità di Viola..

**Avvocato di Giorgio:** Mi scusi Giorgio, le ricordo che ci siamo impegnati a non interromperci. Le chiedo di consentire a Maria di finire di parlare e poi lei avrà tutto il tempo di esporre il suo punto di vista. Maria, voleva aggiungere qualcos'altro?

**Maria:** Sì, vorrei solo dire che per me i figli sono la cosa più importante e che non voglio che la nostra separazione li faccia stare male

**Avvocato di Maria:** Giorgio adesso vuole dirci lei che cosa pensa sia importante rispetto a questo tema dei figli?

**Giorgio:** io penso che i nostri figli debbano mantenere un rapporto continuativo con tutti e due i genitori. Sono sempre stato un padre presente. Sono io che tutte le sere faccio ripetere la lezione a Roberto e anche con Viola ho un rapporto speciale. Vorrei avere il tempo per vivere con loro la quotidianità, mangiare insieme, metterli a dormire.... come ho fatto fino ad oggi. Credo che fargli perdere il rapporto quotidiano con me sarebbe uno sconvolgimento grave nelle loro vite. Vorrei poter continuare a seguire io Roberto con la squadra di calcio. E' una cosa che ci unisce molto e lui ha la partita tutti i fine settimana.

**FACILITATORE:** entrambi avete a cuore i vostri figli ed il loro benessere. Questa cosa è molto importante e, nonostante tutto, vi unisce. C'è qualcos'altro che vorreste aggiungere?

**Maria:** (rigida) Sì certo! Sia chiaro che io non voglio che i miei figli incontrino mai la nuova compagna di mio marito. Io sono la loro mamma e non voglio essere sostituita o che una arrivi e si metta a fargli da mamma o a dormire con loro padre quando sono da lui.

**Giorgio:** (indispettito) chi ti ha detto che ho una compagna e chi ti ha detto che voglio fargliela incontrare?

**FACILITATORE:** Giorgio credo che Maria ci stia dicendo che è preoccupata per i vostri figli, che hanno bisogno di stabilità e di mantenere un riferimento chiaro sulle figure genitoriali e teme che eventuali nuovi compagni possano mettere in discussione il loro equilibrio. E' così Maria?

**Maria:** Sì.. la ringrazio. E' proprio quello che volevo dire..

**FACILITATORE:** E Lei Giorgio cosa ne pensa?

**Giorgio:** è così anche per me. Credo che conoscere oggi nuovi fidanzati sarebbe molto grave e difficile per i bambini. La cosa dovrebbe essere reciproca. E come ho già detto prima i bambini vengono prima di tutto.

*( Maria e Giorgio hanno molto più spazio per parlare. Si cerca di evitare che si irrigidiscano su posizioni e li si fa ragionare sugli interessi sottostanti. Si evidenziano i punti in cui gli interessi coincidono. Nel momento in cui Maria alza la voce l'avv. di Giorgio interviene in suo aiuto per evitare l'escalation. Di solito chi alza la voce lo fa perché pensa di non essere ascoltato. Notare la riformulazione ( abilità di base del counseling): ripetere quanto ha detto Maria le permette di sentirsi ascoltata e capita. Riformulare aiuta a portare in superficie l'interesse sottostante alla posizione espressa. Ripetere e riformulare non vuol dire approvare, vuol solo dire che si è ascoltato.)*

## **NEGOZIAZIONE TRADIZIONALE**

**Avvocato di Giorgio:** teniamo presente che se ci rivolgessimo al tribunale almeno due pernottamenti infrasettimanali sarebbero sicuramente riconosciuti. Ci sono anche molte coppie ormai che concordano di dividere il tempo a metà.

**Avvocato di Maria:** lo non ho mai visto riconoscere due pernottamenti a settimana. E' vero che ho avuto casi in cui ne ha riconosciuto uno, ma si trattava di ragazzi più grandi. Viola soprattutto ha solo otto anni ed ha il problema della dislessia. E' fondamentale che la mamma possa seguirla tutti i giorni nei

compiti come ha fatto fino ad ora ed è fondamentale che Viola sia serena ed organizzata nel lavoro scolastico perché questo le ha consentito di fare grandi progressi. Inoltre i bambini sono molto arrabbiati con il padre perché ha deciso di lasciare la mamma. Sono molto protettivi verso di lei e le hanno detto più volte che non vogliono andare a casa di papà. Anche la volontà dei minori rileva. Il maschio ha 11 anni ed è dotato di ottimo discernimento. Potrebbe anche essere sentito.

**Giorgio:** Non è vero che i bambini non vogliono stare con me. Quando vengono con me sono sereni, giochiamo insieme, scherziamo e stanno benissimo. E' la mamma che fa la vittima e vuole mettermeli contro.

**Maria:** Allora tu stai dicendo che io invento le cose? Facciamoli vedere a uno psicologo che ci dica se è vero o non è vero.

**Avvocato di Giorgio:** uno psicologo non può dare una valutazione in un solo incontro. E' una scelta che ci rallenterebbe troppo. Adesso è importante prendere delle decisioni e vedere se riusciamo a risolvere o se dobbiamo rivolgerci al tribunale. Se andiamo davanti al tribunale sarà il giudice a nominare un CTU. Proviamo a fare un passo avanti. Potremmo venire incontro concordando un week end lungo ogni due e almeno due pernottamenti a settimana...

*( Per rafforzare la posizione nella trattativa le parti o gli avvocati sono spesso portati a dare per certi risultati giudiziari che sono invece sempre incerti ed opinabili. La trattativa in questo caso procede come un compromesso. Si fanno piccoli avanzamenti progressivi per arrivare ad una soluzione intermedia che non vada troppo male a nessuno. Nel momento in cui si negozia in*



*questo modo ci si stacca però in modo rilevante dagli interessi effettivi delle persone e dei minori perché si adotta una modalità di trattativa che ne prescinde quasi del tutto).*

## **PRATICA COLLABORATIVA:**

**FACILITATORE:** proviamo a continuare a ragionare sugli interessi. Vediamo insieme quali interessi dei figli avete finora evidenziato. Tutti e due avete manifestato la preoccupazione che i vostri figli non siano danneggiati dalla separazione e vivano il più serenamente possibile.

Maria ha posto in evidenza la convinzione che i bambini non debbano sentirsi troppo sballottati e Giorgio ha evidenziato l'importanza per i bambini di mantenere un rapporto continuativo con entrambi i genitori. Pensiamo a come si potrebbero mettere in pratica questi due interessi.

**Giorgio:** Penso sia mio diritto vedere i miei figli tanto quanto la mamma anche perché fino adesso ce ne siamo sempre occupati insieme.

**Maria:** non è così! Viola è piccola, ha problemi di dislessia, i bambini sono arrabbiati con il papà perché non c'è mai e adesso lui vuole fare il padre modello! Roberto ha 11 anni: possiamo sentire da lui cosa ne pensa?

**Giorgio:** non se ne parla! Coinvolgere un bambino in una cosa degli adulti! Mai! Maria, lo voglio stare lontano da te, non dai bambini!

**FACILITATORE:** Sicuramente è un momento molto faticoso per tutti, ci sono molte emozioni in gioco, siamo qui anche per questo ..... vediamo come utilizzare queste emozioni e

valutiamo tutti insieme se è il caso di far parlare Roberto – e magari anche Viola - con un esperto neutrale dell'età evolutiva o se invece saremo capaci tutti insieme di comprendere e prenderci cura dei loro bisogni senza coinvolgerli direttamente

**Avvocato di Maria:** Sì riflettiamoci.

**Avvocato di Giorgio:** sono d'accordo anch'io, avevo già parlato di questa possibilità con Giorgio

**Avvocato di Maria:** Penso a questo punto sia importante considerare un altro aspetto: dove andrà a vivere il papà. Giorgio, posso chiederLe se si è già fatto un'idea rispetto a dove si trasferirà?

**Giorgio:** mi sto già guardando attorno, anche perché la convivenza in questo periodo è molto difficile. Ci ho pensato molto e penso che la soluzione migliore sia che i bambini restino nella nostra casa con la mamma. Però voglio trovare qualcosa nelle vicinanze, anche perché qui c'è la scuola dei ragazzi ed anche il calcio Roberto. Anche il mio studio non è lontano e quindi potrei ottimizzare i tempi per stare di più con loro.

**Avvocato di Giorgio:** certo rimanere nello stesso quartiere può consentirvi anche di sfruttare le stesse risorse. Avete familiari o amici o genitori di compagni di scuola con i quali siete abituati ad aiutarvi nella gestione dei figli?

**Maria:** Ci sono i miei genitori e la mamma di Giorgio che ogni tanto tengono i bambini o li vanno a prendere a scuola. Poi ci sono i genitori di alcuni compagni con i quali facciamo i turni per le attività pomeridiane tipo scuola, calcio ecc.

**Giorgio:** A calcio ci vado io... poi c'è Rita, la baby sitter che utilizziamo quando c'è necessità.

**FACILITATORE:** Bene, sono emerse molte informazioni importanti .. prima di individuare delle soluzioni direi che possiamo dedicare ancora un po' di tempo a parlare dei bisogni dei bambini e soprattutto dei loro interessi .... Una volta fatto questo lavoro sugli interessi potremo così lavorare sulle possibili opzioni e quindi iniziare ad abbozzare possibili accordi.

*( Non si parte da risultati precostituiti proprio per evitare gli ancoraggi. Se, come nelle negoziazione classiche, le parti costruissero due ipotesi contrapposte, ogni passo avanti verrebbe vissuto come una rinuncia. Se si riesce a muoversi secondo ipotesi non precostituite si mantiene uno spazio di manovra più ampio. Il progetto viene costruito insieme alle parti).*

## L'AVVOCATO E LA COMUNICAZIONE

Per l'avvocato la comunicazione è essenziale, molto spesso ciò che non viene detto dal cliente è l'aspetto più importante. È proprio nella comunicazione non verbale e para verbale che si nascondono i dettagli in grado di fare la differenza.



La comunicazione verbale incide solo per il 7% sull'efficacia complessiva della nostra comunicazione;

la comunicazione para-verbale (il come lo dico) incide il 38%;

la comunicazione non verbale (linguaggio del corpo) incide per il 55%;

Cosa significa questo? Vuol dire che noi solitamente ci impegniamo di più sul canale meno efficace della comunicazione, le parole. Vuol dire anche che dopo pochi minuti, a volte secondi, che una persona ci

ascolta, se gli altri canali di comunicazione non supportano e rinforzano il parlato, il nostro interlocutore fa fatica a seguirci, fino a perdersi del tutto e non seguirci più, cominciando a pensare sulle nostre parole.

Capire lo stato d'animo del cliente, le sue emozioni, la sua paura, la sua preoccupazione è indispensabile per poterlo aiutare e fare davvero i suoi interessi.

Il desiderio di vendetta a tutti i costi, la frustrazione e altre emozioni possono portare il cliente a chiedere all'avvocato di agire, senza valutare attentamente la situazione e senza avere la percezione di quanto sta succedendo.

Spesso la comunicazione verbale, non verbale e para verbale non sono coerenti tra loro, ma cogliendo queste diverse sfumature l'avvocato può avere il quadro completo e può aiutare e consigliare al meglio il cliente.

Il silenzio è una forma di comunicazione non verbale molto potente, da utilizzare e dosare nelle pause, a cui si può strategicamente ricorrere proprio per dare ancora più forza al canale comunicativo non verbale, del linguaggio del corpo.

L'avvocato per formazione e forma mentis e per mandato difensivo recepisce le informazioni attraverso il filtro del "giuridicamente rilevante" ed è investito dal dover trovare una soluzione e impartire direttive. La comunicazione è avversariale per presidiare la posizione giuridica.

Difficilissimo spogliarsi di questa forma mentis e da quella che è quasi un'ossessione del fare e di non perdere tempo.

Il valore aggiunto della competenza di counseling sposta il piano su:

*“Sono qui per te.... non sono qui per trovare una soluzione per te”*

Quando uno si sente accolto trova la sua soluzione.

Quando l'ascolto è reciproco sentiamo che le nostre parole le nostre intonazioni, le nostre espressioni del volto creano sintonia e condivisione.

E' solo in uno spazio percepito come sicuro, di amabilità, che abbiamo accesso alle nostre risorse mentali cognitive immaginative percettive.

Circa quattro anni fa ho iniziato a focalizzarmi sul fondamentale tema della comunicazione iniziando a studiare la Comunicazione non Violenta di Marshall Rosenberg, la Pnl e la comunicazione assertiva.

Il linguaggio è soprattutto uno strumento che ci tiene incatenati al passato. Questa catena è fatta di opinioni, giudizi, credenze, immagini che abbiamo appreso in famiglia, a scuola, all'oratorio. Le parole che usiamo hanno nella maggior parte dei casi, l'impronta del condizionamento che abbiamo ricevuto.

Più approfondivo questo percorso e più mi diventava chiaro che lavorare sulla comunicazione e sul mio modo di comunicare significava lavorare sulla mia identità. Passo dopo passo ho sentito crescere dentro di me il cambiamento, la trasformazione.

Come avvocato, lavoro sulle parole e con le parole. Parole che dischiudono, al di là di un primo significato letterale, un altro significato, più profondo.

Studiare e riflettere sul modo in cui comunico mi ha portato a vedere quanto il linguaggio sia strettamente collegato a chi sono io, ai miei condizionamenti, convinzioni, pregiudizi e giudizi e quanto apportare dei cambiamenti può far giungere anche a profonde trasformazioni.

La parola crea, evoca, forma schemi di pensiero.

In questi anni ho portato molta attenzione alle parole che utilizzavo o a quelle che, in automatismo, senza accorgermene mi arrivavano e il più delle volte non erano neanche mie. E' stato un cambio di paradigma passare da un linguaggio avversariale a un linguaggio empatico.

Questo lavorare sul linguaggio, nella mia formazione IN Counseling, mi ha permesso di aiutare me stessa e di conseguenza anche i Clienti a comprendere dove sono, cosa provano, cosa pensano e a prendere consapevolezza dei giudizi e delle paure.

Più aumenta la mia attenzione al linguaggio che uso, più riesco a portare presenza nella vita di tutti i giorni. La presenza mi consente di vivere ciò che c'è e riuscire ad intervenire sulle parole mi sostiene.

Ed è anche attraverso questo portare attenzione alle parole che riesco a smascherare i movimenti dell'ego. L'ascolto delle parole e del corpo viaggiano insieme.

Alcune domande mi aiutano a stare presente nel qui e ora e non è necessario rispondere. E' sufficiente domandarmi:

- 1) Mi sento mentre parlo? Sono consapevole di ciò che dico?
- 2) Sono presente o comunico meccanicamente?
- 3) Ciò che comunico è frutto della mia esperienza o di quella altrui?
- 4) Il linguaggio che uso unisce o separa? ( L'esperienza fisica di una comunicazione che crea unione e quella di una comunicazione che crea divisione è profondamente diversa)

Molti sono i segnali che permettono di riconoscere quando la comunicazione è inconsapevole, meccanica, senza la qualità della presenza.

Ad esempio, comunicare da una posizione che dichiara: HO RAGIONE IO!

Spesso utilizziamo il linguaggio per affermare le nostre opinioni e il nostro punto di vista come assoluto e giusto. La generalizzazione è la negazione di punti di vista diversi o ritenuti sbagliati, inferiori. Questo atteggiamento è una delle cause principali dei conflitti in quanto esclude l'altro e si fonda su una visione dualistica della realtà piuttosto che su una comprensione della realtà come insieme di tutti i punti di vista. Difatti quando le nostre opinioni sono criticate, prendiamo questi attacchi come personali a noi stessi.

L'ego si sente leso quando qualcuno non è d'accordo con noi ed è in dovere di difendere a tutti i costi la posizione presa.

Altro punto su cui presto attenzione sono le espressioni, mie o degli altri, che, relativamente a quanto si sta affrontando, ripropongono meccanicamente punti di vista preconfezionati.

Raramente le persone si permettono di comunicare quello che gli sta succedendo nel presente e quello che provano. Ad esempio, in un conflitto con la persona amata o con un collega, raramente la persona comunica ciò che prova e che sente in quel momento. Il più delle volte, tanto tempo e tanta energia viene spesa per raccontare i fatti, giustificare il perché della propria posizione per giungere ad argomentare come la ragione e la giustizia sia da una parte mentre il torto dall'altra.

*“ Posso sopportare che tu mi dica*

*Quello che ho fatto e quello che non ho fatto.*

*E posso sopportare le tue interpretazioni*

*Ma ti prego di non confondere le due cose.*



*Se vuoi complicare qualsiasi questione  
Ti posso dire come puoi fare:  
confondi quello che faccio  
con il modo in cui tu vi reagisci.  
Dimmi che sei frustrato  
Per i lavori che non porto a termine  
Ma chiamarmi “irresponsabile”  
Non è certo un modo per motivarmi.  
E dimmi che ti senti triste  
Quando dico di “no” alle tue proposte  
Ma dimmi che sono un uomo freddo e insensibile  
Non aumenterà le tue possibilità  
Sì, posso sopportare che tu mi dica  
Quello che ho fatto e che non ho fatto,  
e posso sopportare le tue interpretazioni,  
ma ti prego non mescolare le due cose.  
( Marshall Rosenberg )*

Altro segnale che mi permette di riconoscere una comunicazione meccanica è l'abitudine a giudicare.

La capacità di giudicare e paragonare non è negativa, al contrario è utile in molti aspetti della vita divenendo al tempo stesso distruttiva quando messa in opera compulsivamente.

Il linguaggio spesso è carico di giudizi, di cosa uno deve e non deve fare, di cosa è giusto e di cosa è sbagliato, di espressioni che dividono, escludono, idealizzano o diffamano.

Tali giudizi sono riflessi in espressioni come: “ Il tuo problema è che sei troppo egoista” “ Sei pigra!” “ E’ inopportuno”.

Incolpare, insultare, umiliare, etichettare, criticare, fare paragoni e diagnosticare sono tutti tipi di giudizi.

*“ Là fuori, oltre a ciò che è giusto e a ciò che è sbagliato, esiste un campo immenso. Ci incontreremo lì. “ (Gialal Al – Din Rumi)*

Le parole cui portare attenzione sono: “ma” e “però”. E’ utile fare attenzione a quando usiamo queste parole, perché possono creare opposizione, separazione in modo meccanico.

Imparare ad usare la congiunzione “e” quando si vuole unire.

Le parole “ sempre” “ mai” “ ogni volta” suonano su di noi e su chi ascolta come una critica e non favoriscono l’empatia. “ Sei sempre arrabbiato” “ non ci sei mai” danno un senso di pesantezza e mancanza di realtà.

***Le parole sono finestre (oppure muri)<sup>27</sup>***

*Mi sento così condannata dalle tue parole,  
mi sento giudicata e allontanata, prima ancora di aver capito bene.*

*Era questo che intendevi dire?*

*Prima che io mi alzi in mia difesa*

*Prima che parli con dolore o paura,*

*prima che costruisca un muro di parole,*

*dimmi, ho davvero compreso bene?*

*Le parole sono finestre oppure muri,*

*ci imprigionano o ci danno la libertà.*

*Quando parlo e quando ascolto,*

*possa la luce dell'amore splendere attraverso me.*

*Ci sono cose che ho bisogno di dire,*

*cose che per me significano tanto,*

*se le mie parole non servono a chiarirle,*

*mi aiuterai a liberarmi?*

*Se sembra che io ti abbia sminuito,*

*se ti è parso che non mi importasse,*

*prova ad ascoltare, oltre le mie parole,*

*i sentimenti che condividiamo. ( Ruth Bebermeyer)*

---

<sup>27</sup> Rosenberg M. B., "Le parole sono finestre oppure muri Introduzione alla Comunicazione Non Violenta", Esserci Edizioni, R. Emilia 2003

## PARTE TERZA

### IL TIROCINIO

A partire dal secondo anno di formazione in counseling ho iniziato, lo svolgimento del tirocinio previsto dalla scuola, con la supervisione del Dott. Domenico Nigro.

In questa parte espongo un caso in cui è stato possibile integrare le abilità del Counseling con l'assistenza legale.

Nella primavera del 2019 la Signora X mi contatta per prendere un appuntamento.

Al primo incontro la Cliente mi racconta la sua storia. E' sposata con il Signor Y da circa circa vent'anni. Racconta di un uomo che dopo il primo periodo di grande amore, l'ha fatta stare male a causa dei continui rimproveri per ogni cosa e per le umiliazioni ricevute. Racconta inoltre di un uomo instabile, insicuro, alla ricerca continua di un nuovo lavoro soddisfacente. Mi racconta inoltre di aver scoperto che il marito ha un'altra donna ormai da diversi anni. Il racconto della Signora X a volte si interrompe a causa delle forti emozioni e dei sensi di colpa che salgono.

Dalla loro unione è nato un figlio oggi adolescente. Il ragazzo è motivo di forti incomprensioni e di diversità di vedute tra lei e il marito.

La convivenza è andata via via deteriorandosi anche a causa delle minacce e delle continue accuse ricevute dal marito.

La Cliente mi racconta meglio la situazione della casa coniugale e di essere sempre vissuta lì con i suoi genitori e di averla ereditata.

Con il matrimonio, il marito si è stabilito lì e hanno ristrutturato e riarredato la casa. Con il tempo la casa è stata anche ampliata perché il marito ha acquistato una porzione confinante che è stata poi unita. Le spese sono state sostenute interamente dal marito.

Dal racconto della Cliente emerge che il marito, ha sempre avuto un'altra idea della casa e anche in un altro luogo. Racconta delle continue accuse ricevute dal marito per aver investito somme in quella casa e non avere avuto più spazio per permettersi qualcosa solo per se stesso.

La Signora X prosegue nel suo racconto esponendo che per un periodo hanno tentato una separazione in casa perché non sono riusciti a trovare un accordo sulla stessa.

In particolare il marito non vuole allontanarsi dalla casa perché ha pagato la ristrutturazione e l'ampliamento e la moglie non vuole allontanarsi perché è la casa dei suoi genitori e in cui ha sempre vissuto.

Insomma, l'immagine che ne ricavo è quella della moglie che presidia la casa per difenderla da un marito che, pur sognando di vivere altrove, la insidia.

Così la casa è diventata una prigione, per entrambi.

Il figlio, stante la situazione dei genitori, di separati in casa, vive nella propria stanza.

Dopo l'ennesima lite sfociata in percosse alla presenza del figlio, la Signora X ha sporto querela.

Il Signor Y ha lasciato la casa coniugale e, da quel momento non ha corrisposto alcun assegno di mantenimento a favore del figlio né ha sostenuto spese.

Dopo l'allontanamento, inizialmente il padre ha visto il figlio quando aveva il tempo, senza mai rispettare un calendario come invece richiesto dalla madre. Questo ha creato grossi problemi di organizzazione dei fine settimana e molte discussioni dovute ai cambi repentini.

La Signora X mi racconta che dopo qualche tempo, il figlio ha cominciato a rifiutarsi di vedere il padre.

Nel descrivere il suo rapporto con il figlio la Sig.ra afferma che cerca di seguirlo e di affiancarlo nell'educazione scolastica, negli sport e nell'accompagnarlo dal padre ed ha voluto e potuto conciliare i propri orari lavorativi in funzione dell'esigenze del figlio. Mi racconta altresì che percepisce nel figlio un forte senso di confusione e instabilità, soprattutto quando sta con il papà. Mi racconta inoltre che in diversi episodi ha visto il figlio avere numerose crisi di pianto a seguito di week end trascorsi con il papà. Questo, le desta forte preoccupazione e dispiacere perché desidererebbe solo la serenità del ragazzo. La Sig.ra nel descrivermi le diverse situazioni che vive fa trasparire un forte sentimento di insoddisfazione proprio perché le sue giornate sono colme di impegni. Il sentimento di insoddisfazione emerge oltremodo quando la Sig.ra descrive la sua vita quotidiana come incentrata esclusivamente sul lavoro e sulle esigenze del figlio e al peso di dover provvedere da sola al mantenimento della casa e delle conseguenti spese. La Sig.ra mi racconta di sentirsi sola in questa situazione e di non riuscire a vedere una via d'uscita. Ella richiama più volte il desiderio di poter organizzare diversamente le sue giornate in modo da potersi ritagliare per sé almeno qualche ora.

Chiedo alla Cliente quali sono i rapporti attuali con il marito. La Cliente mi risponde che rifiuta ogni tipo di incontro non si parlano più e si

scrivono solo via email per le questioni che riguardano il figlio. Ma anche via email finiscono per litigare e rinvangare il passato.

La madre, intende ora separarsi e regolarizzare l'affidamento del figlio stabilendo i tempi di visita e il contributo al mantenimento a carico del padre.

Per verificare se ho compreso bene riformulo nel seguente modo:

Mi ha parlato di un sogno di felicità distrutto. Entrambi avete voluto questa famiglia, entrambi volevate condividere la vostra vita ed entrambi pensate che sia stato l'atteggiamento dell'altro a portare allo scacco e alla sofferenza che ora provate. Le volontà di entrambi convergevano verso lo stesso obiettivo e dall'unanime desiderio di un'unione familiare siete passati alla violenza reciproca, alla distruzione della vostra famiglia.

La Cliente sta in silenzio.

Faccio presente alla Signora che “ la sofferenza troppo spesso invece di essere un passaggio, diviene uno stato in cui ci si installa. Essa diventa un monologo nel quale ci si irrigidisce, nel quale ci si nutre di tutto ciò che ci separa dall'altro. Tutte le ferite e le delusioni accumulate nel passato rendono invisibile il presente. Ma noi ci aggrappiamo a tale sofferenza poiché essa diviene l'unica identità rimasta della relazione perduta. Ignoriamo, o vogliamo ignorare, che tale stato non è necessariamente permanente ma può diventare transitorio”.

La Signora annuisce.

Durante il colloquio, ho percepito nella Sig.ra dei sentimenti di fatica e una celata richiesta di aiuto e di una soluzione, che andava ben oltre l'assistenza legale. Ho notato più volte che gli occhi della stessa erano

sul punto di piangere. Ho avvertito molto dispiacere e la forte insoddisfazione e frustrazione della Sig.ra. Questo mi ha fatto sentire molto impotente e dispiaciuta. Durante la descrizione del rapporto con il marito mi sono sentita molto schierata dalla sua parte e ho condiviso i medesimi sentimenti provati dalla Sig.ra nei confronti del marito. Quando la stessa descriveva il rapporto col proprio figlio ho avvertito un forte senso di responsabilità e cura, una sensazione di profonda dolcezza, tanto era grande l'amore che metteva nelle sue parole. Infine, rispetto al sentimento di insoddisfazione manifestato dalla Signora, ho avvertito in me un sentimento di tenacia e il desiderio di potersi ritagliare quello spazio utile all'elaborazione dei suoi pensieri, del suo dolore e delle sue paure.

Ho messo in campo tutte le mie capacità di ascolto attivo, maturate grazie alla mia formazione in counseling e così la Signora ha potuto aprirsi e raccontarsi.

Mi ha riferito di essersi sentita accolta, vista e di non essersi sentita giudicata o non creduta.

Nel colloquio sono emersi anche i suoi bisogni. Un bisogno di certezza, che si declinava nella richiesta di ottenere una sentenza del Giudice che obbligasse il marito ad assumersi le proprie responsabilità.

Sulla base dei suoi bisogni decidiamo la linea difensiva da perseguire.

Viene inviata una prima lettera per tentare un accordo stragiudiziale senza ricorrere al Tribunale. Tale lettera inasprisce il conflitto da parte del marito il quale ne riferisce subito il contenuto al figlio.

Il ragazzo chiede ai genitori di poter andare da uno psicologo perché non sa a chi credere.



La madre con coraggio e determinazione decide di adire le vie giudiziarie affinché un Giudice stabilisca la separazione dei coniugi e le modalità di visita e di contribuzione al mantenimento del figlio.

Viene deciso insieme alla Signora di dare un taglio morbido al ricorso (senza screditare la figura paterna) per non inasprire ulteriormente i toni.

Per quanto riguarda le email che si scambia con il marito, visto lo stato di shock e di congelamento che le procurano, ho chiesto alla Signora di poterle vedere.

Il testo delle email parla sempre evocando il passato e i vari episodi sono diventati una costante, una verità assoluta.

Ho fatto notare alla Signora che le stesse accuse ritornano continuamente. Frasi come “Tu mi hai ingannato”, “mi hai tradito”, “non mi hai lasciato il mio spazio”, “io non esisto”, “non hai rispettato i tuoi impegni”. Una lunga litania di accuse dietro alle quali rimane però un fondo di incomprensione. Il conflitto ora si sta riproducendo attraverso il figlio.

Nei vari incontri avuti in studio con la supervisione del Dott. Nigro, ho proposto alla madre di essere meno giudicante e pessimista nei confronti del padre a cominciare dalle risposte alle email. Le sono state fatte notare le convinzioni limitanti. Faccio presente che non è possibile delegare agli avvocati ogni faccenda inerente il figlio e la incoraggio a scrivere di suo pugno senza accuse, scrivendo quelle che a lei accade, ciò che prova, senza puntare il dito nei confronti del marito.

Vista l'elevata conflittualità e le problematiche del ragazzo, il Tribunale ha incaricato i servizi sociali e il servizio di neuropsichiatria infantile

per tentare la mediazione e attivare un percorso di sostegno alla genitorialità.

Gli incontri padre e figlio sono ripresi con alti e bassi.

A poco a poco ho potuto notare che i genitori hanno smesso di rivolgersi delle accuse reciproche e hanno cominciato a sentirsi partecipi di un'istanza superiore ( il benessere del figlio) che andava oltre il loro conflitto.

La situazione, in genere, comincia ad evolversi quando l'intensità del dolore di quest'ultimi ha potuto esprimersi ed essere riconosciuta, quando smettono di polarizzarsi sulla loro coppia distrutta e sul loro passato. Cruciale è stato il momento in cui padre e madre hanno preso coscienza del fatto che l'avvenire del loro figlio dipende, per lo meno in parte, dall'evoluzione positiva della loro relazione. Può allora darsi un inizio di un processo di ricostruzione, poiché entrambi riescono a condividere lo stesso desiderio, ovvero la felicità del figlio.

I genitori stanno cercando di parlarsi stando nel presente senza rivangare il passato.

In questa ottica è stato possibile trovare un accordo nel corso del procedimento giudiziario. La coppia ha trovato come soluzione consensuale che stabilisse tempi di visita e contribuzione al mantenimento del figlio e la cessione da parte di entrambi della propria quota di proprietà dell' immobile al figlio che nel frattempo è diventato maggiorenne. La moglie è rimasta a vivere nella casa familiare con il figlio. La Signora X ha rimesso la querela.

La casa coniugale nel conflitto diventa il punto da cui partire e l'inciampo.

Per esperienza professionale mi sono resa conto che la casa è residenza emotiva, il luogo in cui sentirsi protetti e potersi lasciare andare, è il progetto di vita, è custode di segreti, è il sogno, è il profumo di quella casa. Motivo per cui diventa l'inciampo.

La casa diventa un'arma, la Legge mette al centro i figli. La moglie recrimina l'assegnazione della casa coniugale per il fatto che c'è un figlio che non è ancora autosufficiente e chiede l'allontanamento del marito.

Nell'ipotesi che questa coppia avesse lasciato al Giudice la decisione, la pronuncia sarebbe stata standardizzata assegnando l'abitazione coniugale alla madre e al figlio finché non fosse stato economicamente autosufficiente.

Invece è stato possibile valutare soluzioni nuove e diverse dal contendersi la casa. Ciò è stato possibile attraverso una fase di ascolto attivo e di esplorazione degli interessi sottesi alle posizioni.

Ciò è stato possibile mettendo al centro il figlio e il suo benessere.

## RIEPILOGO DEL TIROCINIO

Studio Legale Scapola: Attività di **Counseling integrato all'assistenza legale**

Colloqui individuali 280 ore

Colloqui di gruppo con le parti e altri professionisti 130 ore

Colloqui individuali via Skype. 20 ore

**Scuola IN Counseling Lo specchio Magico** Torino:

Partecipazione a colloqui di counseling individuale 10 ore

Partecipazione in ruolo di osservatrice a colloqui di counseling individuale 20 ore

Partecipazione in ruolo di osservatrice a colloqui di counseling di coppia 10 ore

Totale ore di tirocinio: **470 ore.**

## BIBLIOGRAFIA

Berne E. A Che gioco giochiamo? Bompiani 2007

Carrè C. Le armi nascoste della manipolazione Urrà Feltrinelli 2017

Cialdini Robert B. Le Armi della persuasione Giunti 2017

Hillman J., "Il Codice dell'Anima" Gli Adelphi 1997

Fisher R. Ury W. Patton B. "L'arte del Negoziato" Corbaccio 1991

Foster J. Il risveglio spirituale nella vita quotidiana Macrolibrarsi

Friedman G.J. Inside Out Strumenti di auto-riflessione per mediatori e altri professionisti del conflitto per sostenere e assistere meglio le parti Aracne Editrice 2019

Hirigoyen M.F, Molestie morali. La violenza perversa nella famiglia e nel lavoro, Einaudi 2005

Lowen A., Il Narcisismo L'identità rinnegata Feltrinelli 1983

Osho Buddha la vita e gli insegnamenti Macroedizioni 2007

Mammoliti C. "Non mi freggi più" 2018

Morineau Jacqueline, " Lo spirito della mediazione" Franco Angeli 1998

Nardone G. " Correggimi se sbaglio" Ponte alle grazie 2008

Nigro D., "L'ABC delle competenze relazionali", Ed. Pendragon, Bologna 2012

Nigro D., " L'esistenza e le sue crisi. Storie di vita e di Counseling" La Rondine 2018

Nigro D. “Manuale per la Formazione IN Counseling”  
(<https://www.pragmacounseling.it/il-manuale-per-la-formazione-in-counseling/>)

Pearls F. “ L’io, la fame, l’aggressività” Franco Angeli 1995

Pearls F. “La terapia gestaltica parola per parola” Edizioni Astrolabio 1988

Regina M. “ Non tutte le separazioni vengono per nuocere” Liberamente 2009

Rienzo M. “ La violenza psicologica un abuso che non si vede” Edizioni Sottosopra 2020

Rosenberg M. B., “Le parole sono finestre oppure muri Introduzione alla Comunicazione Non Violenta”, Esserci Edizioni, R. Emilia 2003

Rust S. “Quando la giraffa balla col lupo”, Macroedizioni 2007

Sale Musio C. SepAmarsi. Linee guida per una separazione amorevole You can Print 2017

Sun Tzu, L’arte della guerra Mondadori 2003

*Paul Watzlawick*, Il linguaggio del cambiamento. Elementi di comunicazione terapeutica, Feltrinelli.