



T O M I N D

Scuola di Dinamiche Relazionali e Counselling

22 febbraio 2025

La dialettizzazione nella seduta di counseling...

ovvero come parlare ai problemi

d.ssa Monica Ferri, counselor professionista

© Tutti i diritti sono riservati. Qualsiasi riproduzione, anche parziale, senza autorizzazione scritta è vietata.



La dialettizzazione nella seduta di counseling

- Cosa significa DIALETTIZZARE
- PERCHÉ
- COME
- QUANDO

La dialettizzazione nella seduta di counseling

Dialettizzare" significa **impostare un discorso o un ragionamento in forma dialettica**, cioè basato sul confronto tra posizioni opposte o diverse per giungere a una sintesi o a una maggiore comprensione della questione trattata. In **filosofia**, soprattutto nella tradizione hegeliana e marxista, la **dialettica** è un processo di sviluppo del pensiero attraverso il confronto tra **tesi** (un'idea), **antitesi** (la sua negazione o opposizione) e **sintesi** (una nuova idea che emerge dalla loro interazione).

Nel linguaggio comune, "dialettizzare" può riferirsi a:

- Mettere in discussione un concetto attraverso il confronto di opinioni.
- Costruire un discorso che tenga conto di punti di vista diversi.
- Analizzare un tema in modo critico, evidenziando contraddizioni e possibili soluzioni.

La dialettizzazione nella seduta di counseling

- Nel **counseling**, il termine "**dialettizzare**" può riferirsi all'uso della **dialettica** come strumento per aiutare il cliente a esplorare le proprie convinzioni, emozioni e comportamenti attraverso un processo di confronto tra punti di vista diversi.

La dialettizzazione nella seduta di counseling

La dialettizzazione aiuta il cliente a esplorare emozioni, conflitti interni e punti di vista diversi.

È un metodo esperienziale e trasformativo che incoraggia la consapevolezza e il cambiamento. Se usata correttamente può essere uno strumento trasformativo per aiutare le persone a far **contatto** con sé stesse, elaborare emozioni e trovare nuove prospettive.

Anche un counselor può usare questa tecnica con i clienti, avendo sempre chiari i confini del proprio intervento; mantenendo il processo entro binari che gli consentano di accompagnarli nell'esplorazione dei propri vissuti nel presente, senza andare in profondità in temi che attengono al passato e/o a eventi traumatici precoci.

La dialettizzazione nella seduta di counseling

• Come si applica la dialettica nel counseling?

- 1. Esplorazione di polarità** → Il counselor aiuta il cliente a riconoscere e confrontare idee, emozioni o comportamenti apparentemente opposti (es. "Vorrei cambiare lavoro, ma ho paura dell'ignoto").
- 2. Messa in discussione delle credenze limitanti** → Attraverso domande mirate, il counselor stimola una riflessione critica sulle convinzioni del cliente, favorendo nuove prospettive.
- 3. Sintesi e consapevolezza** → Il cliente, grazie al dialogo, può giungere a una maggiore comprensione di sé e trovare soluzioni più equilibrate ai propri problemi.