

Chi lavora con le persone si trova spesso nella necessità di aiutarle a cambiare. Il counseling motivazionale è stato sviluppato proprio per tale scopo. Questo modello di intervento permette di aiutare la persona in difficoltà a superare l'ambivalenza che la frena nel realizzare i cambiamenti desiderati. In *Guida pratica al counseling motivazionale*, i principi, lo spirito e le tecniche del counseling motivazionale vengono spiegati in modo chiaro e ricco di esempi concreti, tratti dalla pratica professionale dell'autore. Per ogni argomento viene proposto un ampio numero di esercizi – di diverso grado di complessità – da svolgere singolarmente o in coppia e da applicare nella propria pratica professionale.

Come sottolinea l'autore, il manuale non intende sostituirsi a un apposito percorso di formazione e supervisione. Tuttavia, garantisce un validissimo aiuto per comprendere lo spirito di questo modello di intervento e per mettere alla prova le proprie abilità. Anche per chi conosce già il counseling motivazionale, il libro rappresenta un valido strumento per esercitare, approfondire e autovalutare le proprie capacità.

Il libro si rivolge agli operatori sociali e sanitari, ma anche agli studenti di psicologia e di servizio sociale e, in generale, a tutti gli operatori che utilizzano il colloquio come strumento nella relazione d'aiuto in campo sanitario, assistenziale, educativo, legale e organizzativo.

GUIDA PRATICA AL COUNSELING MOTIVAZIONALE

Rosengren

David B. Rosengren

# GUIDA PRATICA AL COUNSELING MOTIVAZIONALE

Manuale per i professionisti sociali e sanitari

*Edizione italiana a cura di Vitantonio Scagliusi,  
Maurizio Scaglia, Valter Spiller e Stefania Venuti*

Erickson

Erickson

ISBN 978-88-6137-945-9



€ 29,00

Scuola  
Italiana di  
Counseling  
Motivazionale

**STRUMENTI DI PSICOLOGIA DELL'EDUCAZIONE  
E DELLA FORMAZIONE**

Collana diretta da Carlo Trombetta

*David B. Rosengren*

# **GUIDA PRATICA AL COUNSELING MOTIVAZIONALE**

**Competenze tecniche  
per professionisti socio-sanitari**

Edizione italiana a cura di Vitantonio Scagliusi,  
Maurizio Scaglia, Valter Spiller e Stefania Venuti

**Erickson**

## Premessa

Nel corso dell'ultimo decennio, il counseling motivazionale<sup>1</sup> si è diffuso in tutto il mondo con una rapidità sorprendente. Viene oggi applicato in svariati Paesi nei servizi sanitari, nel lavoro con le dipendenze e la malattia mentale, nella giustizia penale e nei servizi sociali. La domanda di formazione sul counseling motivazionale è cresciuta più in fretta dell'offerta, nonostante la presenza di molte centinaia di formatori che attualmente lo propongono in almeno 38 lingue diverse.

Una conseguenza negativa di una diffusione tanto rapida sta nei possibili fraintendimenti sulla natura di questo metodo, che si ripercuotono anche sulla qualità dei servizi offerti. Per certi versi il counseling motivazionale è intuitivo e di facile comprensione; ciononostante, raggiungere una adeguata competenza nel praticarlo non è cosa semplice, né immediata. È un po' come imparare a suonare uno strumento musicale o praticare uno sport agonistico. Lo studio e le lezioni sono senz'altro utili, ma serve soprattutto la pratica per sperimentare e migliorare le proprie abilità di counseling. Così come avviene per la musica o lo sport, è essenziale ricevere buoni feedback, o avere un buon allenatore. Va detto che, oggi come oggi, non sempre è possibile disporre di una supervisione di qualità.

---

<sup>1</sup> Per le ragioni della scelta della traduzione di *motivational interviewing* con *counseling motivazionale* si rimanda alla Premessa all'edizione italiana del presente manuale.

Come si può allora aiutare chi vuole apprendere il counseling motivazionale? Questo libro è stato scritto proprio per tale scopo. Nel corso degli anni la rete dei formatori al counseling motivazionale ha elaborato un'ampia gamma di utili strumenti formativi per facilitare l'apprendimento di questo metodo (vedi [www.motivationalinterview.org](http://www.motivationalinterview.org)). David Rosengren è stato una delle figure che ha più contribuito in tal senso, come dimostra questo libro, in cui fa sintesi della sua lunga esperienza formativa. Il risultato è un lavoro eccellente, che ben combina aspetti teorici e pratici. Da un lato espone in modo esaustivo i concetti chiave, e dall'altro offre indicazioni preziose per sviluppare nella pratica le abilità tecniche.

Questo libro non intende sostituirsi ai feedback e alle indicazioni di un corso di formazione, laddove disponibile. Al contrario, contiene molto materiale che può essere utile nella prima formazione, nell'apprendimento e nella pratica di questo metodo. Per chi non può contare sulla presenza di un formatore esperto, mette comunque a disposizione strumenti pratici che possono essere utilizzati — a livello individuale o di gruppo — per migliorare le proprie abilità professionali. Per chi ha la fortuna di avere a disposizione un supervisore o un formatore, questo manuale faciliterà comunque i processi di apprendimento con la sua chiarezza espositiva.

È per questo che siamo lieti di vedere pubblicato il presente volume. Si tratta di un contributo unico nel suo genere. Ci auguriamo che aiuti il lettore e lo incoraggi a migliorare le sue abilità sul counseling motivazionale, un modello di intervento in grado di aiutare a far emergere la motivazione al cambiamento in ogni persona.

*William R. Miller e Stephen Rollnick*

## Nota dei curatori

I primi scritti in cui compare la dicitura *motivational interviewing* risalgono a circa trent'anni fa. Da allora questo metodo, sviluppato da W.R. Miller e S. Rollnick negli anni Ottanta, si è evoluto, ha avuto prove d'efficacia sempre più rilevanti e soprattutto si è diffuso ben al di là dei paesi anglosassoni da cui ha avuto origine. In Italia sta suscitando interesse sempre maggiore in molti campi e la sua diffusione è più ampia e via via in continuo accrescimento.

Questa evoluzione, che ha portato il metodo alla sua maturità, ha segnato il passaggio da una prima fase, in cui con *motivational interviewing* si intendeva un insieme di tecniche e suggerimenti pratici per condurre un colloquio, a un vero e proprio modello di intervento in cui i principi, lo spirito e le tecniche utilizzate si compongono in un percorso organico e coerente.

La prima edizione del libro di Miller e Rollnick del 1991 sottolineava con enfasi il taglio assolutamente pragmatico, quasi comportamentista, del metodo. Gli studi successivi sull'applicazione delle tecniche e il supporto di strumenti di codifica validati come il MISC 2.1 (*Motivational Interviewing Skills Code*) e il MITI 3.2 (*Motivational Interviewing Treatment Integrity*), hanno posto sempre maggiore attenzione agli aspetti metodologici, sottolineando la necessità di una forte coerenza fra spirito e tecniche e un'assoluta interdipendenza fra principi e abilità pratiche. Possiamo affermare che ad oggi la *motivational interviewing* si presenta con una propria filosofia della relazione

d'aiuto avendo sviluppato sia una specifica teoria della motivazione, sia una teoria del cambiamento altrettanto originale e definita. La revisione della traduzione di questo manuale porta i segni delle riflessioni che hanno guidato la scelta dei termini italiani più adatti a segnare questa evoluzione, fino alla proposta di modificare la traduzione stessa del termine *motivational interviewing* in *counseling motivazionale*.

Occorre spendere due parole su questa scelta. Nel 1994 il titolo dell'edizione italiana del manuale di Miller e Rollnick fu *Il colloquio di motivazione*, forse con l'intento di definirlo come qualcosa di settoriale e specifico (da non confondere con il «colloquio motivazionale» che si effettua ad esempio nell'ambito della selezione del personale, per valutare le attitudini e le motivazioni al posto di lavoro). Nella traduzione della seconda edizione del manuale (2004), *motivational interviewing* venne tradotto con «colloquio motivazionale» e così è generalmente definito e conosciuto in Italia. Ci è sembrato che quest'ultima traduzione non rendesse ragione a sufficienza del fatto che la *motivational interviewing* è divenuta nel tempo un modello, un insieme coerente di spirito e abilità tecniche, che richiede anche un lavoro sulla personale disposizione alla relazione di aiuto: in ultima analisi uno stile di counseling.

Due sembrano essere, infatti, i limiti delle traduzioni fin qui proposte.

In primo luogo il termine «colloquio» definisce, nell'accezione comune, un singolo intervento, una sessione di lavoro all'interno di un percorso più ampio, una parte definita di un trattamento più complesso. Il termine «colloquio» può quindi richiamare un'immagine impoverita rispetto a quanto è effettivamente proposto da questo modello. Per ovviare a questo riduzionismo sarebbe forse più giusto definire la *motivational interviewing* come «approccio motivazionale», «intervento motivazionale» se non addirittura «terapia Motivazionale». Quindi, l'utilizzo del termine *counseling* risponde all'esigenza di indicare che siamo di fronte a una tecnica complessa, che si esercita utilizzando una somma di colloqui e che non esaurisce la sua complessità nello spazio di una breve e unica interazione (colloquio). In breve: siamo di fronte a una tecnica che presuppone una presa in carico della persona. Naturalmente, questo non significa che non possano darsi interazioni brevi, strutturate secondo il counseling motivazionale e significative dal punto di vista della relazione professionale d'aiuto (come può succedere nelle situazioni di *front office*, nel lavoro delle unità di strada, in determinati interventi di educazione sanitaria, ecc.).

La distinzione di termini proposta è, inoltre, importante perché permette di chiarire un punto essenziale: molti professionisti (l'infermie-

re, il medico specialista, l'ostetrica, la dietista, l'insegnante, l'avvocato, il consulente d'azienda, ecc.) svolgono il loro lavoro inserendo e utilizzando tecniche e modalità della *motivational interviewing*, ossia specifiche abilità di counseling, senza necessariamente identificare i loro interventi professionali come «colloqui». D'altra parte ciò avviene senza snaturare la loro professione che, per questo, non diventa quella di *counselor*. Si tratterà, allora, di un sostegno alle proprie competenze professionali proveniente dal counseling motivazionale, motivato dalle frequenti occasioni, in quelle professioni, di imbattersi nel tema del cambiamento e perfettamente inserito nella professione che rimane quella originaria. Non si tratterà, quindi, dell'esercizio della *professione* di counselor, anche perchè il percorso necessario per la sua acquisizione (per come si sviluppa nella totalità delle scuole) è lungo e di durata generalmente triennale. Anche se tale percorso non è ancora disciplinato dalla legge italiana, esso è tuttavia definito negli ambienti legislativi di altri Paesi europei.

Il termine counseling, per le caratteristiche che definiscono questa attività, risolve a nostro parere entrambe le difficoltà. Rimane ovvia ma necessaria la notazione che, quando in questo libro si parla di «counseling motivazionale», ci si riferisce allo stesso metodo e alle stesse tecniche descritte nelle precedenti pubblicazioni italiane con i termini «colloquio di motivazione» e «colloquio motivazionale». Occorre ricordare che non sono certamente estranee a queste scelte lessicali anche le riflessioni sviluppate nel lavoro della Scuola Italiana di Counseling Motivazionale ([www.scuoladicounseling.it](http://www.scuoladicounseling.it)), fondata tre anni or sono dal gruppo dei revisori dell'edizione italiana di questo manuale, che proprio nel 2011 ha diplomato i suoi primi allievi.

La precedente riflessione è sostenuta anche dai risultati dell'esperienza formativa triennale; un tempo così lungo ha permesso di sperimentare e verificare come l'apprendimento di abilità e strategia siano strettamente legate alla consapevolezza e all'acquisizione dello spirito motivazionale, unite all'evoluzione della trasformazione interiore dei singoli allievi. Questo risultato è stato possibile per l'applicazione di un approccio trasformatore alla didattica, che ha permesso un coinvolgimento globale della persona nel proprio sapere, saper fare e saper essere, permettendole un apprendimento efficace e consolidato nel tempo.

Questo manuale, come l'autore stesso dichiara più volte, non intende sostituirsi al percorso di formazione e supervisione con un formatore esperto nel counseling motivazionale. Offre d'altra parte — con la sua gran ricchezza di esempi, riflessioni ed esercizi — un validissimo aiuto per comprenderne

lo spirito e per sperimentarne le abilità relazionali. Rappresenta quindi un altro passo avanti nella possibilità di diffondere l'applicazione di un modello d'intervento che si sta dimostrando assai efficace nelle relazioni d'aiuto in campo sanitario, assistenziale, educativo, legale e organizzativo.

*I curatori della traduzione italiana  
Vitantonio Scagliusi, Valter Spiller, Maurizio Scaglia, Stefania Venuti*