



# L'associazione CoSi si presenta

Un anno fa, il 19 ottobre 2022, è stata costituita a Bellinzona l'associazione *CoSi*, acronimo di Counsellor Svizzera Italiana ([www.counsellor-svizzera-italiana.ch](http://www.counsellor-svizzera-italiana.ch)). Si è pertanto realizzato un sogno che aveva preso forma durante la pandemia di Covid-19, quando un gruppo di counsellor si incontrava *online* allo scopo di mettere a disposizione uno spazio d'ascolto in un momento di grande difficoltà e incertezza per tutti. Inizialmente composta da quarantatré membri, oggi l'associazione

raggruppa ottanta counsellor attivi sul territorio, formati secondo approcci diversificati. Il suo comitato è composto da Marika Bachmann Stoks, presidente, Fabia Ferrari, vicepresidente, Andreana Bernasconi Lolli, segretaria, Chiara Bigolin Iannarelli, cassiera, Dolores Belloli, Jessica Bollati, Francesca Gisimondo, Fiorenza Toschini Segat e Gabrielle Thorer, membri. La revisione dei conti è affidata a Monica Curcio. CoSi abbraccia i principi deontologici dell'Associa-



zione Svizzera di Consulenza (SGfB). Favorisce non solo momenti di incontro e di formazione (il prossimo dei quali è in programma sabato 11 novembre 2023), ma intende anche organizzare convegni a tema.

### Cenni storici

Il counselling nasce negli anni Cinquanta negli Stati Uniti. I suoi primi campi d'azione furono il contesto scolastico e il supporto per il reinserimento dei reduci di guerra nella società civile. Carl Rogers e Rollo May sono considerati i pionieri dell'approccio di consulenza. Approdato in Gran Bretagna negli anni Settanta, il counselling si diffonde in tutto il continente nel decennio successivo. Oggi spazia dal campo educativo a quello sociale, dalla salute ai servizi, dalle aziende pubbliche a quelle private, dalla scuola alla consulenza familiare.

### Il counselling

Il counselling professionale è un'attività volta a orientare, sostenere e sviluppare le potenzialità di persone momentaneamente in difficoltà per diverse cause, quali: malattia, perdita del posto di lavoro, relazione disfunzionale, decisione difficile da prendere, stato emotivo o di temporanea confusione e di frustrazione dovuta al mancato raggiungimento dei propri obiettivi. Individuale o di gruppo,

il counselling mira a favorire lo sviluppo di atteggiamenti utili al miglioramento della qualità di vita. Il suo obiettivo è quello di accompagnare il cliente in un percorso che, attraverso colloqui guidati di circa un'ora, conduca a una presa di coscienza e di maggior consapevolezza. Nell'arco di pochi incontri questo processo mira a sostenere il cliente nella sua

di riflessione riservato e non giudicante, protetto dal segreto professionale. Rivolto a singoli, famiglie, gruppi e istituzioni, può essere erogato in ambito privato, sociale, scolastico, sanitario e aziendale.

### Il counsellor

Il counsellor è un professionista esperto nell'ambito della comunicazione e della relazione di aiuto. Attraverso competenze professionali e attitudini personali sostiene e accompagna il cliente in un percorso di autoconsapevolezza. Grazie all'ascolto empatico e non giudicante, si sintonizza su ciò che il cliente descrive, prestando attenzione ai messaggi non verbali e alle emozioni. Attraverso l'uso di domande invita il cliente a raccontare il suo vissuto e si fa aiutare a comprendere i valori in gioco. Invita il cliente a valutare le soluzioni già tentate e lo accompagna a individuare obiettivi raggiungibili e rispettosi del suo sentire e dei suoi principi.

Informazioni e approfondimenti: [www.counsellor-svizzera-italiana.ch](http://www.counsellor-svizzera-italiana.ch). Nelle foto, due momenti dell'assemblea tenutasi lo scorso 11 maggio.

A cura del comitato dell'associazione CoSi

