

## **Storia del Counseling**

*Autore: Giovanni Turra Psicologo (iscritto all'Ordine degli Psicologi della Lombardia) e Professional Counselor (accreditato AssoCounseling). Il presente approfondimento è la relazione presentata alla giornata sul counseling organizzata dal Centro Studi Terapia della Gestalt a Milano il 16 maggio 2010 e si trova pubblicato sul sito di AssoCounseling [www.assocounseling.it](http://www.assocounseling.it))*

Per comprendere la natura e la diversità del counselling oggi, occorre andare a vedere come il counselling si è evoluto nei 200 anni della sua storia. Le differenze e le contraddizioni che esistono attualmente hanno la loro origine nelle forze sociali e storiche che hanno formato la cultura moderna nella sua interezza. Tutte le società in tutti i tempi hanno fatto esperienza di problemi emotivi, psicologici e comportamentali, e ogni cultura ha trovato dei modi tradizionali per affrontarli e risolverli. Sembra esserci poca evidenza empirica che il moderno counselling sia più valido o efficace del 'Festival dei Sogni' dei nativi americani Iroquois. Ma il counselling sembra invece essere rilevante per la nostra società attuale. Da una prospettiva storica, il counselling e la psicoterapia possono certamente essere visti come separati dal punto di vista teorico e pratico, ma vi sono fondamentali ed importanti punti di interconnessione e di similitudine.

### **Il 'trade in lunacy'**

Sebbene il counselling e la psicoterapia divennero ampiamente disponibili alla gente durante la seconda metà del 20° secolo, la loro origine si rifà all'inizio del 18° secolo, e alla Rivoluzione Industriale in Europa. Prima di allora la risposta ai problemi emotivi e comportamentali della gente era fornita dalla chiesa, dai religiosi (la confessione cattolica per esempio, che un tempo era di gruppo e poi si individualizzò; vi sono esempi storici di preti che nel 16° e 17° secolo agivano in un ruolo di counselling con i loro parrocchiani) e a livello di comunità locale. La gente iniziò a muoversi dalle campagne, ad andare in città a lavorare nelle fabbriche e iniziò ad essere influenzata dal sistema del sapere scientifico piuttosto che dalle credenze religiose.

Tutto ciò inizia dunque a mutare con l'avvento della Rivoluzione Industriale quando il capitalismo inizia a dominare la vita politica ed economica. I cambiamenti fondamentali nella struttura sociale e nella vita economica e sociale furono accompagnati da altrettanti cambiamenti nelle relazioni e nel modo in cui la gente definiva e affrontava i propri bisogni emotivi e psicologici.

Albee scrive: Il capitalismo richiese lo sviluppo di un alto livello di razionalità accompagnato dalla repressione e dal controllo della ricerca del piacere. Questo significò il rigido controllo degli impulsi e lo sviluppo dell'etica del lavoro dalla quale la maggioranza delle persone doveva trarre un alto grado di soddisfazione dal duro lavoro. Il capitalismo richiese inoltre sforzi personali per ottenere obiettivi ampi e a lungo termine, un aumento dell'autonomia personale e dell'indipendenza. Il sistema dipendeva da una pesante enfasi sulla parsimonia e sull'ingenuità e, soprattutto, dal duro controllo e dalla repressione della sessualità.

Si passa psicologicamente quindi da una società centrata sulle tradizioni ad una nella quale venne enfatizzata la 'direzione-guida interiore'.

Nelle società tradizionali il controllo sociale era pubblico e aperto, gestito con il sentimento della vergogna. Nelle società industriali urbanizzate la vita è molto più anonima ed il controllo sociale viene operato attraverso norme e regole interiorizzate, che risultano nel sentimento di colpa nel caso tale controllo venga sfidato.

Si vede quindi come l'elemento centrale della cultura urbana, industriale, capitalistica crea le condizioni per lo sviluppo di un diverso significato dell'aiuto, della guida, dell'orientamento e del sostegno che affronti le confusioni ed i dilemmi esperiti nella vita personale, individuale ed interiore della persona.

Tra il 1800 e il 1890 la popolazione dell'Inghilterra e del Galles che viveva in città più grandi di 20.000 abitanti aumentò fino al 54%

La gente lasciava le campagne per le città, dunque, e per le fabbriche. Anche in campagna il lavoro divenne progressivamente meccanizzato. Questi cambiamenti economici e sociali di larga scala ebbero profonde implicazioni per tutti i membri svantaggiati e con handicap della società. Precedentemente c'erano piccole comunità rurali, famiglie estese e disponibili che lavoravano a casa o nei pressi dell'abitazione, e compiti che potevano essere svolti anche dai meno abili. Ora

c'era la disciplina delle macchine, lunghe ore in fabbrica e la frammentazione conseguente delle comunità e del network familiare che si prendevano cura di vecchi, ammalati, poveri e insani.

Questa veloce crescita, di necessità, fece sviluppare un sistema di forniture statali per i membri improduttivi della popolazione, conosciuto in Gran Bretagna come il Workhouse System. Gli internati delle Workhouses venivano fatti lavorare condizionati da una rigida disciplina. Ci si rese però subito conto che gli 'insani' erano duri da controllare e rompevano il regime delle workhouses.

Nel 1750 un rapporto da una workhouse dice:

*[...] la legge non ha definito e fornito nulla di particolare per i folli e deve essere concesso che la workhouse comune parrocchiale (gli abitanti della quale sono persone di una certa età e inferme) sono luoghi inadatti per ricevere tali persone ingovernabili e dannose, che hanno necessariamente bisogno di appartamenti separati. (cit. Scull 1979)*

Questi 'appartamenti separati', gli Asylums (ovvero, i manicomi), cominciarono ad essere costruiti dalla metà dell' '800 in poi (è del 1845 la 'Asylum Act'). Questo sviluppo marcò il primo sistematico coinvolgimento dello Stato nella cura e nel controllo degli insani nella società europea.

All'inizio gli asylum furono solo luoghi di contenimento e gli interventi di terapia erano rari. In qualche asylum gestito dai Quaccheri, per esempio, si evolse quello che fu chiamato il 'Trattamento morale'. Per il resto le persone venivano trattate e tenute come animali (al Bethlem Hospital di Londra si pagava per entrare a vederli).

Dalla ricerca storica si evince che la professione medica inizia gradualmente a riconoscere che si poteva produrre profitto con il 'commercio della follia', non solo controllando i manicomi finanziati dallo stato, ma anche gestendo manicomi privati per gli insani appartenenti alle classi agiate. Il potere politico della classe medica concesse loro, in Inghilterra, di influenzare i contenuti delle leggi parlamentari che diede alla professione medica il controllo dei manicomi. La sconfitta del 'trattamento morale' può essere vista come il momento chiave nella storia della psicoterapia: la scienza rimpiazza la religione come ideologia dominante che informa il trattamento degli insani.

Nel resto del 19° secolo questo potere della professione medica si consolida e parte di questo processo di consolidamento fu il riscrivere la storia della pazzia. Le forme religiose di cura e assistenza degli insani furono ridefinite 'demonologia' e tacciate d'essere un approccio prescientifico e pre-medico alla pazzia. Furono formulate spiegazioni mediche e biologiche, e tra queste la frenologia, l'indulgenza sessuale e la masturbazione.

Alla fine del secolo la specializzazione in Psichiatria ha il suo posto come branca della medicina, appoggiata da un sistema di classificazione dei disturbi psichiatrici (si ricordino Kraepelin, Bleuler ed altri).

Iniziano le controversie sul trattamento: è saggio rinchiuderli tutti assieme? Miglioreranno stando tra di loro? Ci furono già voci critiche che condannavano la crudeltà degli asylum, che li ritenevano inefficaci e che affermavano che l'assistenza nelle comunità locali, il territorio dunque, era migliore che l'istituzionalizzazione.

Oggi, nonostante si siano chiusi i manicomi, il dibattito su tale questione è ancora vivo e aperto, e motivo di conflitti di potere e sociali.

Ma possiamo trarre alcune conclusioni interessanti e utili da questo, a proposito del nostro focus specifico, e che riguarda l'assistenza e l'aiuto offerto a persone emotivamente vulnerabili nella nostra società post-industriale moderna, e compararle con ciò che accadeva poco prima dell'inizio di quel periodo storico (fine 1700 - inizi 1800):

1. I problemi emotivi e comportamentali divennero medicalizzati;
2. Emerse un 'commercio della follia', un coinvolgimento di forze di mercato nello sviluppo dei servizi alla persona;
3. Ci fu un aumento della crudeltà e dell'esclusione nel modo in cui le persone con problemi mentali venivano trattate, e un più ampio controllo sociale;
4. I servizi che erano disponibili erano controllati da uomini (spesso medici e professioni affini) e venivano usati per opprimere le donne;

5. La scienza rimpiazzò la religione come cornice principale di riferimento per comprendere la pazzia.

Nessuno di questi fattori fu evidente prima della rivoluzione industriale, e tutti sono ancora qui con noi, in diverso grado, oggi.

Possono essere visti come fondamentali nel modo in cui ogni società industriale, urbanizzata e secolarizzata, risponde alle questioni riguardanti la pazzia.

Per una società dove la razionalità e la prospettiva scientifica sulla vita fu importante, il folle irrazionale, che ha perso la ragione, diventa subito un capro espiatorio, una sorgente di minacce che devono essere bandite e rinchiusi in un manicomio fuori della città. Foucault la definì l'era del confinamento, dove la società sviluppa mezzi di repressione e imprigionamento dei rappresentanti della non-ragione o della sessualità.

### ***L'emergere della psicoterapia***

Alla fine del 19° secolo, la psichiatria aveva raggiunto una posizione dominante nell'assistenza e la cura degli insani, da qui in poi riclassificati come 'malati mentali'. Dalla medicina e dalla psichiatria evolve quindi, in quel periodo, una nuova specialità, la PSICOTERAPIA. I primi medici a definire se stessi come psicoterapeuti furono Van Renterghem e Van Eeden, che aprirono una Clinica di Psicoterapia Suggestiva ad Amsterdam nel 1887. Van Eeden definisce la psicoterapia come 'la cura del corpo con la mente, aiutata dall'impulso di una mente su un'altra'. L'ipnosi fu un fenomeno di grande interesse per la professione medica europea nel 19° secolo. C'erano due aspetti della loro tecnica ipnotica che permangono ancora oggi come concetti chiave del counselling e della psicoterapia contemporanei:

1. l'enfasi e l'importanza del rapporto tra medico e paziente (loro sapevano che l'ipnosi non sarebbe stata efficace in assenza di ciò che chiamavano 'rapport');
2. argomentavano che la ragione per cui l'ipnosi era d'aiuto ai pazienti era che dava accesso ad una area della mente che non era accessibile durante il normale stato di coscienza da svegli. In altre parole, la nozione di Mente Inconscia era parte dell'apparato dell'ipnotismo del 19° secolo, tanto quanto lo fu poi della psicoterapia dei due secoli successivi.

L'apparire del mesmerismo e dell'ipnosi nel 18° e 19° secolo in Europa, e la loro trasformazione in psicoterapia, può rappresentare l'assimilazione di una forma culturale tradizionale all'interno della moderna medicina. Il mesmerismo fu probabilmente la prima forma secolare di psicoterapia in America.

La figura chiave nel processo di transizione dall'ipnosi alla psicoterapia fu indubbiamente Sigmund Freud (formatosi con Charcot a Parigi, tornò a fare lo psichiatra in privato a Vienna).

Senza negare il genio e la creatività di Freud, è utile riflettere su alcuni modi in cui il suo approccio fu influenzato dalla moda intellettuale e dalle pratiche sociali del suo tempo. Per esempio:

1. le sedute individuali con un analista erano un'estensione della normale pratica di consulenza uno-a-uno tra medico e paziente che era prevalente a quel tempo;
2. l'idea di Freud di una forza vitale unitaria, la LIBIDO, fu derivata dalle teorie biologiche del 19° secolo;
3. l'idea che i problemi emotivi avessero cause sessuali era ampiamente accettato già nel 19° secolo;
4. l'idea dell'inconscio era stata già impiegata non solo dagli ipnotisti, ma anche da altri filosofi e scrittore del 19° secolo.

Il distinto contributo di Freud fu forse la sua capacità di assimilare tutte queste idee in un modello teorico coerente che si è dimostrato di grande valore in molti campi del sapere. Il significato culturale delle idee di Freud può essere visto come giacente nell'assunzione implicita che noi siamo tutti nevrotici; che dietro la facciata della persona apparentemente più razionale e di successo vi sono conflitti interni e impulsi istintivi. Il messaggio di Freud fu dunque che la psichiatria era importante non solo per i pazzi in manicomio, ma per tutti.

Queste idee, contenute nella psicoanalisi, riflettevano anche le sfide affrontate dai membri della classe media europea che transitava da forme di relazione tradizionali ad altre forme più moderne. Le idee di Freud, durante la sua vita, ebbero un impatto limitato in Inghilterra ed in Europa, dove, fino a poco tempo fa, la psicoanalisi era accettata ed accessibile solo alla classe media degli intellettuali e degli artisti. In Inghilterra, per esempio, il primo sviluppo della psicoanalisi è legato non all'ambiente medico, ma all'élite letteraria del 'Gruppo di Bloomsbury'.

Fu quando la psicoanalisi emigrò negli USA che la psicoterapia, ed il counselling, divennero maggiormente e più ampiamente disponibili al pubblico.

### ***La psicoterapia come risposta al 'Sé vuoto'***

La tesi di un importante storico, Philip Cushman è che gli USA erano una nazione nuova nella quale la popolazione del 19° secolo era stata soggetta a massivi cambiamenti e trasformazioni sociali, e dove i precursori della psicoterapia, come il mesmerismo o il movimento revivalista, furono tentativi di trovare senso e stabilità in un tempo di enorme incertezza sociale.

Allo stesso tempo, il sistema capitalistico, più dominante in USA che in Europa, chiedeva fortemente che gli individui fossero forgiati e si formassero alla luce delle richieste di particolari nicchie del nuovo sistema economico. Le persone dovevano imparare come vendere non solo dei beni e dei servizi, ma anche sé stesse. I libri e i pamphlet sul 'migliorare sé stessi' divennero molto popolari, ma la psicoterapia offriva un modo più efficace per ottenere il giusto tipo di personalità, adatto alla nuova società capitalistica.

L'estendersi della mobilità sociale negli USA significò che le strutture sociali tradizionali, come la famiglia e la comunità, furono erose ed il senso di scopo e di appartenenza associato a tali strutture andò perso.

Un'esperienza forte e centrale di molti americani fu quella di un 'Sé Vuoto'.

Secondo Cushman, le due principali risposte culturali a tale sé vuoto, sono state la psicoterapia e il consumismo pubblicitario. Allo scopo di calmare quella che venne definita una 'fame emotiva indifferenziata', il cittadino dell'economia capitalistica avanzata ha in quel momento (e in seguito) la scelta di prendere un appuntamento con un terapeuta, o, forse, comperarsi una nuova auto o un nuovo orologio. E, se ne avrà le risorse, farà entrambe le cose. Il link tra l'emergere della psicoterapia negli USA del 20° secolo e lo sviluppo della società consumistica è stato discusso da altri storici come Caplan e Pfister (1997).

Un tema chiave di questa spiegazione storica è stata l'ampiezza con cui gli approcci psicoterapeutici hanno deviato l'attenzione dalle condizioni sociali che erano causa dei problemi personali nella vita delle persone, promettendo soluzioni a questi problemi basate sull'identificazione di aspetti disfunzionali della psiche individuale (Cushman, 1995). Il risultato di tale movimento, nella direzione di un individualismo autoreferenziale, è criticato da tali autori come avente una seria responsabilità nell'erosione delle basi della solidarietà sociale e del capitale culturale, che avrebbe potuto rendere possibile la formazione di una risposta collettiva alle richieste delle forze economiche capitalistiche.

Questi storici ci invitano a considerare il counselling e la psicoterapia non semplicemente come forme di scienza medica e psicologica applicata, ma come manifestazioni di più ampie forze culturali e sociali che influenzano tutti gli aspetti della vita sociale.

### ***La crescita della psicoterapia negli USA***

In confronto all'Europa, e specialmente all'Europa del sud, la società americana dimostrò un grado molto più alto di mobilità sociale, con persone che probabilmente avrebbero vissuto, lavorato e si sarebbero sposati al di fuori del loro quartiere/città/villaggio/classe sociale/etnia d'origine. C'erano quindi molti individui che avevano problemi a formare nuove relazioni soddisfacenti, e che non avevano un senso di identità personale sicuro. L'American Dream insisteva che ognuno avrebbe potuto migliorare la propria posizione, ed enfatizzava il raggiungimento della felicità dell'individuo come un obiettivo legittimo da perseguire nella vita. La psicoterapia americana offrì in tal senso un metodo fondamentale e radicale di auto-miglioramento.

I numerosi psicoanalisti europei che arrivarono in America negli anni '30 trovarono un forte

interesse popolare per la psicologia (si veda l'opera molto diffusa J.B. Watson e di W. James). C'era anche una forte tradizione di psicologia applicata alla quale aveva dato impeto il coinvolgimento di psicologi accademici nell'esercito americano durante la Prima Guerra Mondiale.

I test psicologici erano ampiamente usati nell'istruzione, nella selezione al lavoro, e nell'orientamento vocazionale lavorativo, il che significava che la nozione dell'uso della psicologia per aiutare la gente ordinaria era generalmente data per scontata. Infine, all'inizio del 20° secolo gli USA erano caratterizzati da un diffuso ed ampio dibattito popolare sulla natura della vita familiare, della genitorialità, dell'educazione dei figli, ecc., e le idee di Freud ebbero una potente influenza in questa arena (Demos 1997).

Gli americani furono molto attratti dalla psicoanalisi, ma per assimilarla nella loro cultura operarono una 'americanizzazione' del pensiero di Freud. Freud aveva vissuto in una società organizzata in modo gerarchico, classista e aveva scritto dal punto di vista di un mondo immerso nella scolarizzazione classica e nella scienza biologica, informato da un pessimismo che nasceva dall'essere un ebreo in tempi di violento antisemitismo. C'erano dunque nella sua scrittura, temi che non sedevano bene a fianco dell'esperienza degli americani. Come risultato di questo, emersero negli anni '50 tutta una serie di autori che reinterpretarono Freud nei termini di quelli che erano i valori culturali americani. Tra essi Carl Rogers, Eric Berne, Albert Ellis, Aaron Beck e Abraham Maslow. Molti degli psicoanalisti europei che andarono negli USA, come Fromm ed Erickson, furono inoltre importanti nel riconcettualizzare la psicoanalisi da una prospettiva sociale e culturale più ampia, rendendola così più accettabile alla clientela americana.

Una delle più forti resistenze alla psicoanalisi nella cultura Americana fu la psicologia accademica. Gli psicologi accademici americani si erano profondamente impegnati nell'approccio behaviorista fin dal 1918 (metodo scientifico, sperimentale, comportamento osservabile, laboratori ed esperimenti, ecc.).

L'establishment accademico behaviorista si oppose strenuamente alla psicoanalisi e si rifiutò di riconoscerla come meritevole di studi seri. Sebbene alcuni dipartimenti accademici di psichiatria mostrarono un limitato interesse per la psicoanalisi, molti professionisti e autori furono costretti a lavorare nella pratica privata e negli ospedali privati, piuttosto che avere una base accademica.

Quando Rogers, Berne ed Ellis svilupparono nuovi e distinti metodi terapeutici negli anni '50 e '60, ci fu un limitatissimo interesse e discussione sul loro lavoro da parte dell'ambiente accademico. Uno dei contributi distintivi di Rogers fu quello di inventare metodi sistematici per svolgere ricerche sul processo e sui risultati della terapia. L'effetto di questa innovazione fu quello di rinforzare la legittimità della terapia come iniziativa socialmente accettabile, dandole rispettabilità ed uno status di scienza applicata. Nel 1947 Rogers fu il primo terapeuta che divenne presidente dell'American Psychological Association. La conferma della terapia come scienza applicata fu spinta maggiormente dall'ingresso nell'alveo delle terapie degli approcci cognitivo-comportamentali negli anni '60 (immagine dello scienziato applicato).

Con la Seconda Guerra mondiale, ed il ritorno dei Veterani, si ebbe un altro punto di svolta nella storia del counselling e della psicoterapia. Vi furono pressioni da più parti perché ai militari ritornati fosse offerto, negli anni che seguirono, un programma di assistenza che comprendesse anche la psicoterapia.

La terapia centrata sul cliente di Rogers rappresentava la forma più credibile, relativamente breve ed economica, e per la quale si sarebbero potuti formare nuovi terapeuti in tempi brevi. La conseguenza fu che ci fu un forte investimento nella terapia centrata sul cliente alla fine degli anni '40, il che significò che questo divenne l'approccio terapeutico dominante negli USA e nel mondo negli anni '50. La TCC (Terapia Centrata sul Cliente) era simile alla psicoanalisi, nel senso che era costruita attorno all'esplorazione del sé, o alla ricerca del proprio 'vero' sé, ma era meno lunga e dispendiosa, più egualitaria nella sua filosofia, e più ottimistica. Mentre la psicoanalisi si adattava bene ai bisogni emotivi della classe media europea, la TCC si sintonizzava meglio alla vita e alle aspirazioni degli americani.

Si possono vedere quindi molti fattori che contribuirono alla rapida crescita della psicoterapia nella società Americana alla metà del 20° secolo. A causa poi dell'influenza globale degli USA negli anni del dopoguerra, ciò ebbe l'effetto di far scattare l'espansione della psicoterapia in altri paesi. Le

particolari circostanze culturali che prevalsero negli USA alla metà del 20° secolo ebbero un forte impatto nella forma della pratica psicoterapeutica, che permane ancora oggi. La relativa debolezza dei fondi statali per la sanità e per l'assistenza sociale negli USA contribuì a far sì che la psicoterapia prendesse largamente la forma del modello della pratica privata individuale, piuttosto che quella di un servizio comunitario di base. L'ethos competitivo capitalistico degli USA significò che i terapeuti innovativi furono premiati per aver prodotto 'nuove terapie', piuttosto che per aver contribuito all'accumulo di conoscenza e saggezza collettive. Contribuendo così alla proliferazione delle teorie e degli approcci terapeutici. E la crescita della psicologia, come disciplina accademica emergente, significò che la legittimità della psicoterapia divenne sempre più dipendente dalla sua capacità di sottoporsi alla prova della rigorosa ricerca empirica oggettiva.

### ***La secolarizzazione della società***

Storicamente ci fu una relazione intima tra le religioni organizzate e lo sviluppo storico della psicoterapia. Halmos ha documentato la corrispondenza nell'Inghilterra del 20° secolo tra il declino del numero dei sacerdoti e l'aumento del numero dei terapeuti. Egli argomenta che la fede religiosa fu gradualmente rimpiazzata da una serie di credenze e valori che lui chiama 'la fede del counsellor'. Altri autori (Nelson, Torey, Holifield, ecc.) hanno descritto alcuni modi in cui la terapia ha preso il posto della religione in aree della vita degli individui, per offrire spiegazioni di eventi difficili da comprendere, per offrire risposte alla domanda esistenziale 'perché sono qui?', per definire valori sociali e per fornire modi rituali di incontrare altre persone. Hanno inoltre documentato il processo attraverso il quale alcuni dei primi 'psychotherapist' facevano in effetti parte della Chiesa in America, ma gradualmente la psicoterapia si trasformò in una professione separata. Autori statunitensi hanno discusso il ruolo delle chiese Protestanti negli USA nel disseminare gli approcci di counselling negli anni '20 e '30, nella forma del Pastoral Care.

Fino ad anni recenti, pochi terapeuti riconoscevano che la religione e la spiritualità avevano una certa rilevanza nel counselling e nella psicoterapia. Era come se la pressione per far sì che la terapia di consolidasse come professione separata ed indipendente, facesse in modo che i terapeuti dovessero dare un taglio deciso e netto tra ciò che loro stavano facendo e ciò che avevano fatto, o facevano, alcuni preti. Certamente vi sono importanti differenze. Ma anche aree significative di convergenza. Allo scopo di collocarsi come prodotto nel mercato del 20° secolo, e per costruire un'industria della salute mentale, la psicoterapia differenziò sé stessa dalla religione. In genere, le principali teorie del counselling e della psicoterapia hanno avuto poco da dire sulle dimensioni spirituali e religiose della vita. La terapia è integrata nella visione scientifica del mondo, anche se, come afferma Halmos (1965), le teorie delle terapie vengono presentate e viste come forme di 'fede'. E' solo in anni recenti che si è cominciato a forgiare un riavvicinamento tra psicoterapia e religione.

### ***Il ruolo di Carl Rogers***

Rogers fu una figura assolutamente cruciale nello sviluppo del counselling e della psicoterapia. Cresciuto in una comunità rurale nel Midwest, e componente di una famiglia rigidamente protestante in cui vi era un'attiva disapprovazione di attività come il frequentare case da gioco e teatri, Rogers, come sostituto alle proibizioni al divertimento, sviluppò un fortissimo interesse nell'agricoltura scientifica, e all'età di 14 anni conduceva già i suoi esperimenti sui raccolti e sulle piante. Decise di diventare ministro della chiesa protestante e a 20 anni, per prepararsi alla vocazione, andò come delegato alla World Student Christian Federation Conference in Cina. L'esposizione ad altre culture e ad altre fedi lo influenzarono e lo condussero a rompere con il rigido orientamento religioso dei suoi genitori. Scelse quindi di frequentare un seminario più liberale.

In seguito alla sua partecipazione ad un gruppo studentesco di sviluppo personale per l'esplorazione della propria fede, Rogers decide di cambiare carriera ed inizia il suo training come psicologo alla Columbia University, dove fu esposto alle idee del movimento per l'istruzione progressista, che dava enfasi alla fiducia nella libertà di apprendimento e di crescita insita in ogni bambino e in ogni studente.

Il rispetto per il rigore scientifico si esprime nel suo coinvolgimento nella ricerca, dove fu uno dei primi a registrare le sedute di terapia. L'influenza del pensiero Protestante sulla TCC appare nell'enfasi sulla capacità di ciascun individuo di arrivare ad una personale comprensione del

proprio destino, attraverso l'uso dei sentimenti e dell'intuizione piuttosto che della dottrina o della ragione (vedi anche, su questo, l'esperienza del Quaccherismo).

La TCC si concentra inoltre sul comportamento presente piuttosto che sul passato. R. N. Sollod, biografo di Rogers e della terapia centrata sul cliente, afferma che il Protestantismo della TCC non può essere comparato alla psicoanalisi, dove 'la fiducia è nella ragione allenata del terapeuta (Rabbi) e nelle sue Talmudiche interpretazioni di fenomeni complessi'.

Rogers, nel suo lavoro clinico e fin dai primi tempi alla Columbia, fu immerso nei valori della cultura americana, e la sua teoria contiene molti elementi di quel contesto culturale.

La teoria della TCC ha adottato le norme culturali di base americane, come la scarsa fiducia negli esperti e nelle figure d'autorità, l'enfasi sul metodo piuttosto che sulla teoria, l'enfasi sui bisogni dell'individuo piuttosto che sugli obiettivi sociali condivisi, la mancanza di interesse nel passato e il valore nell'indipendenza e nell'autonomia.

### ***La psicoterapia nel suo contesto culturale***

I temi culturali chiave che hanno stimolato lo sviluppo storico della psicoterapia nelle società occidentali sono:

- ⌚ l'aumento dell'individualismo nelle società moderne, accompagnato da una erosione degli stili di vita collettivi e comunitari;
- ⌚ per gli individui, un senso di frammentazione nella loro percezione del Sé;
- ⌚ la pressione sugli individui ad agire razionalmente e a controllare le loro emozioni;
- ⌚ nel mondo postmoderno, gli individui divengono riflessivamente consapevoli delle opzioni loro disponibili circa l'identità possibile - e la psicoterapia è uno dei modi per costruire un'identità;
- ⌚ la sostituzione, con i modelli scientifici, del sistema religioso-spirituale di dare un senso alla vita;
- ⌚ un'aumentata enfasi alle soluzioni ai problemi personali e sociali informate dal paradigma medico;
- ⌚ la crescita del consumismo come sorgente di significato e di identità, in risposta alle pressioni del capitalismo economico per espandere i mercati.

La psicoterapia è funzionata come specchio della società, nel senso che il lavoro degli psicoterapeuti ha messo in luce aspetti della vita sociale che sono stati particolarmente problematici in diversi periodi (Freud ha portato alla luce l'oppressione sessuale dell'era Vittoriana; Rogers e altri, negli anni '50, hanno portato alla luce la confusione identitaria causata dall'espansione economica post-seconda Guerra Mondiale, ecc.). Attualmente molti psicoterapeuti stanno attirando l'attenzione sulla depressione e sulla mancanza di speranza che sembrano essere endemiche nella società contemporanea.

Questi sono solo alcuni dei modi in cui la psicoterapia è funzionata come una sorta di barometro esistenziale della società. Comunque, la psicoterapia ha avuto anche un ruolo attivo nella società, nel formare i cittadini a diventare il tipo di cittadini, lavoratori e consumatori che sono richiesti in ogni momento e luogo. Per esempio, alcuni autori sottolineano come la psicoanalisi, con la sua enfasi sull'impatto potenzialmente distruttivo dei genitori sui figli, era ciò di cui c'era bisogno all'inizio del 20° secolo, quando il progresso scientifico ed economico richiedeva persone che assumessero ruoli lavorativi diversi da quelli che avevano i loro genitori. Negli anni '60, il nuovo consumismo richiedeva persone che potessero riflettere e scegliere, qualità che vennero promosse sia dalla terapia centrata sulla persona (TCC) che dal cognitivismo.

Oggi, sembra che la minaccia all'ambiente e al clima, il potere economico della Cina, ecc., chiamino ad un ritorno dei valori e delle pratiche spirituali, e a stili di vita più collettivi. Trend, questo, che viene esibito dalla popolarità delle terapie 'mindfulness' e narrative. Cambia anche il modo di offrire la psicoterapia. Hai tempi di Freud qualcuno poteva permettersi, in tempo e denaro, una psicoterapia quasi giornaliera ed interminabile. Oggi che, per esempio, la psicoterapia viene fornita anche da strutture sanitarie pubbliche che assistono le persone nel rientro al lavoro, sono

divenute dominanti le terapie brevi e cognitivo-comportamentali.

Dietro alla costruzione sociale e culturale della psicoterapia vi sono due premesse:

- ⌚ che l'infelicità è un male;
- ⌚ che tutti meritiamo di essere felici.

Tale premessa, nella ricerca psicoterapeutica, si riflette nell'uso universale del cambiamento dei sintomi (per es: gli indicatori di infelicità o di disagio/malessere) per valutare l'efficacia della terapia. La seconda premessa è che l'infelicità possa essere 'riparata' e risolta cambiando l'individuo. La psicoterapia è principalmente emersa da un lungo viaggio storico effettuato nelle società occidentali, nella direzione di un individualismo autosufficiente. Tale premessa si riflette nelle idee e nelle pratiche della maggioranza delle scuole di psicoterapia, e nella proliferazione di ciò che Gergen ha chiamato il 'linguaggio del deficit', la capacità cioè di psicologi, psichiatri e psicoterapeuti di descrivere negli individui una miriade di pattern di disfunzione psicologica.

La psicoterapia è diventata potente e influente all'interno delle società istituzionali. In parte perché si è alleata, dall'inizio, con lo status ed il prestigio della medicina. Ma anche perché i leaders, l'élite dominante delle società occidentali si riconoscono almeno in alcune delle idee psicoterapeutiche che circolano all'interno della loro consapevolezza. Attualmente i politici e i manager della sanità amano la terapia cognitivo-comportamentale, o la terapia sistemica familiare, perché la prima promuove l'idea che, per andare avanti, è necessario essere razionali ed essere capaci di controllare le proprie emozioni, o la seconda perché prende in considerazione tutta la famiglia (in un ambiente fortemente 'familistico') e la 'cura' in blocco di tutti i membri della famiglia, risparmiando in costi e tempi che ci vorrebbero a curare ciascuno individualmente. Questo ha un senso per tale élite, perché descrive le basi su cui essi stessi hanno costruito il loro personale successo: razionalità, controllo emotivo, e la famiglia.

### ***L'emergere del counselling***

La storia della psicoterapia è stata molto più compiutamente documentata di quella del counselling. Il counselling, come professione distinta, venne alla luce solamente negli anni '40. Uno dei marker pubblici dell'emergere, in quel periodo, del counselling (sebbene tale disciplina esistesse in qualche modo da almeno 50 anni, se non di più) fu che Carl Rogers, affrontando l'opposizione della professione medica all'idea che ciascuno senza un training medico potesse dichiararsi 'psicoterapeuta', iniziò ad usare il termine 'COUNSELLING AND PSYCHOTHERAPY' per descrivere il suo approccio. Sebbene in molti modi il counselling, sia allora che oggi, può essere visto come una estensione della psicoterapia, una attività parallela o addirittura un mezzo per fare il marketing della psicoterapia a nuovi gruppi di consumatori, vi sono anche almeno due importanti filoni storici che differenziano il counselling dalla psicoterapia:

1. il coinvolgimento nel sistema educativo-scolastico;
2. il ruolo del settore del volontariato.

L'American Personnel and Guidance Association (APGA), che divenne in seguito l'American Association for Counseling (ACA), fu fondata negli USA nel 1952, attraverso la fusione di un numero di gruppi di orientamento e guida vocazionale che erano già ben istituiti e presenti in quel tempo. Il corpo societario della APGA era costituito da counsellors che lavoravano in scuole, college e in servizi di consulenza alla carriera. In Gran Bretagna, lo STANDING COUNCIL FOR THE ADVANCEMENT OF COUNSELLING (SCAC), che divenne più tardi la BRITISH ASSOCIATION FOR COUNSELLING, fu inaugurato nel 1971 da un network di persone che erano primariamente nei servizi sociali, nel social work e nel settore del volontariato.

Le premesse della formazione di queste organizzazioni possono essere comprese in termini di senso di crisi nella società, o in un 'panico morale', in varie aree della vita sociale. In effetti vi era un senso di forte disagio attorno ad alcuni aspetti della rottura dell'ordine sociale e l'individuazione di gruppi di persone che venivano trattati in qualche modo ingiustamente. Queste crisi erano caratterizzate da una ampia diffusione del problema, da dibattiti nei giornali e nelle riviste, e da sforzi di compiere cambiamenti politici e legislativi. Ad un certo punto, in tale processo, qualcuno



avrebbe avuto l'idea che il mezzo migliore di aiutare sarebbe stato quello di trattare ogni persona che avesse avuto bisogno di assistenza come un individuo, discutendo con lui della questione, e trovando con tale persona il modo migliore di andare avanti nei termini dei suoi bisogni e situazione specifici ed unici. L'idea del 'COUNSELLING' sembra essere emersa in questo modo e più o meno simultaneamente in molti campi dell'azione sociale.

Probabilmente il secondo esempio che sia stato documentato di questa sorta di 'invenzione del counselling' si può ricondurre al lavoro del riformatore sociale statunitense Frank Parsons (1845-1908). Parsons era un ingegnere, avvocato e scrittore, poi diventato docente alla Boston University. Era ben conosciuto internazionalmente per le sue lezioni ed i suoi scritti che argomentavano contro il capitalismo incontrollato del tempo, e proponevano che il capitalismo dovesse essere rimpiazzato da una filosofia della mutualità, la sostituzione della competizione con la cooperazione e l'avidità di denaro con la preoccupazione per l'umanità. Fece campagne per il voto alle donne e per la proprietà pubblica di aziende chiave per l'economia ed il welfare americani. Verso la fine della sua vita si interessò particolarmente ad aiutare i giovani a trovare il lavoro giusto per sé stessi. Fondò così il 'Vocation Bureau' in un distretto di forte immigrazione di Boston, dove si intervistavano e valutavano i giovani, fornendo loro informazioni circa possibili scelte di carriera. Si fornivano loro opportunità di fare questo, anche esplorando i loro sentimenti circa il lavoro che li sarebbe piaciuto fare. La filosofia del Bureau era chiaramente radicata in ciò che ora consideriamo essere un approccio di counselling. Diceva Parsons: 'nessuna persona può decidere per un'altra quale occupazione dovrebbe scegliere, ma è possibile aiutarla affinché abbia un approccio al problema che possa portarlo ad una saggia decisione per sé stesso'.

Questo Bureau funzionò da catalizzatore per l'espansione del counselling nelle scuole e nei servizi di orientamento vocazionale in tutti gli USA. Negli anni '20 e '30 il counselling veniva offerto nel sistema scolastico e dei college come guida e orientamento alla carriera, e inoltre come servizio per quei ragazzi che avevano difficoltà di adattamento scolastico e allo studio. Valutazioni e test psicologici venivano regolarmente somministrati, ma c'era sempre un elemento di discussione o interpretazione del problema dello studente o del risultato del test.

In Gran Bretagna il counselling ebbe forti radici nel settore volontario. Per esempio, la più grande agenzia di counselling del Regno Unito, il National Marriage Guidance Council (NMGC, che oggi si chiama RELATE), fu fondata nel 1938, quando un membro del clero anglicano, Dr. Herbert Gray, mobilitò gli sforzi di persone che erano preoccupate della minaccia al matrimonio causata dalla vita moderna. La minaccia ulteriore alla vita matrimoniale introdotta dalla Seconda Guerra mondiale, condusse alla fondazione formale del Marriage Guidance Council nel 1942. Sin da allora, molti altri gruppi di volontari hanno fondato e organizzato servizi di counselling come risposta alle rotture sociali percepite e a crisi in aree come la violenza carnale, il lutto, il trauma, le questioni legate all'omosessualità e a quelle legate all'abuso e al maltrattamento dei minori. Così come il NMGC, molte di queste iniziative furono condotte da gruppi ecclesiali. Per esempio in Scozia, molte agenzie di counselling debbono la loro esistenza al lavoro pionieristico al Board of Social Responsibility of the Church of Scotland.

Un altro precoce esempio dell'uso del counselling in risposta ad un problema sociale può essere trovato nel servizio di counselling per i dipendenti introdotto nel 1936 nell'impianto di Hawthorne dalla compagnia manifatturiera 'Western Electric'.

Questi esempi di momenti critici nell'emergere del counselling illustrano l'esistenza di una tradizione storica anche distinta, che è principalmente sorta dalla prospettiva dell'AZIONE SOCIALE piuttosto che dall'orientamento sulla patologia individuale. Sebbene ci sia stata e ci sia una mutua interazione e influenza tra le comunità professionali del counselling e della psicoterapia, dal punto di vista storico è possibile vedere che esse sono entrambe collocate culturalmente in territori in qualche modo differenti.

Dopo questi inizi il counselling si espanse rapidamente nei paesi anglosassoni nella seconda metà del 20° secolo, nei termini di numero di membri iscritti ad associazioni professionali di counselling, di ampiezza, scopo e numero di agenzie di counselling, e nella facilità di accesso pubblico al counselling. Sembra ci siano un certo numero di fattori responsabili di tale crescita:

- ① il successo dei primi servizi di counselling nelle aree scolastica, matrimoniale e della perdita e lutto, ispirò gruppi di persone nello sviluppo di servizi di counselling per un ampio raggio

di ulteriori questioni sociali, come la prevenzione del suicidio, dell'abuso domestico, della violenza sessuale, dell'abuso di droghe e alcool, della disabilità e dell'affermazione dell'orientamento sessuale;

- ① viviamo in una società frammentata, nella quale ci sono molte persone a cui manca un sistema di sostegno sociale ed emotivo che li possa assistere nell'affrontare e superare problemi stressanti e disagi esistenziali. Il counselling riveste un ruolo vitale nelle società anglosassoni, come mezzo per dare sostegno efficace agli individui nella negoziazione di punti di transizione nelle loro vite;
- ① le agenzie di counselling sono generalmente collocate all'interno delle comunità locali di coloro per cui erogano il servizio, e sono collegate con altre agenzie di assistenza - il pubblico, la gente, di solito è informata sulla presenza e disponibilità del counselling nella loro comunità, e non si sente stigmatizzata nel farne uso;
- ① il counselling riceve regolarmente pubblicità nei media, molta della quale è positiva. L'immagine del counselling nei media è di profilo basso, non gridato, ed è rassicurante. In contrasto, per esempio, con le rappresentazioni un po' comiche e satiriche della psicoanalisi e della psicoterapia in genere;
- ① la legittimità del counselling non si è mai appoggiata sull'evidenza della ricerca o su iniziative di politica governativa, ma piuttosto si è basata sul passaparola e il suggerimento dei clienti;
- ① le professioni di caring e di servizio alle persone, come l'infermiere, il medico, l'insegnante e l'assistente sociale, che avevano precedentemente svolto un ruolo di quasi-counsellor, furono schiacciate finanziariamente e managerialmente durante gli anni '70 e '80 (e questo è ciò che sta accadendo oggi e da un po' di tempo anche in Italia). I membri di tali professioni non hanno più tempo per ascoltare i loro clienti. Molti di loro hanno cercato e fatto training come counsellor ed hanno creato ruoli specialistici di counselling all'interno delle loro organizzazioni, come modo di preservare la qualità del contatto con i clienti/utenti;
- ① molte migliaia di persone che lavorano nelle professioni di assistenza ed aiuto hanno fatto un training in abilità di counselling come parte della loro istruzione di base, e usano queste abilità in un ruolo di counselling integrato nella loro professione. Vi è anche un ampio numero di counsellor volontari a tempo parziale, che combinano un po' di lavoro di counselling nel tempo libero, incastrandolo tra la loro vita familiare e quella occupazionale. Tutto ciò crea un'enorme riserva di consapevolezza nella società dei metodi e dei valori del counselling (come l'ascolto empatico e l'atteggiamento non giudicante);
- ① c'è uno spirito intraprendente in molti counsellor anglosassoni, che vendono attivamente i loro servizi per nuovi gruppi di consumatori. Per esempio, ogni direttore di risorse umane o di servizi occupazionali ha una sala d'attesa piena di brochure di counsellor o di agenzie di counselling disponibili a fornire servizi di counselling ai lavoratori di quell'azienda;
- ① il counselling è un'attività molto varia, che viene offerta in un ampio range di contesti (statali, di volontariato e non-profit, in privato, nell'assistenza sociale, nei servizi sanitari, nelle scuole, ecc.); tale diversità ha consentito al counselling di continuare ad espandersi in tempi in cui pressioni finanziarie sono risultate in tagli alle forniture di servizi in ciascun settore.

L'emergere del counselling necessita di essere compreso in relazione alla parallela crescita della psicoterapia. Vi sono stati molti praticanti, da Rogers in poi, che hanno abbracciato la separazione tra counselling e psicoterapia. Ma la maggioranza delle agenzie di counselling, sia formative che di servizio, attingono massicciamente dalle idee psicoterapeutiche per formare i loro training, la supervisione e le pratiche. In UK e in altre nazioni, vi sono organizzazioni, come la BACP, che enfatizzano la convergenza delle due tradizioni e comunità professionali. Ciò non di meno, il counselling ha conservato la propria identità come pratica in parte distinta e con una sua propria storia.

## ***Cinque implicazioni per la pratica e la teoria contemporanei***

Il resoconto storico qui fornitovi è inevitabilmente incompleto e parziale. Non vi è, del resto, abbastanza ricerca e attenzione formativa alla comprensione dello sviluppo del counselling e della psicoterapia nel 20° secolo.

Nei limiti di questo resoconto e di questa discussione sui fattori storici possiamo comunque notare che la formazione e la forma della pratica e della teoria contemporanei del counselling e della psicoterapia sono state fortemente influenzate da forze culturali.

Quali sono le implicazione contemporanee di questi fattori storici?

Cosa significano per noi ora, in relazione alla teoria e alla pratica?

Vi sono forse cinque modi in cui l'apprezzamento per la storia del counselling può avere un significato ed un valore per i praticanti contemporanei:

### **1. Comprendere le immagini che del counselling hanno le persone, il pubblico, e che circolano nella cultura contemporanea.**

Le persone che arrivano a chiedere il counselling arrivano nella stanza con la loro immagine e la loro comprensione di ciò che è la terapia e di ciò che da questa si aspettano. Queste idee sono raramente precise ed invece sono spesso informate dalle immagini della terapia che circolano nei media (stesi sul divano, ascolto del professionista che fa solo qualche commento; che fa riferimento a temi riguardanti infanzia, genitori, sessualità; altra immagine è quella del terapeuta un po' folle e che 'ha problemi' anche lui; o del terapeuta che incoraggia il cliente ad agire strani comportamenti; del terapeuta passivo e distante che fa il pappagallo a ciò che il cliente dice, ecc.). Dietro a questo c'è anche pure il timore e la paura di avere un problema o una malattia mentale, che porta alla coscienza immagini di rifiuto e crudeltà con i quali i 'folli' venivano trattati nel 19 secolo. Queste immagini non sono senza senso o casuali, ma riflettono a tutti gli effetti le pratiche storiche (e a volte attuali), e includono anche le risorse per dare senso alla terapia che è disponibile alla maggioranza delle persone.

### **2. Dare senso alle metafore che informano le attuali teorie della psicoterapia e del counselling.**

Il sociolinguista George Lakoff ed il filosofo Mark Johnson argomentano che sia le teorie scientifiche che la maniera quotidiana di spiegare gli eventi sono entrambe radicate sulla metafora. Essenzialmente, una metafora ha un potere esplicativo che si realizza aggregando una comparazione tra una serie di esperienze che hanno senso, con una serie di esperienze contrastanti che ne hanno poco - l'essenza della spiegazione sta nella nozione che il secondo fenomeno è come il primo. Alla luce di questo, le attuali teorie psicoterapeutiche possono apparire come comprensive di network di termini prosaici, non metaforici e tecnici come schema cognitivo, concetto di sé, transfert, e così via. Dietro tale terminologia, comunque, vi è una serie di radici metaforiche con potere esplicativo. Ai tempi dei manicomi, i folli erano visti come degli animali: irrazionali, incapaci di comunicare, senza controllo. Alcuni di questi significati erano ancora presenti nell'immagine di persona di Freud, eccetto che nella psicoanalisi l'animale/Sé era solo una parte, di solito nascosta, della personalità. Le immagini behavioriste di persona l'hanno spesso descritta come 'meccanicistica', ma usa una metafora moderna, quella del Computer. La metafora della psicoterapia e counselling Umanistici hanno immagini più botaniche che si riferiscono alla crescita delle piante e delle condizioni che facilitano o bloccano tale crescita. Ognuna di queste immagini del Sé ha una storia.

### **3. Rinforzare il senso che il counselling rappresenta una tradizione che ha una continuità, la quale rispecchia una serie di pratiche e valori distinti.**

Counselling e psicoterapia sono pratiche allineate in modo stretto e condividono molto suolo comune in termine di modi di lavorare e di pensare. Il resoconto storico rivela la visibilità di una tradizione distintiva della pratica associata al counselling, che è largamente non-medica (anche se ne deve conoscere il linguaggio), orientata alla pratica più che alla teoria, e con una propria 'visione morale'. L'egemonia della psicoterapia, in termini di riconoscimenti 'ufficiali', è servita ad oscurare il contributo del counselling e dei counsellor: è necessaria un'ulteriore attenzione alla storia del counselling se si vogliono mantenere efficacemente i valori del counselling.

#### **4. Accettare che le idee e le conoscenze attuali sono incomplete in assenza di una prospettiva storica.**

Nel campo del counselling, il presupposto dell'inevitabile validità di ciò che è nuovo è minato dalla consapevolezza degli sviluppi storici. Per esempio: uno studio accurato di ciascuno dei momenti chiave nell'emersione e nella crescita del counselling descritti precedentemente - il counselling vocazionale di Parsons, l'esperimento della General Electric, il lavoro del Marriage Guidance, e il fiorire del trattamento morale nel 19° secolo - ha molto da offrire al professionista contemporaneo che lavori in queste aree. In modo simile, il reale senso e significato degli scritti dei 'seminatori', come Freud e Rogers, non può essere estrapolato/dedotto solo dai libri, ma richiede una lettura attenta e meticolosa dei loro primi casi, che illustra la natura radicale di ciò che loro fecero veramente (piuttosto della versioneedulcorata e ristretta che è diventata parte della conoscenza correntemente accettata).

#### **5. Un promemoria del significato delle relazioni di potere nella pratica del counselling.**

La lezione finale della storia del counselling e della psicoterapia è quella di essere un promemoria del fatto che la terapia ha sempre camminato su una fine linea tra il controllo e la liberazione. E' molto facile per i terapeuti, counsellor e psicoterapeuti, credere che il loro approccio, qualsiasi esso sia, è completamente impegnato verso l'empowerment del cliente, piuttosto che operare come mezzo di controllo sociale. Ad ogni modo, i terapeuti hanno sempre creduto questo, ed è solo tramite il beneficio del senno di poi storico che diviene evidente che vi sono pressioni nella direzione della conformità e del controllo sociali, che esistono in ogni situazione riguardante il counselling. La relazione counsellor-cliente si è modellata comunque su quella del medico-paziente e del prete-parrocchiano. Tradizionalmente i medici ed i preti erano visti come figure autoritarie di esperti, e le persone che li consultavano si aspettavano che dicessero loro cosa dovevano fare. Le teorie della terapia rispecchiano volenti o nolenti norme e valori culturali, e l'applicazione di queste teorie nel counselling e nella psicoterapia può essere vista come un modo per modellare le vite ed i comportamenti individuali nella direzione di risultati socialmente accettabili.

#### ***Bibliografia***

- ALBEE, G. W. (1977), The protestant ethic, sex and psychotherapy, *American Psychologist*, 32, 154
- CAPLAN, E. (1998), *Mind Games: American culture and the birth of psychotherapy*. Berkeley, CA (USA): University of California Press
- CUSHMAN, P. (1995), *Constructing the Self, constructing America: a cultural history of Psychotherapy*. Reading, MA (USA): Addison-Wesley
- DEMOS, J. (1997), Oedipus and America: historical perspectives on the reception of psychoanalysis in the United States. In PFISTER, J e SCHNOG N. (1997), *Inventing the psychological: toward a cultural history of emotional life in America*. New Haven, CT (USA): Yale University Press
- HALMOS, P. (1965), *The faith of the counselor*. London: Constable.
- MCLEOD, J. (2001), *Qualitative research in counselling and psychotherapy*. London: Sage.
- MCLEOD, J. (2005), *Counselling and Psychotherapy*. In HOSHMAND L. T., *Culture, Psychotherapy and Counseling: critical and integrative perspective*. Thousand Oaks, CA: Sage
- MCLEOD, J. (2007), *Counselling skill*, Maidenhead: Open University Press
- MCLEOD, J. (2008), *Counselling in the workplace: a comprehensive review of the research literature*, Lutterworth: British Association of Counselling and Psychotherapy
- PFISTER, J e SCHNOG N. (1997), *Inventing the psychological: toward a cultural history of emotional life in America*. New Haven, CT (USA): Yale University Press
- SCULL, A. (1979), *Museums of madness: the social organization of insanity in Nineteenth Century England*, London: Allen Lane.