



DIAGRAMMA DEI TRE ASSI

Presenza, Conoscenza, Esperienza

Il presupposto di base del modello ArKa indica infatti tre dimensioni strutturali di un percorso di counseling: PRESENZA, CONOSCENZA, ESPERIENZA.

La **presenza** comprende tutte quelle caratteristiche che in qualche modo attengono alla persona-counselor. Comprende, con diversi livelli di complessità e consapevolezza, le dimensioni personologiche (tratti personali), il posizionamento rispetto alle attitudini di base del counselor, la sollecitazione ed elaborazione dei vissuti emotivi personali sollecitati dall'interazione intersoggettiva.

8 L'asse **conoscenza** comprende sia gli elementi teorici che tecnici riferiti alla professione, inclusa la possibilità di integrazione con competenze teorico/tecniche derivanti da altre discipline, purché al servizio del percorso di counseling.

La dimensione **esperienza** ha a che fare con la capacità di comprensione e lo sviluppo di una competenza riflessiva sull'intero processo di counseling, in riferimento alla collocazione nelle diverse fasi di sviluppo dei processi di cambiamento.

I tre assi richiedono un dipanarsi del progetto formativo secondo gradienti diversi di complessità, per cui la relazione dei tre assi si articola nei tre anni in funzione di diversi obiettivi, tutti



presenti simultaneamente nel processo di counseling e trasferiti in maniera didatticamente sequenziale nell'iter formativo.

Il primo anno ha come obiettivo l'innescarsi di un processo di **autoconoscenza** da parte dell'allievo e l'acquisizione di una metodologia specifica di costante automonitoraggio del suo mondo interno, incluse le specifiche modalità di risposta ed elaborazione automatica delle esperienze.

Nel secondo anno, il focus è direzionato sul processo attivo di **autotrasformazione**, con attenzione specifica alla motivazione intenzionale e consapevole in funzione del proprio progetto esistenziale. Attenzione viene posta all'acquisizione di strumenti tecnico-specifici per favorire l'azione di cambiamento, con l'inclusione di criteri di valutazione intersoggettiva, sistemica, ecologica del cambiamento.

Nel terzo anno l'obiettivo formativo è rivolto all'acquisizione della competenza **professionale** specifica e la capacità **progettuale** rivolta ai diversi aspetti della realtà sociale.

La metaconcezione del modello ArKa ha come presupposti alcuni elementi derivanti dalla meditazione, che viene proposta, nei suoi aspetti esperienziali e teorici, come base di qualsiasi intervento formativo.

Anche in questo caso la proposta non è di tipo contenutistico (spirituale/religioso), bensì alcune diverse tecniche di meditazione sono praticate come metodo per aumentare la possibilità di ascolto di sé, autosservazione e autotrasformazione



consapevole. In questo senso la proposta ArKa si basa sull'integrazione originale di alcuni elementi teorici derivanti dalla mindfulness e dai diversi autori che integrano scienze umane e meditazione.

Un'elaborazione della meditazione Vipassana con la Gestalt e la mindfulness hanno portato all'elaborazione del contenuto base della consapevolezza, ovvero la capacità di osservazione della mappa sensazione-emozione e pensiero, atto primo del processo conoscitivo nel modello ArKa.