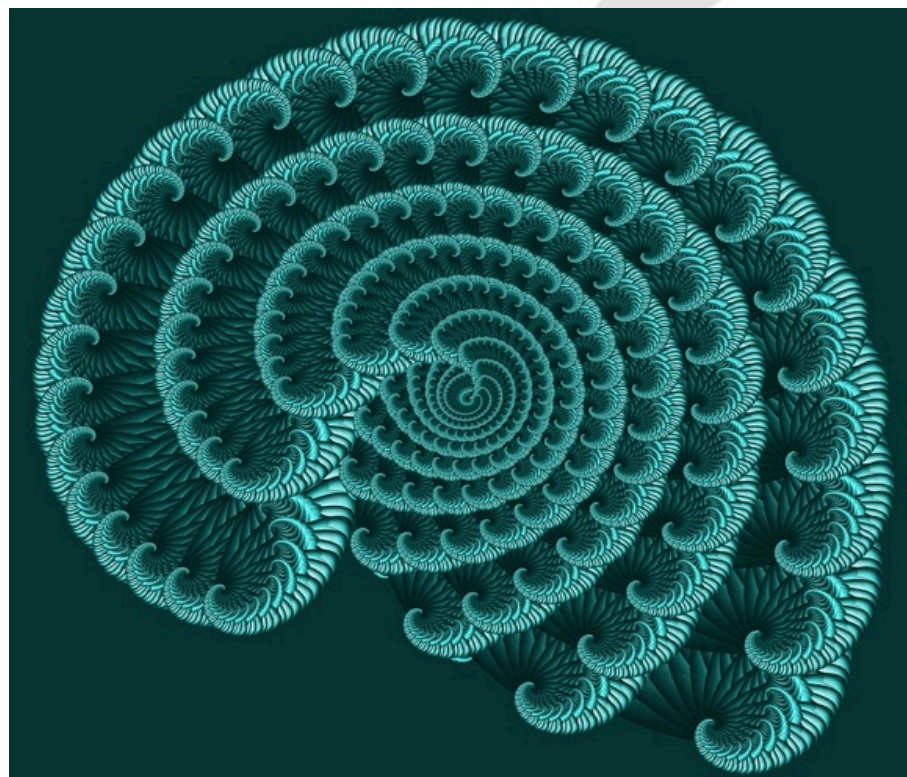


RICORSIVITA' E CAMBIAMENTO

Schemi di colloquio sistemico per il coaching
e il counseling

2016



modelli di 
comunicazione
ISTITUTO DI INTELLIGENZA SISTEMICA

INTELLIGENZA SISTEMICA UNO E DUE



Il termine “intelligenza sistemica” è riferibile nello stesso tempo a due concetti:

- da una parte persone in grado di produrre schemi cognitivi sistemici (**visione, creatività, pensiero strategico, leadership**),
- dall'altra “**sistemi che apprendono**” (reti, organizzazioni, team, collettività di persone, community).

Nella nostra visione la situazione di counseling è un sistema che apprende

LAVORARE COI SISTEMI COMPLESSI



Come è costituito un sistema? E' un insieme di unità interagenti che sono in relazione tra loro. Lo stato di ciascuna unità è vincolato, coordinato, o dipendente dallo stato delle altre unità. Se un sistema è un insieme di parti che si influenzano reciprocamente, si può parlare di sistemi più o meno complessi facendo riferimento:

- al numero di connessioni / influenze presenti nel sistema. Più connessioni = più influenze reciproche = più complessità
- alla varietà dei componenti del sistema e al modo in cui tutta questa varietà interagisce
- alla gerarchia interna dei componenti del sistema (nell'organismo umano le cellule, gli organi e i sistemi di organi). Queste gerarchie aumentano la varietà delle connessioni/influenze.
- alla linearità (prevedibile) o non linearità (non prevedibile) delle interazioni di un sistema complesso

OGNI INDIVIDUO E' UN C.A.S.



La Teoria della Complessità segnala che un tipo particolare di sistema complesso - studiato per la sua importanza - è il sistema complesso adattivo o CAS (Complex Adaptive System) → gli esseri umani sono CAS, le famiglie sono CAS e le aziende sono CAS

Cambiare un essere umano significa agire su sistemi complessi adattivi
=
Cambiare è complesso

Sistema Complicato	Sistema Complesso
Approccio Analitico	Approccio Sistemico
Può essere spiegato per singoli componenti	Va compreso nel suo insieme
E' un "meccanismo"	E' un "organismo"

LE PERSONE NON SONO COMPLICATE MA COMPLESSE

“Complicato” → da *cum-plicatus* ovvero “con pieghe” → può essere “s-piegato” (dalla logica). L’approccio da adottare di fronte al problema complicato è un approccio analitico, che consenta di arrivare alla soluzione (probabilmente una sola possibile) e che si raggiunge “spiegando” il problema, scomponendolo / smontandolo nei singoli pezzi e una volta sistemato il “pezzo rotto”, si ricompona il tutto e il problema è risolto

“Complesso” → da *cum-plexus* ovvero “con intrecci” (come un groviglio) = non può essere spiegato solo con la logica. Il problema complesso richiede la rinuncia della comprensione di ogni singolo pezzo (nel tessuto, non servirebbe smontare l’intreccio in singoli fili, perchè è solo vedendoli tutti insieme che si può comprendere la qualità del tessuto stesso) e occorre concentrarsi nella comprensione dell’intero sistema (approccio sistemico), considerato nel suo insieme come qualcosa di indivisibile. Esempio tipico è l’organismo vivente, che va visto nel suo insieme. La mente stessa è un sistema cognitivo.

ADATTIVITA' E DEUTERO-APPRENDIMENTO



I CAS hanno una caratteristica fondamentale: si adattano e imparano.

Essere adattivo significa essere in grado, a fronte di cambiamenti contestuali, di elaborare informazioni e costruirsi dei modelli.

Di fronte ad un cambiamento I CAS ricercano l'adattamento (permette la sopravvivenza) e questo avviene attraverso la ricerca di nuovi modi di fare le cose e attraverso l'apprendimento.

In questo senso, per la varietà di quantità e qualità dei partecipanti di un sistema complesso, anche piccoli cambiamenti possono generare grandi conseguenze e grandi differenze di reazioni (che possono essere difficili da prevedere) → “effetto farfalla” o “effetto palla di neve”

In quest'ottica, fare counseling oppure coaching “evolutivo” vuol dire innescare l'adattività del sistema-cliente verso un nuovo stato più soddisfacente e aperto: per lui e per il suo sistema di riferimento, qualunque esso sia. Come direbbe Bateson, generando Deutero-apprendimento.

INTERVENTO: RIMEDIALE, GENERATIVO, EVOLUTIVO, BOH?



INTERVENTO RIMEDIALE:

Agisce sulla manifestazione contingente del problema (comportamenti, capacità, aspettative)

INTERVENTO GENERATIVO:

Agisce sulla struttura che genera i problemi di un certo tipo (aspettative, valori, identità)

INTERVENTO EVOLUTIVO:

Agisce sul sè

INTERVENTO REGRESSIVO:

Crea ordine locale aumentando il disordine complessivo (spazzatura sotto il tappeto)

Proprio per le caratteristiche di un sistema complesso, non si può mai sapere in anticipo se un certo intervento avrà effetti rimediali, generativi oppure evolutivi o anche regressivi. Perciò è importante porre la questione dell'ecologia. Questo è possibile solo in un approccio sistemico.

PROBLEMA: IL CLIENTE E' SEMPRE TUTTO INTERO

“Miglioro, dunque sono”

Tiger Woods

Che si tratti di ottenere performance, uscire da stati di blocco o acquisire nuove visioni, il soggetto è presente davanti al consulente nella sua interezza e portando dentro di sé tutti i suoi contesti di vita: lavoro, famiglia, amicizie, aspirazioni, progetti, esperienze e altro ancora.

In un colloquio di counseling ne discende l'opportunità - invece di iniziare subito ad analizzare e specificare - di allargare il quadro e fare empowerment partendo da una visione di sistema, in cui il cliente possa riordinare le proprie risorse e i propri criteri trovando egli stesso la via migliore, più ecologica e motivante per sé.

In una parola, verso la propria Autorealizzazione.

AUTOREALIZZAZIONE, LO SFONDO DELL'APPRENDIMENTO.

Secondo Maslow (1968), ciascun essere umano ha la possibilità, se non vi sono interferenze negative da parte dell'ambiente, di sviluppare le sue potenzialità, di realizzare cioè il senso e il significato della propria individualità. La tendenza alla autorealizzazione è il *“desiderio di divenire sempre più ciò che idiosincraticamente si è, di divenire tutto ciò che si è capaci di divenire”*. Per Maslow autorealizzarsi non significa raggiungere posizioni di prestigio o successo manifesto ma, piuttosto, svilupparsi secondo una propria *“intrinseca natura”*.

L'avvento del pensiero complesso consente oggi di meglio comprendere un processo di autorealizzazione calandosi in una dimensione di sistema: ogni individuo cioè è sì unico, ma comunque parte di molteplici sistemi e sistema egli stesso. Nel suo processo evolutivo, la persona - in quanto CAS - apprende a perfezionare ricorsivamente la propria adattività.

SEGNALI DI AUTOREALIZZAZIONE

La persona autorealizzata (ma sarebbe più appropriato dire “autorealizzantesi”)

- ✓ ha una serena accettazione di sé, delle sue sue potenzialità e dei suoi limiti;
- ✓ sa godere e partecipare intensamente alla vita ma sa anche apprezzare il valore della solitudine come luogo della interiorità ed occasione di autoriflessione;
- ✓ è capace di relazioni interpersonali profonde ed autentiche;
- ✓ ha una naturale propensione e preoccupazione per le sorti degli altri e del mondo;
- ✓ ha capacità di adattamento ma critico e non conformistico;
- ✓ ha la capacità di vivere esperienze “culminanti”, di perdita o trascendimento del Sé (peak-experience).

Ma la caratteristica dominante della persona autorealizzata è la creatività, che non è quella comunemente intesa, cioè “quella dovuta ad un talento speciale, come nel caso di Mozart”, o quella legata ad alcune categorie professionali (pittori, scrittori...) ma piuttosto una qualità particolare del carattere (freschezza, spontaneità, efficienza della percezione), cioè quella capacità di mettersi in rapporto con la realtà e con il mondo in modo pieno ed aperto (essere aperti all’esperienza) e che si esprime in tutte le attività intraprese: è uno stile di vita.

PIRAMIDE DI MASLOW, UN'INTUIZIONE DA ATTUALIZZARE

A. Maslow ideò nel 1954 la sua piramide dei bisogni che divenne presto un riferimento universale per la definizione delle leve motivazionali. Elaborato più volte nel tempo, lo schema di Maslow presuppone:

- 1- Che i “bisogni” abbiano natura pulsionale
- 2- Che questi bisogni appartengano all'individuo
- 3- Che l'individuo prioritizzi la loro soddisfazione in modo sequenziale/gerarchico, dal basso verso l'alto



La piramide dei bisogni di Maslow (1954)

PREGI E LIMITI

Se si tenta di applicare la piramide di Maslow al concetto di CAS si evidenziano però alcuni elementi critici, in particolare:

1. il concetto di bisogno non definito: dire che è una pulsione sposta solo il problema.
2. una impostazione dei livelli diacronica e non sincronica e circolare
3. un concetto del Sé individualista e non sistemico
4. l'assenza della dimensione di adattività attiva tipica di un CAS
5. l'Autorealizzazione posta come punto finale anziché come criterio generale di riferimento



La piramide dei bisogni di Maslow (1954)

DAL BISOGNO ALL'ASPIRAZIONE

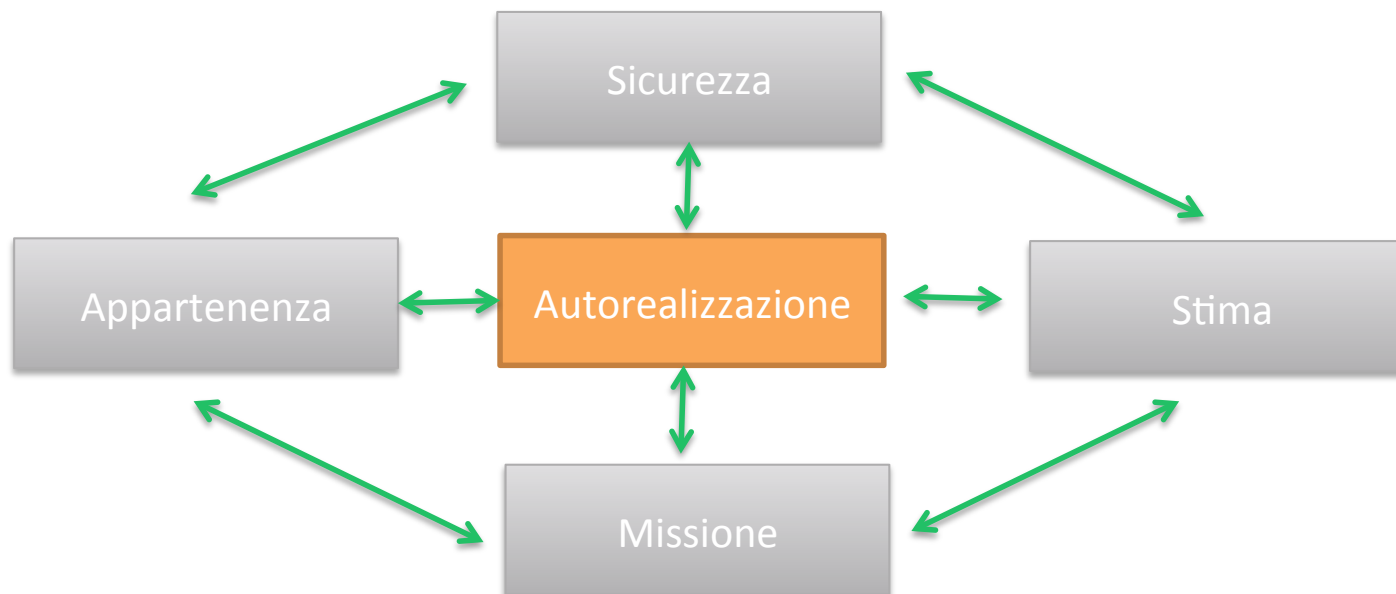
In una prospettiva sistemica, è quindi necessario ridefinire i concetti di Maslow:

- Rovesciare la prospettiva: dal soggetto passivo che “richiede” al soggetto attivo che “vuole realizzarsi”
- Sostituire il concetto di “bisogno” con quello (attivo) di “aspirazione”
- Disporre la parte “fisiologica” sullo sfondo dello schema: è il background di ogni aspirazione, ma non aspirazione essa stessa, bensì necessità.
- Evidenziare la sincronicità e l’interdipendenza dei diversi stadi
- Posizionare la soddisfazione del soggetto non più solo rispetto al suo interno, ma anche rispetto all’ottimizzazione della sua adattività (CAS) rispetto al sistema in cui vive.
- Abbandonare il concetto pulsionale e introdurre (dalle ricerche sull’Intelligenza Emotiva) il fattore dinamico/attivante rappresentato dagli stati emotivi

AUTOREALIZZAZIONE, DA PUNTO FERMO A PROCESSO

In questa nuova prospettiva, l'Autorealizzazione non può più essere posta come un punto di arrivo, ma come un processo che viene ricorsivamente attualizzato nell'interazione dinamica tra le diverse aspirazioni.

Sicurezza, Appartenenza, Stima -come nello schema di Maslow- sono le aspirazioni fondamentali: stati psicofisici che fungono da attrattori per l'autorealizzazione del soggetto. A questi ne va aggiunto un quarto, che definiamo Missione, che è il costruttore di senso di sé nella connessione col mondo.



LE 4 ASPIRAZIONI FONDAMENTALI

Stima	Fiducia (persone), autostima, autocontrollo, rispetto reciproco.
Sicurezza	Autoefficacia, fiducia (contesto), progettualità, relazionalità, obiettivi
Appartenenza	Amicizia, affetto, intimità, riconoscimento reciproco, connessione
Missione	Dedizione, generosità, visione sistemica, senso etico.

PROBLEMI, OBIETTIVI E ASPIRAZIONI

Possiamo quindi vedere ogni stato problema in una doppia dimensione: da una parte quella contingente (esempio: problema di coppia), dall'altra come fattore ostacolante nei confronti di una o più aspirazioni (esempio: stima/appartenenza). Idem nel caso di obiettivi da raggiungere (es.: imparare un lingua e sicurezza).

Questo consente al counselor di lavorare in una cornice ampia e sistemica, trovando nello stesso tempo un riferimento che imprime direzionalità al suo intervento.

Va sottolineato che, data l'interdipendenza circolare tra le aspirazioni, non è corretto "catalogare" problemi e obiettivi in modo rigido, ma semmai ipotizzando una graduatoria di coinvolgimento tra le diverse aspirazioni.

PROBLEMA E OBIETTIVO NELL'OTTICA C.A.S.

Tornando alla cornice più generale dei sistemi adattivi complessi, lo stato problema può essere utilmente letto come il segnale di un processo adattivo bloccato o rallentato. Viceversa, l'obiettivo è qualcosa che risulta connesso ad esso. Quindi:

- La definizione del problema/obiettivo che il cliente ci porta quasi mai coglie il nocciolo della situazione, anzi è essa stessa parte della difficoltà.
- Obiettivo del counselor/coach è rimettere in movimento il processo di adattività del cliente, aiutandolo a
 1. Individuare le aspirazioni messe sotto scacco dalla situazione
 2. Recuperare le risorse necessarie all'interno della rete di sistemi di cui è parte.
 3. Acquisire consapevolezza e visione sul proprio processo di autorealizzazione

FORME PER L'ENERGIA CHE FLUISCE



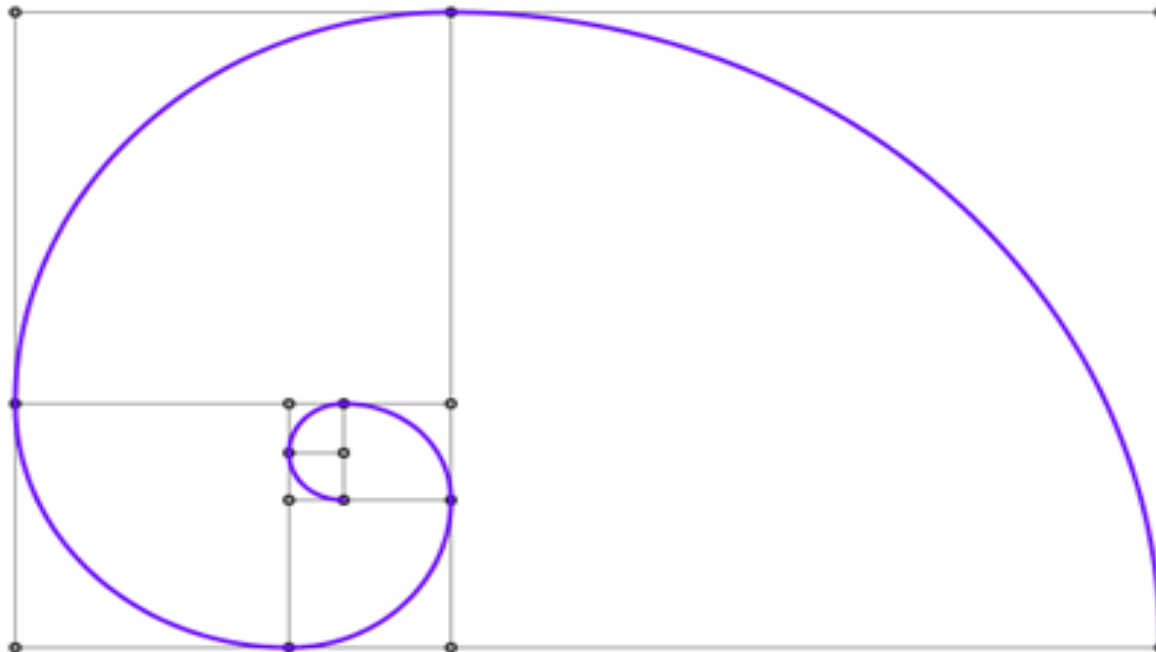
La Teoria del Caos spiega come l'energia (di qualsiasi tipo, compresa la vita) fluisce attraverso la materia dando luogo a strutture e forme che ne ottimizzano il passaggio.

Adottare e replicare forme che “armonizzano” il passaggio di energia è un modo per generare efficienza, efficacia ed eleganza. Tutte queste strutture sono caratterizzate da ricorsività, e il linguaggio in particolare è generato ricorsivamente.

Nelle persone, le aspirazioni regolano e distribuiscono il passaggio dell'energia emotiva. Perciò, adottando particolari strutture ricorsive metalinguistiche, si ha la possibilità di ottenere in modo cibernetico cambiamenti anche importanti nel sistema cognitivo-emotivo del cliente.

RICORSIVITA': ARMONIA, FORMA, GENERATIVITA'

Le forme di ricorsività naturale seguono una tipica struttura a spirale sui piano sia orizzontale che verticale: è la spirale di Fibonacci, una forma di origine ricorsiva che segue la progressione della sezione aurea, presente anche in natura, nella struttura di diversi organismi viventi e di sistemi meteorologici. Questa può anche essere la curva del nostro processo di counseling.



COACHING : G.R.O.W. SISTEMICO

Goal : obiettivo da raggiungere

Reality: come tradurlo in realtà

Options: alternative di azione

Will: motivazione, commitment



IL COLLOQUIO DI COACHING: G.R.O.W. SISTEMICO



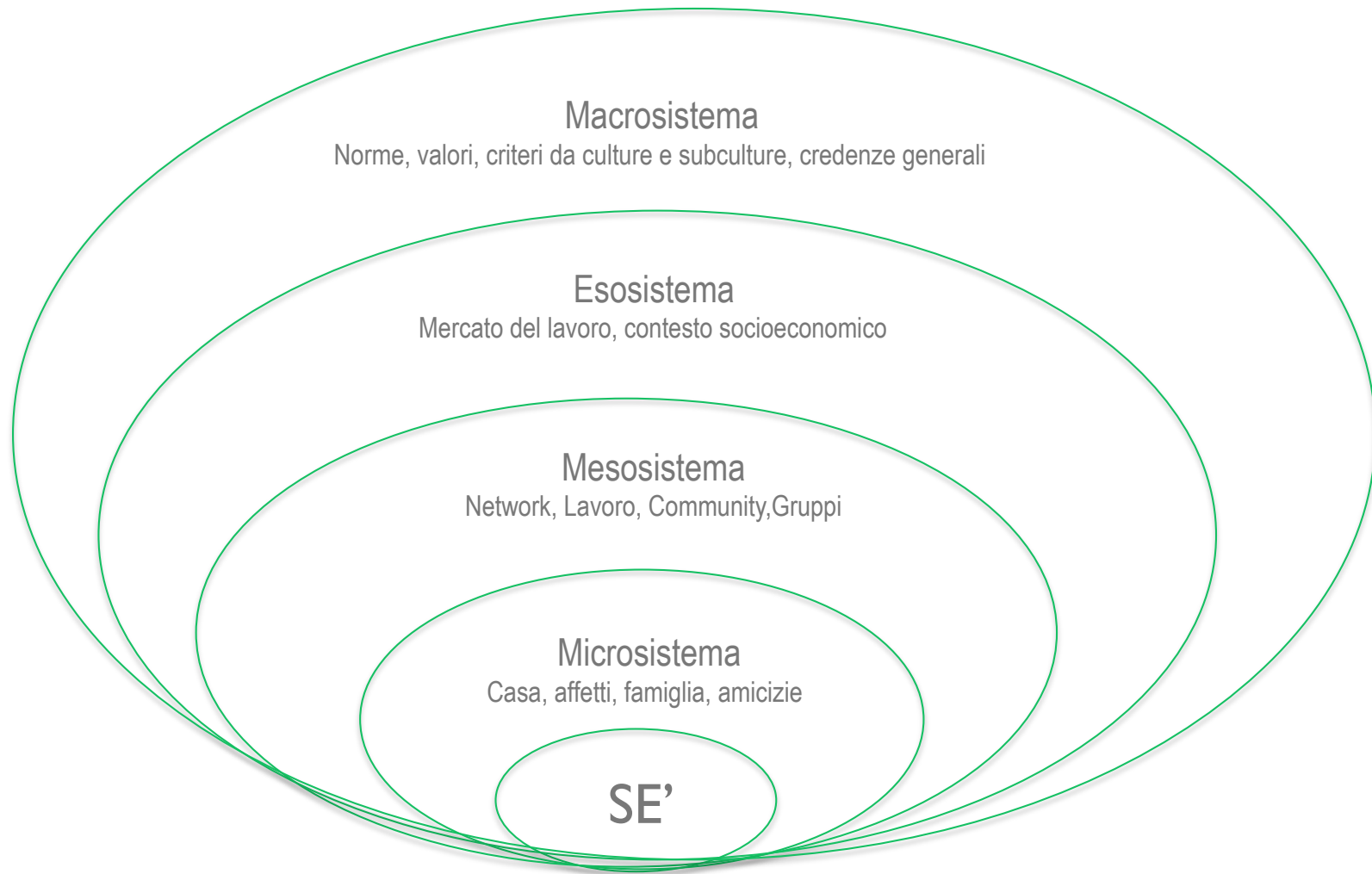
Goal : obiettivo esplorato con modello SCORE sistemico
Sintomi (domande circolari) Contesto (analisi sistemica) Risorse (personali e nei sistemi di riferimento) Evidenze (Nel coachee e in chi fa parte del sistema)

Reality: analizzata con strumenti sistemici (griglia parametri sistemici: circolarità, totalità, non sommatività, omeostasi, equifinalità)

Options: quali opzioni e in quali sistemi di riferimento? (Modello ecologico)

Will: qual è il livello di reale commitment (aspirazioni coinvolte)?

IL MODELLO ECOLOGICO U. BRONFENBRENNER



UTILIZZAZIONE=RICALCO DI SCHEMA + CYBERGUIDA

Nel colloquio di Counseling è possibile avviare il processo di armonizzazione a partire dall'utilizzazione ricorsiva dello stato problema:

- Riconoscere uno schema saliente (ad alta intensità energetica emotiva)
- Ricalcare (utilizzo)
- Introdurre piccole variazioni ricorsive (personali o contestuali) estendendole ai contesti dichiarati (prefigurazioni)
- Riconfigurare lo schema iniziale
- Iniziare un nuova sequenza

1.ALLARGAMENTO E ATTRIBUZIONE

Attribuzione: Indagine sullo sfondo dello stato-problema e ipotesi sulle aspirazioni coinvolte (da NON condividere col cliente)

- *Linguaggio non direttivo, Chunk up e domande esplorative di altri contesti rispetto al problema*
- *Graduatoria delle aspirazioni coinvolte*
- *Ipotizzazione strategica sulle possibilità di sviluppo (in rapporto alle aspirazioni e ai contesti)*



UTILI DOMANDE DI CHUNKING

- In quali ambiti si riflette (casa, lavoro, socialità...)?
- Qual è l'elemento più/meno saliente del problema?
- Il problema di quale contesto è parte?
- Quali altri fattori nel contesto favoriscono il problema?
- In quel contesto ci sono altri elementi più/meno problematici?

- Il problema è un esempio di cosa?
- Che tipo di problema è questo?
- A quali altri problemi assomiglia?
- Di cos'altro potrebbe essere un esempio?
- A quali altri problemi dà origine?

2.CIRCULARITA'

Circularità: L'energia di auto-chiusura viene fatta circolare nei sistemi di riferimento creando nuovi scenari, ipotizzando l'introduzione di risorse, prefigurando.

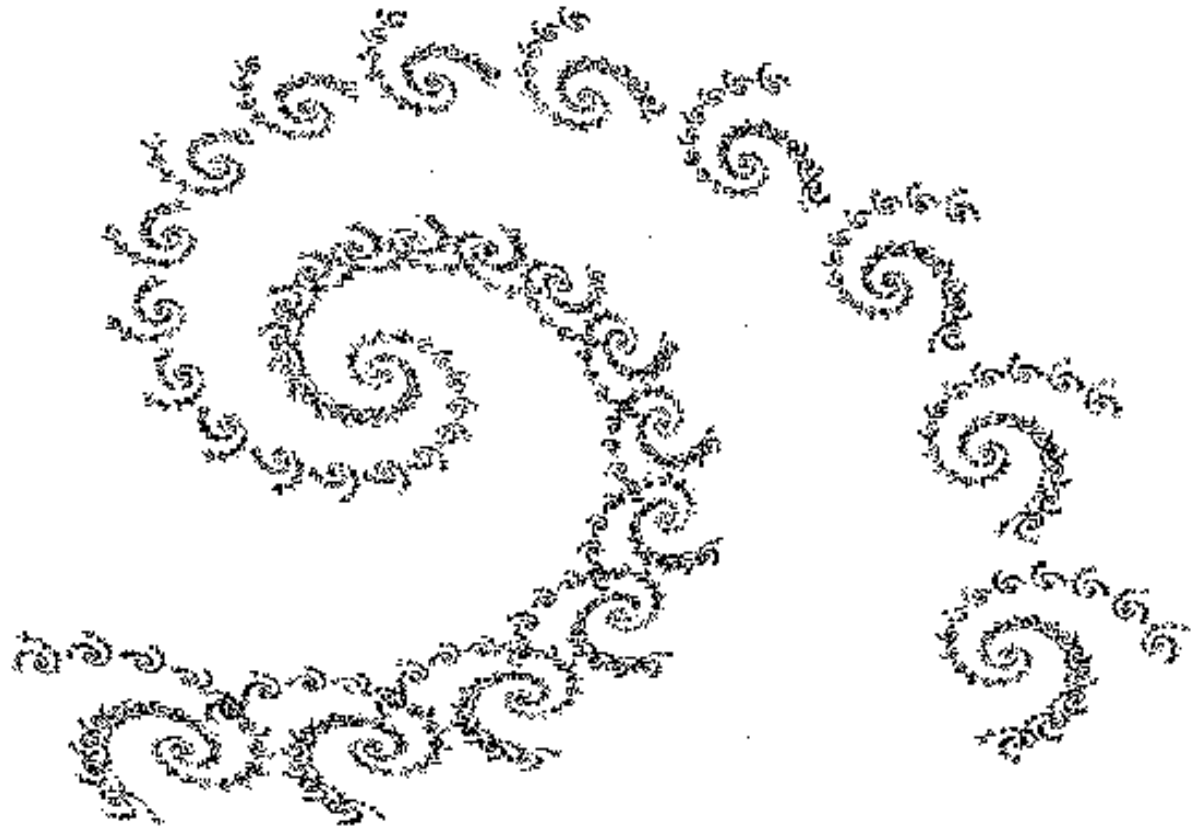
- *Chunking*
- *Posizioni Percettive*
- *Domande circolari*



3.RICORSIVITA'

Ricorsività: Il risultato del processo viene applicato al processo

- *Metamodello*
- *SOM*
- *Domande riflessive*
- *Domande ricorsive*
- *Chunk up*



ESEMPI DI DOMANDE RIFLESSIVE PER LA FASE RICORSIVA

- *Cosa pensi di ciò che abbiamo detto?*
- *Quali risorse utili hai individuato?*
- *Cosa hai capito adesso rispetto alla tua situazione?*
- *A questo punto che idee ti vengono per realizzare le tue aspirazioni?*
- *Come descrivi ora il problema/obiettivo?*
- *Applicando tutto ciò che hai capito alla tua vita nei differenti contesti, cosa potresti fare?*

RIASSUMENDO

1. Attribuzione: A quali delle aspirazioni fondamentali è riconducibile il problema?

Domande esplorative per orientare il percorso. Chunk up e laterali.

2. Circolarità: L'energia di auto-chiusura viene fatta circolare nei sistemi di riferimento

Con domande circolari e di chunk up ricontestualizzo e "apro" il percorso

3. Ricorsività: Il risultato del processo viene applicato al processo

Ridefinizione del problema/obiettivo con domande ricorsive e riavvio del processo

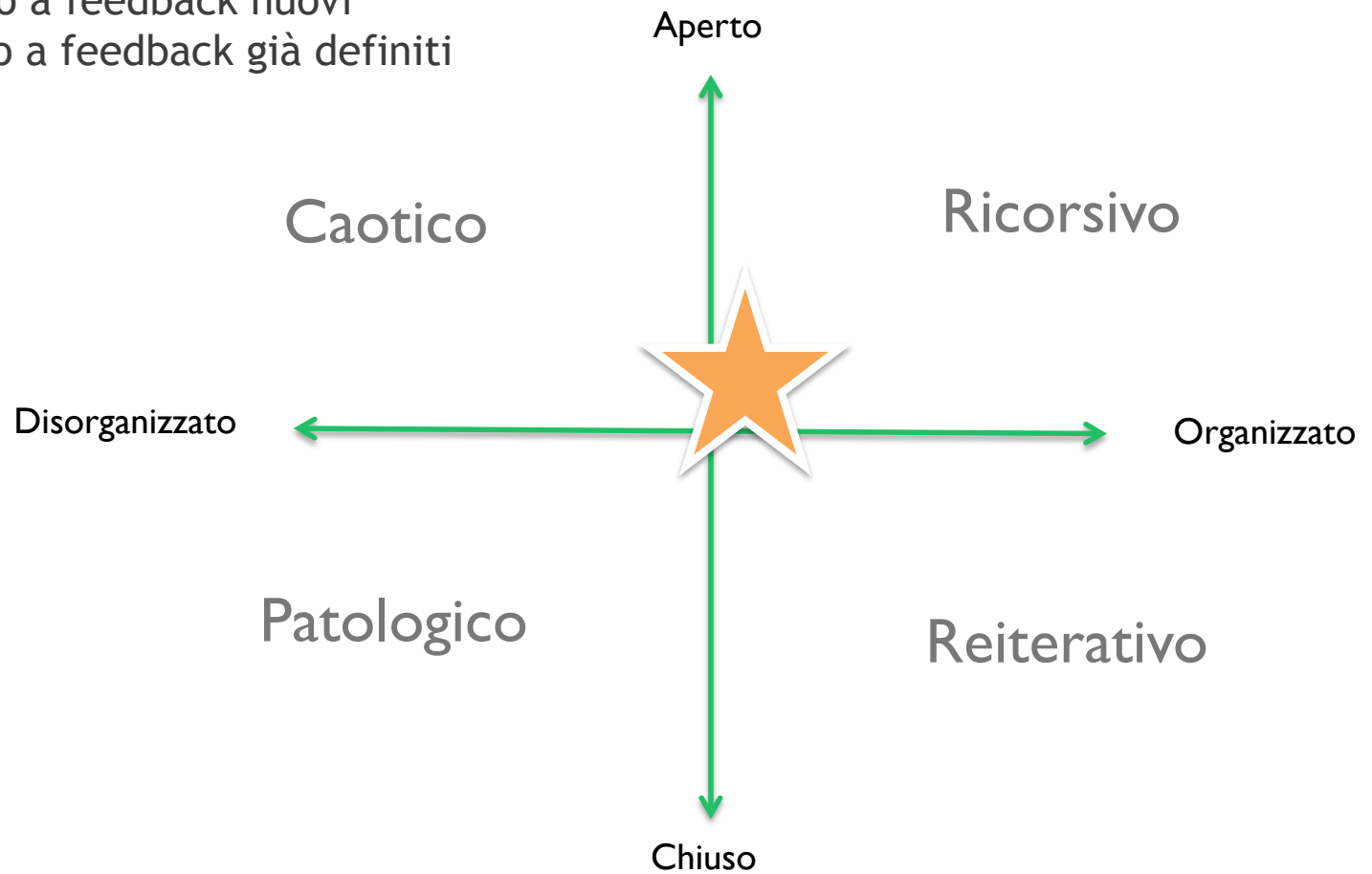
Utilizzazione: Gli schemi e l'energia sono del cliente
Accolgo lo schema dello stato problema ed entro nel flusso

LE RIPETIZIONI NON SONO TUTTE UGUALI

- **Reiterativo:** il processo si ripete senza modifiche
Es. una serie di numeri uguali, il movimento di un orologio, le stagioni...
- **Ricorsivo:** ha una reiterazione che applica il risultato al processo
Es. sequenza di Fibonacci, un frattale, strutture linguistiche inclusive...
- **Ridondante:** caratterizzato dal ripetersi di regolarità o pattern dotati di senso
Es. Una composizione musicale, un fiore, una poesia...

MODALITA' DEI PERCORSI DI ESPERIENZA

- Organizzato: dotato di ridondanza
- Disorganizzato: privo di ridondanza
- Aperto: diretto a feedback nuovi
- Chiuso: diretto a feedback già definiti



PERCORSI FUNZIONALI, DISFUNZIONALI, EVOLUTIVI

Qualunque tipo di esperienza nasce da un percorso di senso.

- I percorsi di senso funzionali sono organizzati e aperti
 - Sono percorsi da uno stato a un altro stato-risorsa
 - Sono fluidi e dinamici
- I percorsi di senso disfunzionali non sono organizzati e/o aperti.
 - Sono percorsi che ritornano su se stessi o allo smarrimento
 - Sono tesi e immobili oppure caotici
- I percorsi di senso evolutivi sono al confine del caos, oscillando tra il funzionale e il caotico (organizzato/disorganizzato) in uno spazio di apertura.

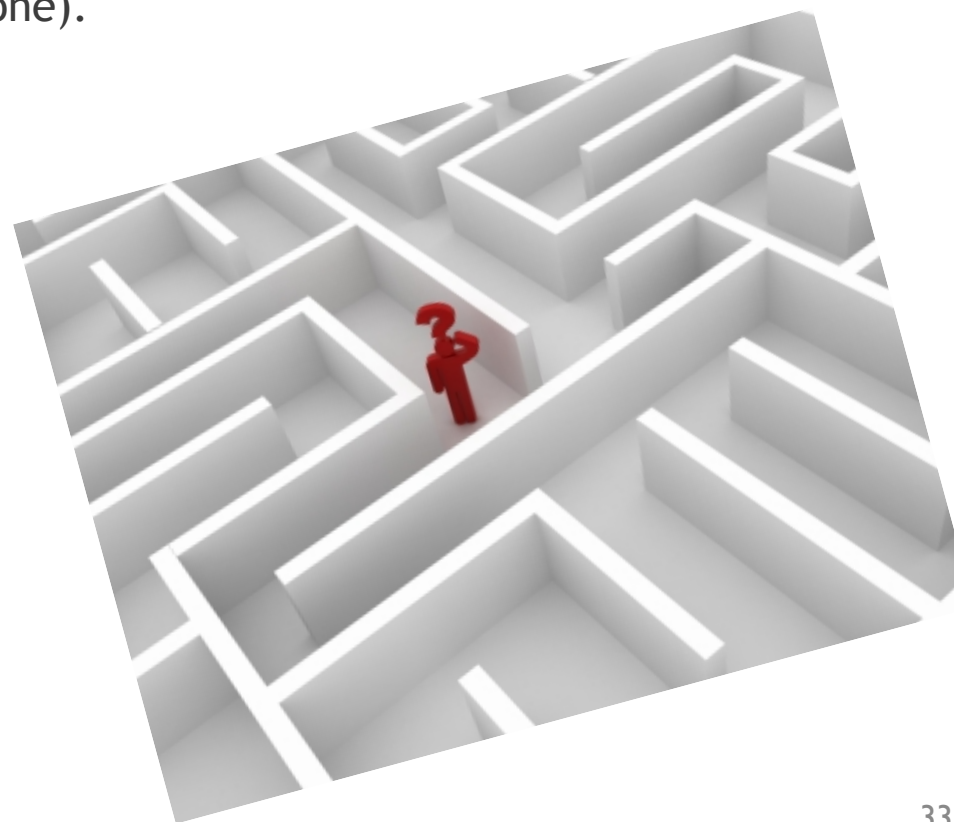
“Bisogna avere il Caos dentro di sé per generare una stella danzante”

F. Nietzsche

SPAZIO PROBLEMA COME REITERAZIONE COATTA

Il problema può essere definito come una reiterazione coatta di un percorso di senso legato a una posizione percettiva immutabile.

E' chiuso e organizzato e i movimenti al suo interno riportano allo stesso punto chiuso (mancanza di soluzione).



PURCHÉ CI SIA APERTURA

- Attenzione alle domande in chunk down: tendono a chiudere il processo.
- A volte può essere utile passare nel quadrante caotico per disorganizzare uno schema chiuso. (rotture di schema, doppi legami, prescrizioni paradossali...)
- L'apertura è la dimensione della generatività

