

## PROPOSTA GRUPPI DI SUPERVISIONE

La maggioranza dei modelli psicoterapeutici concorda sull'idea che uno psicoterapeuta debba garantire ai propri pazienti una alta qualità della presenza durante il percorso di cura. Questa condizione richiede concretamente che il terapeuta osservi una rigorosa disciplina innanzitutto sulla gestione dei propri vissuti, del proprio soggettivo, ed inoltre sui processi di ascolto ed empatici.

Vediamo di specificare i "nostri" presupposti teorico metodologici rispetto a questa convinzione.

Giulio Fontò inquadra così la questione:

Se partiamo dal presupposto che vi è una identità funzionale fra identità personale ed identità di ruolo, è implicito che ogni terapeuta eserciti il suo ruolo non solo con le sue competenze e conoscenze, ma con tutta la sua identità personale, con tutto il suo mondo, con i suoi sentimenti sia positivi che negativi; per questo motivo, affinché le interazioni diventino efficaci, è fondamentale tener presente che ogni psicoterapeuta, prima che un ruolo, agisce un suo modo di essere persona in relazione al ruolo; per questo diviene importante rendersi consapevoli di tutto ciò che muove determinati atteggiamenti o modi di fare. È un dato di realtà il fatto che ognuno percepisca la realtà e le situazioni sempre a partire dal suo punto di vista, attribuendone sensi e significati personali, in quanto diverse sono le storie e le esperienze di ognuno e soprattutto le modalità di entrare in relazione. È difficile, infatti, permettersi di comprendere esattamente il senso che hanno le parole e i gesti per colui che le esprime, ciò è dovuto a modelli culturali, a caratteristiche psicologiche personali che alimentano la pretesa che gli altri vivano e sperimentino i nostri stessi sentimenti e condividano le nostre stesse idee. Appare con sempre maggiore evidenza che ogni psicoterapeuta è tanto più efficace quanto più è in grado di esprimere sul lavoro la sua identità personale, cioè, quanto più si trova in condizioni di sicurezza emotiva e di libertà esperienziale. Rendersi conto di ciò significa introdurre un punto di vista nuovo, un'ottica più ampia ed articolata, fare proprio un *modus essendi*, che riconosce e legittima la tipicità e unicità della relazione terapeutica. Non si tratta di acquisire tecniche particolari o stratagemmi di sofisticata psicologia, ma di favorire e promuovere una filosofia delle relazioni umane, dei modi di essere, degli atteggiamenti. Per sviluppare degli atteggiamenti si richiede la disponibilità a mettersi in gioco, ad aumentare la consapevolezza di sé e dei propri modi di entrare in relazione con l'altro e con i vissuti correlati. Gli altri, in questo caso, non sono solo i colleghi, ma anche i pazienti di cui ci si prende cura.

Questo modello si basa innanzitutto sulla costituzione, nel gruppo di supervisione, di un clima di fiducia e rispetto reciproco indispensabile per poter lavorare su se stessi nell'affrontare i casi. Il modello infatti, pur non trascurando l'obiettivo di una comprensione più ampia e sfaccettata del caso in esame, mette in primo piano gli elementi controtransferali vissuti dal professionista/i che chiedono supervisione. Il gruppo (rispetto alla supervisione individuale) può inoltre offrire maggiori elementi di riflessione e analisi del caso, grazie al contributo di confronto e feedback offerto dai componenti non direttamente coinvolti nel caso. Per tutti questi elementi specifici del modello, Apeiron propone che, dopo la presentazione iniziale, il gruppo rimanga stabile nella sua composizione per almeno un anno. Non si esclude, laddove i gruppi siano composti da professionisti appartenenti a diversi approcci psicologici o a diverse

discipline, che la fase iniziale sia caratterizzata anche dalla costruzione di un “linguaggio” teorico – metodologico comune, che possa costituire punto di riferimento per il successivo lavoro di confronto.

Il Gruppo di SPV ha tre obiettivi

- Chiarificare e comprendere il mondo del PZ. Grazie alla narrazione del caso da parte del terapeuta che richiede la SPV si cerca di chiarificare “il mondo” del paziente, non dal punto di vista diagnostico, (queste categorie possono essere espresse ma non sono così utili ai fini del processo, in quanto ci spostano su un piano generale prima ancora di aver chiarificato e compreso “il mondo della vita e il senso del disagio che vive il pz.), ma dal punto di vista “fenomenico”. Con il metodo fenomenologico Il supervisore e tutti gli altri colleghi contribuiranno a costruire una narrazione del mondo del paziente a partire dalla narrazione fatta dal collega, al fine di coglierne sensi e significati rendendo comprensibile il disagio o le diverse modalità di sofferenza. Questa è la fase che io definisco “chiarificazione di un Mondo e di un modo di esistere”. Il contributo e la ricchezza delle diverse sensibilità ed esperienze presenti nel gruppo allarga eventualmente la riflessione dalla particolare situazione esistenziale verso considerazioni e categorie cliniche più generali (ecco che il gruppo assume anche una funzione conoscitiva, nel senso di formazione).
- Chiarificare e comprendere il mondo ed il modo di essere del terapeuta in relazione al caso specifico che presenta. Questo è a mio parere il vero propulsore che rende possibile il cambiamento del terapeuta supervisionato; se qualcosa di diverso potrà accadere nella relazione terapeuta\Pz è perché qualcosa di nuovo accade in supervisione al terapeuta. Egli viene aiutato a chiarificare e a comprendere il suo modo di essere e di operare nella relazione in atto, aprendo il suo personale mondo; per quanto infatti sia approfondita la conoscenza che il terapeuta ne ha, avendolo esplorato in un personale percorso, egli deve tuttavia riconoscere che niente è mai superato definitivamente; ogni esperienza con il paziente sollecita in modo “tipico” aspetti caratteristiche, ferite, sensibilità, valori del proprio mondo. Allargare la consapevolezza di sé, del proprio modo di funzionare, delle proprie fragilità e limiti, non in generale, ma in relazione a quella specifica relazione terapeutica, darà al terapeuta la libertà di poter essere se stesso, congruente in quella relazione. Questo certamente farà evolvere la relazione terapeutica (così il gruppo di SPV diviene anche il luogo in cui ogni terapeuta ha la possibilità di mantenere sempre vivo il suo personale processo di chiarificazione).
- Costruire appartenenza e sviluppare un modello di esercizio della professione che va oltre qualsiasi orientamento

Da queste note di Giulio Fontò emerge come la supervisione clinica abbia quindi l'importante funzione di permettere allo psicoterapeuta di ritrovare la propria “centratura”, che in alcuni percorsi terapeutici può essere messa in crisi da particolari temi problematici portati dal paziente o, non infrequente, da questioni personali dello stesso terapeuta. Essa pertanto, lungi dall'essere una mera prassi di “aggiustamento” di interventi terapeutici “tecnicamente” non precisi, o di correzione di formulazioni diagnostiche sbagliate, o di indicazione meccanica su “come procedere”, dovrebbe essere intesa come una messa in gioco dello psicoterapeuta sui suoi stessi vissuti e una disponibilità del supervisore di cogliere, rimandare, e a sua volta

partecipare soggettivamente a questo processo di approfondimento. L'incontro di supervisione così concepito può portare:

- a una migliore consapevolezza sulle specifiche caratteristiche della relazione tra lo psicoterapeuta e il suo paziente, ma anche
- all'intuizione su vissuti del paziente che prima della supervisione non risultavano così chiari,
- ed infine, come ogni processo ermeneutico, a considerazioni che a partire dalla situazione particolare arricchiscano il nostro sapere generale su certi modi di essere al mondo da parte dei pazienti.

Questa modalità di supervisione, ove il "fuoco" sui vissuti soggettivi acquista un valore centrale, è bene che affronti il sempre presente rischio di autoreferenzialità attraverso la dimensione intersoggettiva "allargata". Pertanto il setting di gruppo è per definizione il setting di supervisione che risulta più garante ed efficace, nella misura in cui tutti i partecipanti (non solo il supervisore) assumano nel corso della presentazione di un caso da parte di un collega, un atteggiamento attivo di accoglienza, non giudizio, messa in gioco del proprio vissuto ed empatia. Queste condizioni diventano favorevoli all'esplorazione approfondita da parte del clinico che "porta" il caso (così come avviene per analogia nel setting terapeutico al paziente), e permettono a tutti i partecipanti di "arricchire" il proprio bagaglio professionale grazie all'esperienza offerta dal collega.

Questo è il modello di supervisione che da quasi trent'anni Giulio Fontò ha elaborato e proposto a diverse generazioni di terapeuti, verificandone nel corso degli anni l'efficacia, e incoraggiandone da più di dieci anni l'assunzione anche da parte di nuovi supervisori. Questo lungo periodo temporale di sperimentazione ci porta ad affermare come un gruppo di supervisione costituito su queste basi acquisti di fatto nel corso degli anni la funzione di comunità professionale di riferimento per i clinici che ne fanno parte; Giulio Fontò ha sopra indicato come la costruzione di appartenenza professionale sia uno degli obiettivi di questo modello: oltre al lavoro sui casi clinici, il gruppo infatti assume via via la funzione di luogo riservato di appartenenza ove poter condividere le proprie fatiche, soddisfazioni e crisi delle proprie vite professionali, ma anche ove rielaborare l'inesorabile intreccio tra vicende personali e vita professionale. È calzante infatti la domanda che Irvin Yalom si pone nel suo libro *Fissando il sole*, pag. 147,148 : "Mi sento particolarmente fortunato di essere un terapeuta: guardare gli altri che si aprono alla vita è fonte di straordinaria soddisfazione (...) Nel corso di ogni ora di lavoro sono messo in condizione di passare parti di me agli altri, parti di quanto ho imparato sulla vita (...) Spesso mi chiedo quanto questo continuerà a essere vero nella nostra professione. Nel corso della mia attività ho lavorato con diversi psicoterapeuti che, avendo appena concluso un programma universitario che consisteva quasi interamente in una terapia di tipo cognitivo comportamentale, provavano una sorta di disperazione alla prospettiva di dover lavorare in modo meccanico con i pazienti seguendo modalità comportamentali normative. E mi chiedo anche dove si rivolgeranno i terapeuti formati per trattare i pazienti secondo questa modalità comportamentale impersonale quando saranno loro ad avere bisogno di aiuto".

I gruppi di supervisione, così come sono stati concepiti da Giulio Fontò, si propongono di rispondere proprio a quella domanda di Yalom.

Uno sguardo al futuro

Il progetto attuale dell'Associazione Apeiron è quello di aprire in diverse città questa esperienza pluridecennale di gruppi di supervisione, offrendo anche a psicoterapeuti che provengono da modelli clinici diversi questo setting di supervisione (cosa peraltro già sperimentata con successo in alcuni degli attuali gruppi); proprio nel descrivere il terzo obiettivo della supervisione Giulio Fontò ha esplicitato il proposito di "sviluppare un modello di esercizio della professione che va oltre qualsiasi orientamento". Unica condizione posta è che i terapeuti che partecipano al gruppo condividano il valore primario dell'approccio fenomenologico in psicoterapia e quindi l'importanza dei processi soggettivi ed empatici nel lavoro clinico; su questa base comune la diversità di modelli teorici di provenienza può essere una formidabile opportunità di crescita e di scambio professionale. Ma l'innovazione che vogliamo mettere in campo, rispetto al modello iniziale, è anche sul piano delle funzioni che esso può assolvere. Questi gruppi avranno infatti l'obiettivo di diventare vere e proprie comunità professionali non solo per la "verifica" del proprio lavoro con un paziente (lavoro sui casi), non solo per fungere da luogo di appartenenza e di amicizia professionale, ma anche per essere spazio di studio e ricerca di gruppo. Da un punto di vista più squisitamente operativo ogni gruppo, dopo un necessario e preliminare periodo di conoscenza e di valutazione iniziale, si costituisce come spazio fisso periodico, dai 4 agli 8 incontri annuali con una durata dalle 3 alle 5 ore per incontro a seconda delle diverse possibilità ed esigenze dei partecipanti, per un impegno, come si diceva, almeno annuale.

In ogni incontro, sotto la guida di un supervisore responsabile del gruppo, una prima parte del tempo è dedicata al "fermarsi" e prendere contatto, a condividere il proprio "momento", i propri vissuti e significati che caratterizzano lo specifico periodo di vita professionale (in fenomenologia questo corrisponde proprio al momento dell'Epochè). E quindi si passa alla presentazione di due o più casi, ove tutti i partecipanti, ponendosi il più possibile in una risonanza empatica con il collega che presenta la situazione, possono intervenire condividendo i propri vissuti e intuizioni sulla situazione. Tutto ciò porta spesso il collega, che si è esposto narrando la situazione problematica che sta seguendo, a sbloccare quel senso di "empasse" per il quale ha chiesto supporto. Ma, come già detto, le aperture di significati, di nuova lettura sul caso, di apprendimenti specifici arricchiscono ermeneuticamente il patrimonio di conoscenze teoriche e metodologiche generali di ognuno dei partecipanti al gruppo: ecco pertanto che i singoli casi diventano situazioni su cui riflettere e teorizzare insieme. Queste comunità possono quindi non solo essere luoghi di scambio di informazioni (libri, eventi formativi significativi, articoli ecc.) ma possono anche diventare sempre più luoghi di ricerca e studio, incoraggiando i partecipanti a scrivere sui casi più significativi, seguendone l'evoluzione e sottoponendola alla verifica intersoggettiva del gruppo di supervisione. E da lì si potrà mettere insieme una casistica che, adeguatamente analizzata, potrebbe permettere di scrivere un report di gruppo, un articolo, un poster, essere presentata in luoghi professionali più allargati. Questa è la proposta delle "comunità professionali" di Apeiron.