

La supervisione nel counseling¹

“Ha cinquant’anni, fa ancora la piscia al letto, ma adesso sa perché”.

Con questa frase Paul Watzlavick stigmatizza un certo tipo di approccio psicoterapeutico. Il senso della provocazione è che non basta essere consapevoli –conoscere, consapevolizzare –per modificare un comportamento disfunzionale sostituendolo con uno più sano. Io credo che la conoscenza di sé e dei propri comportamenti, sia la base per poter affrontare i disagi con gli strumenti giusti e che rappresenti il punto di partenza senza il quale non è possibile iniziare la gara.

Iniziare, non portare a termine.

Se sono consapevole di ciò che mi accade –e anche perfino del perché mi accade- posso agire i comportamenti più opportuni. Ad esempio potrei mettere una cerata sul materasso o cambiare più frequentemente le lenzuola (potrebbe suggerire Watzlavick). E sono profondamente certo che, per rimuovere la risposta disfunzionale allo stimolo, occorra qualcosa in più che non la *semplice* conoscenza del problema.

Cambiare per conoscere e non conoscere per cambiare. Altra celebre espressione della scuola di Palo Alto. Conoscere e consapevolizzare ciò che ci accade è il primo passo per impedire che ci riaccada nuovamente.

La supervisione, e soprattutto la supervisione nel counseling, può aiutare a *rimuovere* ciò che si oppone al cambiamento. Aiuta a riconoscere i propri modi di agire e a descriverli agli altri; obbliga il professionista a chiedersi come mai ha avuto una risonanza a fronte di un racconto del cliente e a riconoscere le emozioni che ha provato nel setting.

Il supervisore è l’ostetrica, di socratica memoria, che utilizza tutti gli strumenti a sua disposizione per aiutare il supervisionato a tirar fuori ciò che ha dentro e che non vuole uscire. Opera nella supervisione a livello didattico e formativo. Ha come unico obiettivo quello di stimolare il cambiamento, senza bisogno di ricorrere a una sequenzialità specifica: il cambiamento può avvenire prima o dopo l’avvio del processo cognitivo.

Nel momento presente, in Italia, la supervisione è prerogativa degli psicoterapeuti. Se si effettua una ricerca su internet, si verifica come la supervisione ai counselor venga fatta comunque da professionisti che sono usciti dalla facoltà di Psicologia e non da una scuola di counseling.

Mi piacerebbe poter, se non dare una risposta, aprire un dibattito per comprendere se la supervisione per i counselor può essere fatta da un counselor o se invece sarebbe più efficace, se il supervisore fosse uno psicologo o uno psicoterapeuta. Capire, in pratica, se il possesso di capacità e conoscenze di counseling possano essere un requisito importante, un valore aggiunto che un counselor può dare a un suo collega nel setting della supervisione.

Precisazioni

Il termine supervisione viene usato generalmente per denotare una specifica attività professionale che può coinvolgere, differentemente, vari professionisti come counselor, psicoterapeuti, coach, ecc. La supervisione nel counseling ha come oggetto il lavoro che il counselor svolge con i suoi clienti, pertanto

¹ Tratto da "La supervisione nel counseling" di S. Masci, FrancoAngeli, 2013

possiamo ricorrere ad una definizione del tipo: *“la supervisione è un’ esplorazione dell’attività di un counselor con i suoi clienti, da parte di un professionista che supporta, stimola e insegna, all’interno di una relazione ben definita di supervisione-supervisionato, con l’obiettivo di incoraggiare lo sviluppo di competenze professionali e una migliore qualità nella cura dei clienti attraverso la definizione di un approccio evidence-based.”*.

La nuova regolamentazione europea della professione, richiede che tutti i counselor, periodicamente e ininterrottamente debbano ricorrere alla supervisione, nei termini di una seduta ogni dieci fatte con il cliente. Non dimentichiamo che:

- lavoriamo con persone che sono vulnerabili o che sono venute da noi per un’angoscia esistenziale e che si trovano in un momento di debolezza e bisogno (in questo caso il supervisore rappresenta chi tutela questi clienti);
- possiamo trovare clienti confusi e che ci confondono (qui il supporto e le indicazioni del supervisore ci aiutano a fare chiarezza);
- possiamo entrare in burnout senza rendercene conto (in tali circostanze il supervisore interviene per tutelare il counselor e quindi il cliente).

Il supervisore fornisce al counselor -nel setting didattico/terapeutico²- un supporto emotivo, un contenimento e dei confini chiari, affinché egli possa svolgere il suo lavoro al meglio. Dove meglio qui significa tutelare i suoi clienti e farlo crescere professionalmente nelle tecniche e nelle teorie. Inoltre il supervisore è consapevole che un elemento fondamentale del suo compito è evidenziare al counselor l’importanza del codice deontologico e del rispetto dei codici etici dei clienti. Ad esempio, nel caso in cui un counselor lavori per una associazione impegnata con malati di AIDS o con ex alcolisti, il suo supervisore dovrà evidenziare che è tenuto al rispetto del codice etico di quella associazione o organizzazione.

In tutto ciò, il processo di supervisione e il rapporto supervisore-supervisionato deve essere congruente con le esigenze di sviluppo del counselor e questo è l’onere maggiore del professionista che dovrà monitorare continuamente i progressi e i cambiamenti del suo supervisionato, ricordandogli che l’apprendimento passa, in qualunque settore o campo, attraverso poche regole:

- lo studio
- la pratica
- l’aggiornamento
- l’osservazione
- lo scambio di feedback

Per questo occorre avvalersi di un supporto in grado di aiutare il professionista a fare le dovute distinzioni, ad armonizzare –unificare *gestalticamente*- le parti del proprio sé, attraverso un processo costruito specificamente attorno al counselor che va in supervisione.

Continua...

² Qui il termine terapia è utilizzato nel significato originale che ha la parola greca *therapeia* ovvero “servizio” e il terapeuta è il “servitore”. Anche il termine latino dà un significato molto esplicito alla parola terapia: cura, intesa come “prendersi cura”, avere interesse nei riguardi di qualcuno. Quindi non è volontà dell’autore, appropriarsi di un termine che, nel bene o nel male, è di uso esclusivo del medico o dello (psico)terapeuta. Io, come counselor posso “prendermi cura” di un cliente, ma per curarlo serve un terapeuta, è questa la trasformazione linguistica intercorsa nei secoli. (per maggiori e più dotte informazioni cfr. *corriere della sera* del 24/6/2012 pg.6)