

Dialogando sulla supervisione: dalla tecnica alla relazione*

Dialoguing about Supervision: From Technique to Relationship



Rezeda Popova **, Bertram Müller ***, Pablo Herrera Salinas **** e Peter Schulthess *****

[Ricevuto il 10 aprile 2024

Accettato per la stampa il 22 aprile 2024]

Abstract

The purpose of this dialogical article is to draw attention of a professional audience to the role and place of supervision in contemporary Gestalt therapy, to raise questions related to its characteristics, complexities, and contradictions, and to highlight potential developmental prospects.

The article presents the dialog between the editorial team and three experienced Gestalt therapists with extensive supervision practice: Peter Schulthess, Bertram Müller, and Pablo Herrera Salinas, who respond to the questions on supervision in Gestalt therapy.

Their answers allow a rich tapestry of perspectives and insights on the topic. The therapists brought their own unique experiences and expertise to the discussion, offering valuable reflections on the role of supervision in Gestalt therapy. The article particularly emphasises the importance of relational dynamics in supervision and accentuates the parallels between therapy and supervision, advocating for a holistic approach that integrates personal aspects into the supervisory process. It draws the reader's attention to Gestalt terminology, the nuances of language and concepts (such as the self, personality-function, diagnostic assessments,

* L'articolo è stato realizzato senza alcun finanziamento.

** Istituto Volga Region per la Terapia della Gestalt. E-mail: rezedapopova@gmail.com

*** Folkwang University for Performing Art in Essen. E-mail: praxis@bertram-mueller-online.de

**** Università del Cile. E-mail: pabloherrerasalinas@gmail.com

***** Past President of EAGT. E-mail: praxis@pschulthess.ch

Note biografiche degli autori in fondo al saggio.

Quaderni di Gestalt (ISSN 1121-0737, ISSN 2035-6994), XXXVII, n. 1/2024

DOI: 10.3280/qg2024-1oa17951

etc.), and brings a focus on practical considerations in supervision, stressing the need for structured approaches to supervision, especially for novice therapists.

A significant part of the discussion is devoted to the topic of shame and vulnerability in both supervisee and supervisor. Strategies for minimising a fear of judgment, recognising shame, and fostering opportunities for growth are explored. In conclusion, “blind spots” and areas for further analysis are illuminated. Notably, there is a need for more literature and theoretical framework concerning the relational Gestalt approach in supervision. Additionally, research on the effectiveness of clinical supervision in enhancing client outcomes is identified as essential, suggesting a call for the evaluation and refinement of supervision practices.

Keywords: supervision, Gestalt therapy, theory of organism/environment field, the self, contact.

Riassunto

In questo articolo Rezeda Popova, una psicologa psicoterapeuta della Gestalt e direttrice dell'Istituto del Kazan, intreccia il pensiero di Pablo Herrera Salinas (Cile), Bertram Müller (Germania) e Peter Schulthess (Svizzera), tre didatti internazionali che hanno una lunga esperienza nell'ambito della supervisione e della formazione. Rispondendo alle domande poste dalla curatrice, disegnano un ricco scenario di prospettive e intuizioni utili sia per i teorici del metodo gestaltico che per i professionisti di questa pratica fondamentale della formazione e della professione. Ciascun autore ci offre l'unicità della propria esperienza e delle proprie competenze, attraverso riflessioni preziose sul ruolo della supervisione nella psicoterapia della Gestalt. Gli autori restituiscono anche aspetti di criticità sui quali sarà importante riflettere per rendere il processo della supervisione un percorso non solo tecnico, ma anche relazionale ed etico.

Parole chiave: Supervisione, psicoterapia della Gestalt, teoria del campo organismo/ambiente, il sé, contatto.

Introduzione

La supervisione individuale e di gruppo nella psicoterapia della Gestalt è una pratica comune e diffusa. È impossibile immaginare la formazione degli psicoterapeuti della Gestalt in assenza di supervisioni, momenti preziosi che li coinvolgono nell'esplorazione delle proprie difficoltà e di nuove possibilità con il paziente. Tuttavia, nonostante la sua importanza, la supervisione rimane un argomento relativamente inesplorato nel nostro approccio e i pochi articoli a disposizione non coprono l'intera gamma delle questioni affrontate nel lavoro di supervisione. Considerando l'unicità del metodo gestaltico, centrato sull'idea del sé come emergente dal campo e sul contatto tra l'organismo e il suo ambiente, Gary Yontef, nel 1996, scrisse un celebre articolo sulla supervisione, ponendo attenzione alla teoria del sé come una lente attraverso la quale vedere i diversi aspetti dell'interazione organismo-

ambiente, nonché i contesti e le prospettive che entrano in gioco. La più importante essenza del processo del sé, come sappiamo, è l'adattamento creativo, attraverso cui sia l'organismo che l'ambiente non rimangono immutati ma subiscono influenze reciproche nella ricerca di una migliore forma di interazione al confine di contatto (Perls *et al.*, 1951). La supervisione, quindi, gioca un ruolo cruciale nel sostenere i terapeuti mentre navigano nella complessità di questa interazione, esplorando difficoltà e possibilità di crescita.

Tuttavia, nei quasi 30 anni dall'articolo di Yontef e nei quasi 70 anni di esistenza della psicoterapia della Gestalt come approccio distinto, la supervisione ha raggiunto uno *status* differente nella nostra comunità professionale e gli orizzonti teorici della stessa psicoterapia si sono ampliati molto.

Di seguito riporto alcune di queste nuove traiettorie: a) la svolta relazionale e la formazione di modelli dialogici nella psicoterapia della Gestalt; b) un ulteriore sviluppo della teoria del campo e del concetto di situazione; c) un fervente interesse verso le idee sviluppate dalla fenomenologia; d) un nuovo sguardo alla comprensione degli aspetti cinetico-cinestetici del contatto; e) un ampliamento del materiale clinico; f) la formazione di programmi di ricerca; g) un significativo cambiamento verso gli aspetti etici e molto altro. Alla luce di questi sviluppi l'essenza della supervisione e della sua pratica subisce una costante trasformazione che la rende più affine ai nuovi modelli teorici.

Qual è il posto e il ruolo che occupa oggi la supervisione nella nostra coscienza professionale? Come la teoria del campo e la fenomenologia influenzano questo processo? Che ruolo ricopre la supervisione nel portare avanti il dialogo e la pratica etica all'interno della comunità della Gestalt?

Queste sono alcune delle domande con cui i terapeuti della Gestalt devono confrontarsi mentre continuano a perfezionare la comprensione e la pratica della supervisione.

Per approfondire questi temi abbiamo invitato tre psicoterapeuti della Gestalt a condividere le loro intuizioni in qualità di esperti supervisor internazionali che negli anni si sono dedicati e hanno approfondito questa pratica: Pablo Herrera Salinas (Cile), Bertram Müller (Germania) e Peter Schulthess (Svizzera). Ci auguriamo che le loro risposte ci aiutino a raggiungere una maggiore conoscenza del ruolo in evoluzione della supervisione, e delle sue implicazioni per la nostra pratica professionale.

Come descrivereste la specificità della supervisione nella psicoterapia della Gestalt?

Bertram Müller

La supervisione in psicoterapia della Gestalt è una forma di apprendimento che si concentra sul miglioramento delle conoscenze professionali, specialmente per quanto riguarda la teoria dell'esperienza umana e la filosofia della guarigione. Inoltre, vi è una particolare attenzione nell'esplorazione di nuove forme di esperienza in relazione alla pratica professionale presente e futura. Durante la supervisione è possibile riflettere sulle conoscenze teorico/pratiche e quelle derivate della ricerca scientifica, piuttosto che sulle interpretazioni personali. Il supervisore non insegna a ricercare le cause e i "perché", ma piuttosto il "come" e il "per che cosa" delle prospettive dei supervisionati e delle loro specifiche preoccupazioni.

Supporta la prospettiva interpersonale piuttosto che quella intrapsichica della scienza psicologica. È un momento nel quale si cercano soluzioni piuttosto che problemi grazie all'accompagnamento del supervisore.

La filosofia della guarigione, nel nostro approccio, sostiene la partecipazione attiva e l'autoefficacia del supervisionato. La supervisione è vista come uno spazio aperto in cui condividere diversi punti di vista sulla relazione terapeutica e su specifici interventi. I processi e i risultati di una supervisione sono considerati come co-creazione reciproca. La preoccupazione e l'interesse per forme etiche ed estetiche di interazione occupa un posto di rilievo nella supervisione. Offre supporto nella definizione di un'indagine co-creata sui fenomeni soggettivamente vissuti e sulle interazioni che devono trovare un nuovo equilibrio nel loro campo di appartenenza. Il ruolo del supervisore non è fisso, ma flessibile per consentire un adattamento co-creato di sé alle richieste e ai bisogni del supervisionato. Il supervisore dovrebbe essere un professionista esperto con profonde conoscenze teoriche e pratiche in Gestalt, in grado di comunicarle in modo accattivante ai supervisionati.

Le supervisioni si svolgono in diversi contesti e hanno diversi scopi. Ad esempio: la supervisione all'interno del *training*, per un terapeuta in formazione durante i suoi primi anni di scuola, si focalizzerà maggiormente sulla rassicurazione da parte dei supervisori nei loro passi iniziali come psicoterapeuti, incoraggiandoli a correre rischi e a costruire la loro identità professionale. Offrirà consigli su cosa potrebbe essere utile per migliorarsi. Quando, invece, la supervisione è un confronto con colleghi di pari esperienza, si concentrerà maggiormente sui vissuti dei loro specifici limiti professionali nel trattare i pazienti o condizioni istituzionali difficili e impegnative. Includerà

discussioni su diverse strategie terapeutiche, ipotesi diagnostiche e metodologiche e farà riferimento alla letteratura e alla ricerca scientifica sulle questioni in discussione.

Pablo Herrera Salinas

Innanzitutto, non sono sicuro se ci sia qualcosa di veramente specifico sul processo di supervisione nella psicoterapia della Gestalt, ma cercherò di riflettere, insieme a voi, su alcune caratteristiche salienti o potenziali contributi del nostro approccio per favorire un buon processo di supervisione.

Uno di questi è il desiderio di comprendere la situazione in cui esiste il paziente. E, relativamente a questo aspetto, comprendere i sintomi come funzioni emergenti dal campo ovvero la situazione del paziente che include alcuni elementi chiave quali le caratteristiche oggettive del contesto, gli schemi impliciti e le conoscenze relazionali, le condizioni fisiologiche, le risorse e le capacità strutturali e, ovviamente, la relazione psicoterapeuta-paziente. Il supervisore dovrebbe aiutare lo psicoterapeuta a comprenderli come parte del processo diagnostico così come avviene in altri approcci.

Il processo di supervisione dovrebbe anche allenare i terapeuti ad utilizzare il proprio corpo come strumento di diagnosi e di intervento. Ad esempio, usare la propria immaginazione e capacità empatica per eseguire un processo di *validazione incarnata* della “diagnosi”. Ciò significa chiedere a se stessi come terapeuti: se mi metto nei panni di un mio paziente, nella sua situazione, storia di vita, negli apprendimenti emotivi e nel suo corpo... reagisco allo stesso modo? Soffro dei suoi stessi problemi?

Rispondere a queste domande permette di osservare la propria intenzionalità e le proprie emozioni, per farsi un'idea della relazione terapeutica e degli schemi relazionali fissi del paziente. Per esempio, l'anno scorso, durante la terapia con un paziente, ho notato che sentivo l'impulso di sedermi e ascoltare come se mi stesse esponendo una lezione teorica. Mi è sembrato strano, così ho condiviso la mia risonanza e mi sono chiesto quale fosse la “parte di lui” che probabilmente si sentiva bisognosa e vulnerabile; è comune vedere queste dinamiche durante i colloqui, ma per me non emergeva pienamente nella nostra relazione. Era qualcosa che si manifestava nel contenuto delle sue lamentele. Un'altra caratteristica chiave è la rilevanza centrale della relazione supervisore-supervisionato. Il terapeuta non è solo un mezzo per conoscere il paziente. Quest'ultimo non è l'unico *focus* di attenzione. È fondamentale includere l'esperienza, i bisogni, le preoccupazioni e le reazioni personali dello psicoterapeuta nei confronti non solo di quel particolare paziente, ma anche verso l'intero processo di formazione e alla sua relazione con il supervisore.

Peter Schulthess

Il processo di supervisione è un processo co-creato che possiamo comprendere come due processi: quello tra il supervisionato e il suo paziente, quello che si sviluppa tra il supervisionato e il suo supervisore; di seguito li metterò in relazione. Se abbiamo materiale videoregistrato per la supervisione, possiamo osservare e riflettere non solo su ciò che sta facendo il supervisionato ma anche sul come lo sta facendo.

Lo scopo della supervisione nella psicoterapia della Gestalt è ampliare la visione del processo terapeutico, dando al supervisionato maggiori indizi sulle sue possibilità di intervenire sulla dinamica figura/sfondo in modo tale che il processo possa svilupparsi liberamente. Di solito, i supervisionati ricorrono alla supervisione in quanto avvertono dei blocchi in questo processo.

La definizione che vorrei dare della funzione generale della supervisione è la seguente: fare un passo indietro e osservare cosa fanno paziente e terapeuta e come possono ampliare la costellazione di azioni e relazioni ottenendo una prospettiva diversa grazie al supporto del supervisore. Questo è valido per la supervisione in un *setting* diadico, sia per quello di coppia (in tale contesto dobbiamo osservare la dinamica triangolare tra la coppia e il terapeuta) o grupppale. La supervisione gestaltica include anche la figura dello psicoterapeuta e il suo processo nel rapportarsi al paziente. L'attenzione, quindi, non è solo focalizzata sul paziente e sulla sua patologia come praticato in altri approcci. Ha anche una funzione didattica nel fornire informazioni sulla psicopatologia e su come adattare il lavoro clinico. In questo modo il supervisore è anche un insegnante e consulente, che non offre ricette, ma informazioni e la propria esperienza.

Rezeda Popova

La nostra prossima domanda fa riferimento al campo relazionale nella situazione di supervisione e riguarda l'alleanza tra uno psicoterapeuta supervisionato e un supervisore.

Sappiamo tutti che la supervisione è un luogo in cui la vergogna emerge facilmente, bloccando la spontaneità della presenza sia dello psicoterapeuta che del supervisore. Cosa diresti in merito? Come può un supervisore creare uno spazio in cui un terapeuta possa accettare la propria vulnerabilità professionale e personale, parlare apertamente e sperimentare quello che sta accadendo?

Pablo Herrera Salinas

Questo aspetto è davvero critico, in quanto il processo di supervisione è destinato al fallimento se la vergogna prende il sopravvento. Ci sono innumerevoli cose che possiamo fare come supervisori per evitare che questo accada. Prima di tutto, è importante assicurarsi che ci sia il minimo giudizio durante il processo di supervisione. Può implicare il non dare voti se la supervisione avviene in un contesto accademico, o chiarire che i voti non corrispondono all'essere bravi terapeuti ma, per esempio, possono fare riferimento alla partecipazione o al completamento dei moduli didattici.

Possiamo presentare la condivisione delle difficoltà come qualcosa di desiderabile, gli errori come inevitabili e la sicurezza eccessiva come problematica. Per esempio, possiamo dire che sarebbe veramente irrealistico per i supervisionati raggiungere un'elevata competenza velocemente, per questo bisogna attenzionare quei terapeuti eccessivamente sicuri delle proprie capacità e *performance*. Come supervisori possiamo dare l'esempio condividendo anche i nostri fallimenti, i nostri dubbi e accettarli senza vergogna concentrando la nostra energia nell'aiutare piuttosto che nel valutare. Il nostro *focus* dovrà essere pragmatico: stiamo aiutando? Significa che la domanda "Sono bravo/valutato/accettato?" non è molto rilevante all'interno dello spazio di supervisione.

Peter Schulthess

Il lavoro con la vergogna in supervisione non è diverso da come la trattiamo in psicoterapia. La vergogna è un'emozione che può emergere in qualsiasi processo relazionale e per questo ha bisogno di essere affrontata. Può essere utile domandarsi: quando emerge? Perché qui e ora? Che funzione ha? Ci sono delle introiezioni che creano vergogna (avrei dovuto saperlo già, non dovrei mostrare al mio supervisore che ho delle difficoltà e così via), o è il supervisore che mette in imbarazzo o fa provare vergogna al supervisionato? La vergogna necessita di essere nominata, apprezzata e accettata come qualcosa di importante che accade all'interno della relazione di supervisione, e riportata a come si presenta nel processo psicoterapeutico.

Quando la vergogna emerge da una dinamica di campo competitivo all'interno di un gruppo di supervisione, questa dinamica deve essere affrontata al fine di creare uno spazio in cui i partecipanti possano condividere la propria vulnerabilità.

Bertram Müller

L'obiettivo della supervisione è migliorare l'identità professionale del supervisionato. Per raggiungere questo obiettivo, è necessario correre dei rischi, essere aperti, parlare della propria potenziale mancanza di conoscenza ed esporre il proprio livello di professionalità agli altri. Questo significa essere in grado di permettere a se stessi di essere insicuri e vulnerabili durante questo stato di transizione verso una maggiore *expertise*.

La vergogna è l'emozione interpersonale "per eccellenza" e anche la più nascosta. Specialmente per un approccio terapeutico che sostiene di occuparsi sia di un campo organismo/ambiente, che di una prospettiva emotiva ed esistenziale, il fenomeno della vergogna deve essere riconosciuto come una questione primaria da affrontare. La vergogna non riguarda il commettere un errore, ma l'esperienza di sé come un errore, quindi come un perdente. Il sentimento di vergogna emerge quando le attitudini etiche e comportamentali assimilate di se stessi, che in psicoterapia della Gestalt sono parte della funzione personalità, non hanno un sostegno sufficiente e flessibile al confine di contatto attuale e non permettono di affrontare le novità relazionali.

La vergogna è vissuta come spiacevole non solo dal supervisionato, ma potenzialmente anche dal supervisore. Ciò sostiene la propensione a creare una negazione reciproca di questo sentimento, che può portare al ritiro di uno o entrambi da un processo di supervisione aperto e interattivo. Da entrambe le parti può emergere la formazione di reazioni inconsce come la diffidenza, l'insicurezza e la svalutazione. Qualsiasi segnale di un'esperienza di vergogna nascosta o emergente indica che una persona corre il rischio di oltrepassare i confini della propria funzione-personalità.

Tuttavia, l'esperienza della vergogna non dovrebbe essere evitata, ma sapientemente guidata in un processo di attenzione e assimilazione degli aspetti non familiari di sé. Ecco perché uno dei principali compiti del supervisore è essere sensibile a possibili segni di timidezza e vergogna riguardanti se stesso o il supervisionato, e sapere come affrontarli nel modo più tattico possibile. Al fine di sostenere i supervisionati nella loro propensione alla vergogna, i supervisori dovrebbero anche essere in grado di accogliere le critiche. Dovrebbero sapere come condividere le proprie esperienze di situazioni scomode ed eventi di vita. Non dovrebbero insistere nella loro "verità", ma essere rispettosi e umili in merito ai diversi punti di vista. A causa del significativo impatto dei sentimenti di colpa e vergogna nelle relazioni interpersonali, i supervisori dovrebbero essere aperti a sottoporsi loro stessi alla supervisione. Questo limiterà anche lo sviluppo dei loro potenziali bisogni narcisistici.

In conclusione, affrontare la vergogna in supervisione è fondamentale per favorire un ambiente di supporto orientato alla crescita dei terapeuti. I supervisori svolgono un ruolo cruciale nel creare uno spazio in cui gli psicoterapeuti possono discutere apertamente delle proprie vulnerabilità e sfide senza la paura del giudizio. Strategie come minimizzare il giudizio, riformulare gli errori come opportunità di crescita e concentrarsi su un aiuto pragmatico, piuttosto che sulla valutazione sono fondamentali per mitigare gli effetti dannosi della vergogna. Riconoscere la vergogna come un'emozione profondamente interpersonale permette ai supervisori di incoraggiare apertura e autoriflessione mentre forniscono una guida e un supporto costruttivo. Infine, è importante nutrire un'atmosfera di fiducia, accettazione e umiltà, per facilitare uno sviluppo professionale significativo e migliorare l'efficacia terapeutica dei supervisionati.

Rezeda Popova

L'ultima domanda pone lo sguardo al *now-for-next* nella supervisione gestaltica, comprendendo anche i possibili sviluppi metodologici e teorici.

Sia Gary Yontef che Joseph Melnick hanno evidenziato la ridotta letteratura in merito alla supervisione gestaltica. Quali pensi siano i "punti ciechi" che rimangono ad oggi nella supervisione in psicoterapia della Gestalt? Quali aspetti devono ancora essere sviluppati?

Peter Schulthess

Penso abbiano ragione, verosimilmente i supervisori della Gestalt preferiscono praticare anziché scrivere. La loro esperienza potrebbe essere un contributo prezioso per promuovere riflessioni e creare un modello teorico sull'approccio relazionale della Gestalt nella supervisione.

Nel mio scambio con altri supervisori ho notato che ci sono differenze nelle loro posizioni e nei loro punti di vista: alcuni dicono che le questioni personali degli psicoterapeuti dovrebbero essere escluse dalla supervisione e, se emergono, si dovrebbe consigliare al terapeuta di approfondirle nella terapia personale e che la supervisione dovrebbe essere maggiormente centrata sul paziente.

Sono d'accordo nel momento in cui la supervisione rischia di diventare una seduta di psicoterapia, perdendo il *focus* sul paziente, ma sono totalmente in disaccordo quando questa diventa una regola rigida: va contro la mia

comprensione di un approccio della Gestalt olistico e relazionale. Noi, terapeuti e supervisori, dovremmo sempre connetterci con i nostri aspetti personali che emergono nella psicoterapia con i pazienti.

Nelle sedute di supervisione può accadere che a partire dalla presentazione del caso si arriva ad un aspetto personale del terapeuta, quindi, si lavora su quello comprendendone il significato nel qui ed ora della relazione con il paziente. Se il tema personale dello psicoterapeuta, che emerge durante la supervisione, è ancora una ferita non rielaborata in profondità sarà necessario un supporto all'interno della psicoterapia personale. Sarebbe bello vedere degli articoli che riflettano su questo tema e su questa dinamica.

Potrebbe essere importante ragionare sul quando è appropriato passare a delle riflessioni teoriche, ad esempio, su aspetti della psicopatologia partendo dal caso presentato e dal lavoro dialogico orientato al processo tra supervisore e supervisionato. La domanda guida – che suggerisco – potrebbe essere la seguente: quando è opportuno passare a un livello di riflessione generale oppure questa scelta potrebbe essere un'interruzione del contatto?

Lo immagino come un lavoro molto simile alla psicoeducazione all'interno di un processo terapeutico.

Bertram Müller

Percepisco una mancanza di chiarezza in numerose nozioni della terminologia della psicoterapia della Gestalt. I termini, quando usati nell'ambito della psicoterapia e della supervisione, sono strumenti equivalenti agli utensili nelle mani di un chirurgo che lavora attentamente e sa che cosa sta facendo. Il nostro linguaggio dovrebbe essere chiaro, soprattutto nella pratica della supervisione.

Sento la necessità di ulteriori chiarimenti su cosa intendiamo quando usiamo concetti come: il sé in relazione alle sue tre sotto-funzioni. Sento il bisogno di una chiara distinzione tra termini come “personalità” (che significa attitudini assimilate nel passato) e il termine funzione-personalità (che significa l'attuale identità di una persona al confine di contatto). E abbiamo anche bisogno di un nuovo termine che indichi una prospettiva futura di se stessi, non nel senso dell'ideale dell'ego, ma di un sé-creato, per immaginazione, un'idea pre-incarnata di chi qualcuno vorrebbe essere? Propongo di chiamarlo “personalità-futuris”.

Il concetto di “retroffessione” significa uno stato di esperienza, come il bisogno di distanza, o come uno stato comportamentale del trattenere il fiato? Significati diversi comportano interventi terapeutici piuttosto differenti.

Altro aspetto importante è quale significato può avere il concetto di

“esperimento” all’interno della metodologia psicoterapeutica della Gestalt. Una specifica tecnica o un termine generico per tutte le interazioni come un mezzo di sostegno per un’auto-interpretazione da parte del paziente? Cosa diciamo ad un supervisionato quando citiamo F. Perls: «Finché usa delle tecniche, non accetto nessuno come uno psicoterapeuta della Gestalt competente» (1980, p. 170, tradotto dall’autore). Gli artisti non usano solo delle tecniche? Perls le ha definite regole e giochi. Cosa significherebbe per l’efficacia della Gestalt therapy se gli studenti o i supervisori non imparassero le tecniche e l’arte di come annullare una proiezione o una confluenza disfunzionale e come dissolvere una perdita della funzione-io?

Per ottenere un cambiamento sostenibile e garantire l’assimilazione a lungo termine delle nuove competenze professionali, è necessario un esercizio costante. Solo un’attenta interiorizzazione delle nuove forme di esperienza e di atteggiamento consentirà al sé di attivarle spontaneamente. Noto la mancanza di un corpo coerente di conoscenze metodologiche sull’apprendimento attraverso la sperimentazione della psicoterapia e della supervisione della Gestalt, come i compiti a casa, gli esercizi, la pratica di nuovi “rituali”.

Per molti terapeuti della Gestalt fare valutazioni diagnostiche è ancora una questione controversa, da pochi affrontata. Alcuni se ne occupano relativamente alla cosiddetta “diagnosi di processo”, in quanto descrizione fenomenologica dell’ovvio e come uno stato riflessivo occasionale durante un percorso terapeutico in atto. Questa propensione esclusiva verso il concetto di diagnosi di processo fa riferimento, tra le altre ragioni, a una dichiarazione di Perls *et al.* «Diagnosi e terapia sono lo stesso processo» (1951 parte 3, Teoria del sé, XV, 2). C’è ancora poca letteratura clinica sulla cosiddetta valutazione diagnostica tipologica, anche se, per un buon motivo, *Gestalt Therapy* (1951) suggerisce due tipi di concetti diagnostici: la “diagnosi di processo” e la “diagnosi tipologica”, entrambe basate sulla consapevolezza e su un’analisi dei «meccanismi e caratteri del sé del paziente» (1951 parte 3, Teoria del sé, XV, 2). Nessuno di questi due modelli è stato sviluppato in modo metodologicamente chiaro e soddisfacente per l’uso nel contesto clinico e come un indispensabile corpus di conoscenza, insegnato particolarmente nel contesto della supervisione.

Nella maggior parte delle pubblicazioni sulla supervisione gestaltica che ho potuto visionare, noto un vuoto dovuto alla mancanza di una concezione coerente dell’anamnesi gestaltica come format metodologico per avere un primo quadro generale delle risorse e dei limiti del paziente. Una linea guida anamnestiche di questo tipo potrebbe aiutare i supervisionati ad apprendere come ottenere sistematicamente, all’inizio o nella prima fase della terapia, le informazioni più preziose dai loro pazienti sui modelli funzionali e disfunzionali di base dell’esperienza, sul loro *background* medico e psicosociale

attuale e storico, e sulle loro motivazioni e aspettative nel cercare un aiuto professionale. L'unicità e il *next* della persona non si vedono forse al meglio conoscendo il background generale e socio-psichico del paziente?

Spero che il mio contributo e la mia limitata visione dell'attuale teoria e pratica della supervisione nella Gestalt possano comunque offrire ispirazione per un ulteriore miglioramento di quest'arte di supporto di significativa importanza nella pratica clinica.

Pablo Herrera Salinas

Ho di recente letto alcuni studi che mostravano come la supervisione clinica abbia un impatto molto lieve sul miglioramento del paziente. Pertanto, penso che un'importante criticità sia certificare l'utilità e l'impatto del nostro processo di supervisione.

Un altro aspetto che penso vada sviluppato è un modo più strutturato per analizzare i casi clinici e per guidare la supervisione. Questo è particolarmente importante per i terapeuti novizi/neo-terapeuti e per i colleghi che frequentano corsi di formazione. Quando stiamo imparando (durante la nostra formazione), incontriamo le enormi difficoltà dei pazienti e abbiamo poche risorse per poter affrontarle. Ciò crea una situazione stressante. Sono consapevole di questo aspetto, in quanto ho appena letto uno studio molto interessante sull'esperienza dei terapeuti in formazione quando hanno iniziato la loro pratica clinica (Watkins, 2011; Tony *et al.*, 2014). In situazioni stressanti e quando si ha a che fare con l'ansia, è solitamente necessario avere una struttura e una direzione. Il nostro tradizionale *focus* sulla spontaneità e sull'evitare linee guida rigide può peggiorare i sentimenti di incertezza, ansia e mancanza di supporto dei colleghi novizi. Pertanto, sarebbe utile, in queste situazioni, fornire un modo gestaltico di accompagnare e orientare i neo-terapeuti e di dare un po' di struttura al processo di supervisione, specialmente con colleghi nelle prime fasi della propria carriera.

Conclusioni

La supervisione in psicoterapia della Gestalt offre un approccio unico allo sviluppo professionale, enfatizzando un processo di apprendimento collaborativo ed esperienziale. Diversamente dai modelli di supervisione tradizionali, che possono concentrarsi sullo scoprire le cause o sulla diagnosi di patologie, la supervisione gestaltica incoraggia i supervisionati ad esplorare nuove forme di esperienza in relazione alla loro pratica presente e futura. Dà

priorità alla comprensione della situazione del paziente in modo olistico, includendo fattori contestuali, schemi e dinamiche relazionali implicite. Inoltre, enfatizza l'importanza della relazione supervisore-supervisionato, vedendola come un processo co-creato simile alla relazione terapeutica, uno spazio in cui i terapeuti possano discutere apertamente delle proprie vulnerabilità e sfide senza paura di giudizio e sviluppare la loro consapevolezza etica.

Allo stesso tempo, la supervisione della psicoterapia della Gestalt integra elementi didattici, fornendo sia informazioni sulla psicopatologia e sulle strategie terapeutiche che consentendo un adattamento e una creatività individualizzata. Ringraziamo i nostri ospiti, Pablo Herrera Salinas, Bertram Müller e Peter Schulthess per i contributi ricchi ed illuminanti che hanno fornito alla nostra comprensione della supervisione. Insieme, questi psicoterapeuti offrono un'esplorazione della supervisione toccando aspetti teorici, pratici e relazionali.

La loro competenza e le loro riflessioni ponderate hanno illuminato vari aspetti del processo di supervisione, dalle sfumature della terminologia gestaltica, alle considerazioni pratiche sulla guida dei terapeuti in formazione. Il loro contributo ha arricchito il nostro dialogo e approfondito la complessità inerente a questo tema. Estendiamo la nostra gratitudine anche ai *section editor* della Rivista *Quaderni di Gestalt*, Giulia Pappalardo e Luca Pino, che hanno facilitato questa discussione e fornito una piattaforma per lo scambio di idee. In questo articolo, le voci uniche e diverse di tre psicoterapeuti e studiosi di rilevanza internazionale nel campo della psicoterapia della Gestalt ci hanno permesso di promuovere uno spazio per un dialogo significativo e per l'esplorazione di temi importanti.

Rezeda Popova
(Traduzione di Lucia Greco)

Rezeda Ravilevna Popova: Psicoterapeuta della Gestalt, supervisore e ricercatrice, esperta in psicologia clinica e dello sviluppo. Dottore di ricerca in psicologia dello sviluppo, membro dell'EAGT. È fondatrice e direttrice dell'Istituto Volga Region per la Terapia della Gestalt, curatrice di una pubblicazione in lingua russa e di diversi libri sulla terapia della Gestalt.

Bertram Müller: Psicologo, lavora come psicoterapeuta della Gestalt a Düsseldorf, come formatore e supervisore della Gestalt in paesi europei, insegna Psicologia dello sviluppo presso la Folkwang University for Performing Art di Essen, Germania. Ha conseguito titoli accademici in Filosofia, Teologia (1973) e Psicologia clinica/Psicoterapia (1980). Si è formato dal 1973 in Gestalt Therapy con Isha Bloomberg; Erving e Miriam Polster; Bob Martin; Laura Perls e dal 1977 al 1982 con Isadore From. È stato il vicepresidente e fondatore dell'Associazione tedesca di Gestalt Therapy (DVG).

Pablo Herrera Salinas: Psicologo (Università Cattolica del Cile), Psicoterapeuta della Gestalt (Centro di Psicoterapia della Gestalt di Santiago). Dottorato di ricerca in psicoterapia (Università Cattolica del Cile; Università di Heidelberg). Insegnante e ricercatore; ha relazionato in incontri scientifici in Cile, Argentina, Svizzera, Francia, Italia e Stati Uniti. Responsabile della ricerca nell'Istituto di Gestalt di Santiago. Professore, supervisore clinico e ricercatore presso l'Università del Cile, Santiago.

Peter Schulthess: M.Sc., psicoterapeuta e supervisore EAGT, lavora dal 1976 in uno studio privato a Zurigo. È stato presidente dell'EAGT e ha una vasta esperienza di insegnamento in diversi Paesi. È stato presidente del SARC (Comitato per la Scienza e la Ricerca) dell'EAP. È redattore capo della rivista *Psychotherapie-Wissenschaft*.

BIBLIOGRAFIA

- Melnick J., Fall M. (2008). A Gestalt Approach to Group Supervision. *Counselor Education & Supervision*, Vol. 48: 48-60. DOI: 10.1002/j.1556-6978.2008.tb00061.x
- Perls F. (1980). *German Gestalt-Wachstum-Integration. Aufsätze, Vorträge, Therapiesitzungen*. Paderborn, DEU: Jungfermann Verlag, (Trans. engl.: Interview with F.S. Perls by J.L. Walker. In: Walker J.L., Ed., *Body and Soul*. Nashville, TN: Abingdon Press.
- Perls F.S., Hefferline, R. Goodman P. (1951: 1994). *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*, New York, NY: Julian Press (trad. it.: *Teoria e pratica della terapia della Gestalt. Vitalità e accrescimento nella personalità umana*. Roma: Astrolabio, 1971; 1997).
- Rousmaniere T.G., Swift J.K., Babins-Wagner R., Whipple J.L., Berzins S. (2014). Supervisor Variance in Psychotherapy Outcome in Routine Practice. *Psychotherapy Research*, 26, 2: 196-205. DOI: 10.1080/10503307.2014.963730
- Watkins C.E. (2011). Does Psychotherapy Supervision Contribute to Patient Outcomes? Considering Thirty Years of Research. *The Clinical Supervisor*, 30, 2: 235-256.
- Yontef G. (1997). *Supervision from a Gestalt Therapy Perspective*. In: Watkins C.E., Ed., *Handbook of Psychotherapy Supervision*. New York, NY: John Wiley & Sons, pp. 147-163.