

ARTICOLO DI OPINIONE

Theory, practice and technique: Self-supervision in Gestalt psychotherapy

Teoria, tecnica e pratica: Auto-supervisione nella psicoterapia della Gestalt

Paolo Quattrini¹, Alessandro Cini¹

¹ I.G.F. - Istituto Gestalt Firenze



ABSTRACT

The stumbling blocks that a therapist experiences working with his clients are both technical and personal. This paper would like to be a “reminder” to help the therapists leaning on the theoretical postulates underpinning the phenomenological-existential gestalt therapy. In addition, we propose a self-evaluation method through which the therapist can monitor his experience (comprised by what the therapist is experiencing about him/herself, about the client and the therapeutic relationship) during each session. The aim is to practice a kind of self-supervision, to bring out the potential crux hindering the therapeutic process.

We propose to look to the therapeutic treatment from the therapist’s point of view. For this purpose, we suggest to the therapist to write his experience session by session, in order to create a sort of journal that will be used for analysis using the phenomenological-existential methodological framework.

We expect that what emerges from the above-mentioned analysis could be faced referring to the pillars of phenomenological-existential Gestalt therapy, highlighting the infinite dialogue between practice and theory and the continuous rebound between what happens inside and what exists outside the inner world of the therapist and his practice.

KEYWORDS

Psychotherapy, Gestalt, Phenomenological existential method, supervision, self-evaluation.

ABSTRACT IN ITALIANO

Gli ostacoli e gli inciampi che il terapeuta sperimenta durante il suo lavoro sono di natura sia “tecnica” che “personale”. Con questo articolo si vuole da una parte dettare una sorta di “reminder” per aiutare il terapeuta ad appoggiarsi su quelli che sono i postulati teorici fondanti della pratica gestaltica a orientamento fenomenologico esistenziale, dall’altra suggerire un metodo di autovalutazione che permetta al terapeuta di monitorare come si evolve, tra una seduta e un’altra, il suo sentire nei confronti di se stesso, del paziente e della relazione. Lo scopo è quello di praticare una sorta di auto-supervisione, che aiuti a far emergere quali sono i nodi che ostacolano il processo terapeutico. In definitiva, ci si propone di analizzare il percorso terapeutico dal punto di vista del terapeuta. A tal scopo suggeriamo al terapeuta di scrivere e descrivere la sua esperienza di seduta in seduta, al fine di creare così una sorta di diario che sarà analizzato utilizzando la metodologia fenomenologico esistenziale. Ci aspettiamo che ciò che emerge dall’analisi dei dati possa essere messo in relazione a quelli che sono i pilastri della psicoterapia Gestalt fenomenologica esistenziale, evidenziando l’infinito dialogo tra pratica e teoria, illuminando il continuo rimbalzo che c’è tra ciò che succede dentro e ciò che esiste al di fuori del mondo interno del terapeuta e del suo fare.

PAROLE CHIAVE

Psicoterapia, Gestalt, metodo fenomenologia esistenziale, supervisione, autovalutazione.

Citation

Quattrini P., Cini A. (2020).
Theory, practice and technique:
Self-supervision
in Gestalt psychotherapy
Phenomena Journal, 2, 78-88.
<https://doi.org/10.32069/pj.2020.2.55>

Direttore scientifico

Raffaele Sperandeo

Supervisore scientifico

Valeria Cioffi

Journal manager

Enrico Moretto

Contatta l'autore

Paolo Quattrini
quattrini.paolo2@gmail.com

Ricevuto: 19 luglio 2019

Accettato: 20 maggio 2020

Publicato: 22 maggio 2020



Attribution-NonCommercial 4.0
International (CC BY-NC 4.0)

Introduzione

L'approccio gestaltico si concilia male con la parola "tecnica", che implica un ripetersi di fenomeni uguali: questo non è conciliabile con il sostrato teorico che è la fenomenologia. Per questo qui la parola "tecnica" si indica fra virgolette, in quanto metafora non di riferimenti digitali e costanti, ma di connessioni analogiche che evocano somiglianze e chiamano libere associazioni utili per la creazione di nuove modalità comportamentali.

In realtà non sempre i comportamenti lasciano trasparire il proprio sostrato emozionale, e tenere l'attenzione sul panorama istintuale della specie (fame fuga territorio e sesso) aiuta a intravedere il senso di quello che sta succedendo alle persone in questione: i comportamenti possibili sono oggetto di creazione e quindi sono infiniti, e non sempre rivelano il proprio senso esistenziale, non sempre infatti le invenzioni sono funzionali allo scopo di partenza, e gli esseri umani si affezionano a ciò che è proprio a prescindere dalla sua utilità.

Parafrasando Winnicott [1], le tecniche devono essere masticate e reinventate da chi le utilizza. Nello psicoterapeuta insomma la tecnica e la sensibilità personale devono quindi trovare il modo di stare insieme, e appoggiarsi "morbidamente" a quella teoria sulla quale le tecniche si fondano, creando così un terreno stabile sul quale edificare il "come" della propria pratica terapeutica.

Evidenze della letteratura

La Gestalt è un approccio esistenziale, esperienziale e sperimentale che si basa su ciò che esiste piuttosto che su quello che dovrebbe essere. Alcuni fondamentali presupposti teorici su cui si appoggia sono l'intenzionalità [2], l'empatia [3], la psicologia della Gestalt [4], la fenomenologia [2, 5, 6], l'espressione delle emozioni [7], l'esistenzialismo [8, 9, 10], la teoria del campo [11], la dinamica di contenuto e forma nel dionisiaco e apollineo [12], la molteplicità interiore [13], la trascendenza del conflitto [9], l'olismo [14], l'indifferenza creativa e il vuoto fertile [15], l'autoregolazione organismica [16, 17], il costruttivismo [18], la responsabilità esistenziale [19].

Questi sono i capisaldi della Gestalt fenomenologico-esistenziale, sono le basi su cui poggiano i piedi del terapeuta, e sono veri e propri "strumenti" che lo aiutano durante il suo lavoro.

Ipotesi di studio

Con questo articolo si intende proporre un metodo di auto-supervisione. L'idea alla base è che il terapeuta rintracci all'interno del suo sentire e del suo fare riferimenti alle aree della pratica e della teoria riportate nella tabella 1.

Insieme a questo, al terapeuta è richiesto di mettere sotto verifica quello che succede in seduta. In altre parole il terapeuta deve cercare i collegamenti tra il suo vissuto e le domande presenti nella tabella 2.

L'ipotesi è che gli inciampi che il terapeuta incontra nel lavoro siano in parte ricon-

ducibili a ostacoli nell'area emotiva e/o tecnica. Mettere in dialogo mondo interno e tecnica, pratica e teoria, aiuta il terapeuta a sciogliere i blocchi che incontra nel processo e nel percorso terapeutico.

Riferimenti epistemologici del modello

I riferimenti epistemologici sulla base dei quali abbiamo costruito la tabella 1 sono sintesi di postulati logici, biologici, neurofisiologici, filosofici, clinici e qualitativi.

Postulati logici

1) Il primo principio di incompletezza di Gödel. Ogni teorizzazione matematica strutturata permette affermazioni che non possono essere dimostrate vere o false nella teorizzazione stessa [20]. Gödel dimostrò così che l'aritmetica stessa risulta incompleta: vi sono cioè delle realtà non dimostrabili.

2) Il punto di vista olistico [14]. L'olismo (dal greco ὅλος *hòlos*, cioè "totale", "globale") è una posizione scientifica basata sull'idea che le caratteristiche dell'insieme non dipendono solo dalla somma delle sue parti, in quanto, come dimostrò Cantor, l'insieme ha più funzioni di quelle delle sue parti [22].

3) La differenziazione di tre forme della logica: formale [23], dialettica [24], paradossale [25]. Nella logica aristotelica vige la legge di non contraddizione, quella di identità e quella del terzo escluso: X o è uguale ad A o è diverso da A. Nella logica dialettica [24] il procedimento è invece quello della sintesi degli opposti, che non sono più ostacoli reciproci, ma strumenti per la creazione di nuove realtà. Il paradosso [26] è poi un'altra forma di ragionamento, che in primo luogo impedisce e poi di conseguenza obbliga e permette alternative meno raggiungibili, che necessitano uno sforzo ma portano più lontano: per questo la logica paradossale permette di formulare ingiunzioni che non possono essere ignorate, come succede nell'approccio sistemico.

Postulati biologici

1) L'indagine etologica dei comportamenti degli esseri viventi permette di connetterli con le modalità e le trasformazioni atte alla sopravvivenza: l'essere umano è un organismo [27] e risponde alle leggi biologiche, fra cui quelle sugli istinti, come teorizza appunto l'etologia [28].

2) L'espressione delle emozioni, come descritto da Darwin, è una funzione organica indirizzata alla sopravvivenza dell'individuo e della specie [7]. Le emozioni sono caratterizzate dalla possibilità di espressione, che come definito in "Intelligenza emotiva" [29], ha la funzione di aiutare l'uomo a orientarsi davanti a situazioni complesse e difficili.

Postulati neurofisiologici

1) Il cervello ha due emisferi: il sinistro è specializzato nel linguaggio digitale, che

spiega e categorizza, e il destro in quello analogico, che evoca e connette [30]. La creatività si deve al fatto che i due emisferi lavorano di concerto. Per esempio, si è visto in studi recenti che bambini ritenuti capaci di esprimere grandi potenzialità creative presentavano un alto grado di connessione tra i due emisferi [31]. Nell'approcciare e risolvere problemi matematici, a differenza di quanto accade nei cosiddetti "bambini normali" dove è evidente l'attivazione prevalentemente dell'emisfero sinistro, nei bambini creativi non viene registrata la classica asimmetria emisferica, bensì un'attivazione di entrambi gli emisferi. Parrebbe quindi che un correlato neurofisiologico della genialità e della creatività sarebbe da imputare al fatto che i due emisferi dialogano efficacemente, e che questo si traduca in una maggiore produzione di ipotesi, strategie ed idee per collegare i problemi a possibili soluzioni. A livello di processo, questa attivazione bilaterale evidenzia una spiccata propensione alla ricerca, al recupero e alla selezione di tutta una serie di informazioni che si trovano nella memoria a lungo termine, e allo stesso tempo si riflette in una certa abilità di combinare e associare le idee. Nella teoria della cosiddetta mente bicamerale [32], in un passato remoto la mente degli esseri umani sarebbe stata caratterizzata da una preponderanza dell'emisfero destro che avrebbe prodotto comandi interiori indotti dalle libere associazioni, quasi oniriche, e avrebbe dato più spazio alle visioni, alla dimensione magica e al divino.

2) Le emozioni hanno un sostrato biochimico e un andamento sinusoidale che ne configura l'espressione. Le diverse parti del sistema neurologico, infatti, comunicano tra loro grazie a molecole, definite neurotrasmettitori e neuropeptidi [33]. L'ipotesi alla quale giunge Reich è che l'essere umano sia "pulsante", cioè che l'esistenza di ogni organismo sia un continuo susseguirsi di momenti di contrazione e momenti di espansione [34].

Postulati della conoscenza

1) L'articolazione del linguaggio digitale si appoggia su un'epistemologia costruttivista. Il concetto di autopoiesi, teorizzato da Maturana, si basa sul fatto che gli esseri viventi possano essere immaginati come dei sistemi chiusi, vale a dire come un complesso circolare che produce e si autoproduce. Questo da una parte delimita e allo stesso tempo specifica i processi che, all'interno del sistema stesso, interagiscono tra di loro e con la totalità del sistema, producendo ciò di cui l'organismo ha bisogno per mantenersi vivo. Dall'altra parte questi processi mantengono comunque aperta la possibilità di scambiare energia e materia con l'ambiente che si trova al di fuori del sistema [18].

2) Il linguaggio analogico si articola appoggiandosi sulla fenomenologia, sull'esistenza di fenomeno primario e secondario, e sulla teoria del riferimento intenzionale di Brentano. La *logia* dei fenomeni è l'arte del sentire, cioè l'organizzazione dell'esperienza in insiemi dotati di senso esistenziale [2, 35].

3) I dati percepiti vengono organizzati automaticamente dall'organismo secondo regole specifiche. Con le ricerche portate avanti da Wertheimer, si iniziò a vedere la

percezione come emergente dall'organizzazione globale e dall'interazione generale delle informazioni presenti nella scena percepita, superando così la concezione puramente elementaristica. La scuola della psicologia della Gestalt, abbracciando e sostenendo ciò che la corrente filosofica della fenomenologia proponeva, ha teorizzato una serie di leggi percettive innate indipendenti dall'apprendimento, leggi che di fatto organizzano l'esperienza percettiva sulla base della separazione della figura, ciò che è in primo piano, dallo sfondo, attraverso la trama, il colore, la densità, il contorno [4].

4) La psicologia è un campo determinato dall'empatia. Kohut afferma che se l'ambiente fisico può essere indagato con vari sussidi meccanici, per conoscere il nostro mondo interiore possiamo fare affidamento solo sull'introspezione e la sua forma vicaria: l'empatia [3, 36].

Postulati filosofici

1) Con un'ottica esistenzialista, la categoria di riferimento fondamentale qui non è il verbo essere, ma il verbo esistere [10]. Sartre sottolineava l'originarietà dell'esistenza, sostenendo che l'uomo esiste prima di essere e che, in seguito a ciò non può decidere di non esistere [19].

2) L'attribuzione fondamentale dell'uomo non è il destino ma il libero arbitrio [19], in un senso relativo alle sue limitazioni organismiche. La questione del libero arbitrio e della libertà del volere, sulla quale si interrogò Leibniz, non è tanto se l'essere umano sia libero o meno di fare ciò che vuole, piuttosto se sia capace di attingere a una certa quota di indipendenza quando esercita la sua volontà [37]. Popper, all'interno di una prospettiva dualista, ha sostenuto che l'esistenza del libero arbitrio è garantita dal fatto che, tra i fenomeni fisici e i fenomeni mentali, esiste e resiste un alto grado di incertezza. Di fatto Popper difende l'autonomia della mente e il suo influsso causale sul cervello e sulle sue determinanti genetiche, opponendosi alla sociobiologia, al neodarwinismo e al determinismo genetico [38].

Postulati della pratica clinica

1) L'esperienza è fonte del senso della vita. Con l'affermarsi e il diffondersi della teoria evoluzionistica di Darwin [7] si contrapposero due teorie: quella storicistica, che si fonda sul pensiero di Hegel, secondo la quale lo spirito umano nasce e si sviluppa a seconda delle condizioni storiche nelle quali vive e opera, e quella naturalistica, secondo la quale anche quelle che vengono considerate proprietà innate dell'intelletto in effetti sono il risultato di un'evoluzione naturale.

2) La pratica del contatto è fonte dell'esperienza. Ogni qualvolta la figura appare scialba, confusa, completamente priva di grazia e di energia (Gestalt debole), questo è dovuto a una mancanza di contatto, a un determinato blocco nella situazione ambientale, all'impossibilità a esprimersi di qualche vitale bisogno organico [16].

Postulati della qualità

1) Valore logico (logiche e creatività): i Greci hanno sempre coltivato, accanto all'analisi sistematica delle teorie aristoteliche del ragionamento, una sorta di gusto "dionisiaco" per il paradossale e per le contraddizioni che di volta in volta capitava loro di incontrare sulla strada dell'indagine della coerenza linguistica e semantica di enunciati e teorie che pretendono di parlare della realtà. I Greci erano, insomma, ben coscienti del valore creativo di un approccio antinomico ai problemi logici.

2) Valore etico (comprensione empatica): "Il valore etico non si insegna. Se si potesse, attraverso una teoria, spiegare l'essenza dell'etico, l'etico perderebbe istantaneamente tutto il valore che ha" [39].

3) Valore estetico (relazione fra le forme): nella Critica del Giudizio, Kant pone al centro della valutazione estetica la "sensazione del bello", afferma cioè che l'esperienza estetica viene veicolata dall'effetto che le opere esercitano sullo spirito [40].

In un approccio psicoterapeutico fondato su questi postulati non si considera la qualità della vita semplicemente come una tendenza naturale o un'esperienza soggettiva. L'effetto della terapia dovrebbe essere che la persona assuma la capacità di apprezzare che la qualità trascende la natura, e che richiede uno sforzo di attenzione per essere percepita. In altre parole che la persona possa dare valore a:

- la percezione dell'insieme;
- il vantaggio di considerare le parti dell'ambiente interconnesse, perché in questo senso i problemi appaiono risolvibili;
- l'utilità dell'autoregolazione organismica, e il fatto che ognuno ha sempre delle intenzioni;
- l'esprimere, che, essendo relativamente reversibile, permette di manifestarsi senza avere effetti distruttivi;
- la vita che riguarda l'esistere piuttosto che l'essere;
- la conoscenza come una co-costruzione con l'altro;
- il concetto di buono come ciò che ha a che fare con il valore e non con il semplice apprezzamento;
- il conoscere che si basi su sentire;
- il percepire come costruzione di parti in insiemi che le trascendono.

Metodologia

Ispirandosi al metodo fenomenologico-esistenziale di Giorgi [41, 42], il disegno di ricerca prevede che il terapeuta dia vita ad una sorta di diario dove descrive il suo vissuto seduta per seduta, focalizzandosi sul suo sentire nei confronti di se stesso, del paziente e della relazione che c'è tra i due. Si tratta di riportare in forma scritta il racconto della relazione terapeutica, dalla prospettiva del terapeuta. Questi, ogni 8 sedute, metterà insieme i resoconti, in modo tale da dare vita a una narrazione che riassume la relazione che ha vissuto con il paziente durante questo periodo.

Il terapeuta dovrà approcciarsi a questo collage di resoconti come se fosse il racconto della sua esperienza completa, rileggere l'intera narrazione cercando prima di tutto di cogliere il senso dell'insieme, per poi estrapolarne le unità di senso, mettendo insieme parole, valori, attitudini, periodi che, pur riferendosi all'intero, possano essere ragionevolmente separati da esso.

Si tratta di perseguire un approccio esplorativo alla ricerca di quegli elementi che trascendono la singola situazione riportata nella descrizione. Il terapeuta deve giocare con la sua attenzione, tirarsi fuori da sé e poi rivedere l'intero processo evidenziando il senso che emerge dalla totalità della sua esperienza. Questo sarà poi messo in dialogo con ciò che comportano i postulati su cui si appoggia la psicoterapia della Gestalt, appoggiandosi alle domande riportate nella tabella 2.

Risultati attesi

Costruire passo passo il diario di ciò che sperimenta durante le sedute, e dell'effetto che gli fa, analizzarlo secondo il metodo di ricerca fenomenologico-esistenziale fa sì che il terapeuta possa accorgersi di ciò che gli succede, cosa che in un approccio psicoterapeutico fenomenologico-esistenziale è di fondamentale importanza, dato che la relazione, anche quella terapeutica, è data dall'incontro di due soggetti [9]: due mondi fatti di sensazioni, emozioni, pensieri, fantasie, scelte e azioni.

Quello che ci si aspetta dall'applicazione di questo metodo di auto-supervisione è che il terapeuta possa agevolmente ricondurre e collegare ciò che succede lungo il percorso terapeutico ai temi riportati nella tabella 3.

Approcciarsi al racconto che il terapeuta fa di sé lungo le sedute come fosse un fenomeno da interrogare, spostando il punto di vista dal paziente a se stesso fa sì che il terapeuta stabilisca una distanza abitabile [43] con la descrizione degli effetti che lo attraversano, e che la sua pratica possa così sganciarsi da quegli intoppi affrontabili rifacendosi alla teoria e alla tecnica.

Conclusioni

La verifica fenomenologica richiede una partenza dell'indagine dal punto di vista fenomenologico: l'altro non è un oggetto messo di fronte a un soggetto, ma un altro soggetto. Questo impedisce qualunque approccio oggettivo, e obbliga a un rapporto intersoggettivo, dove non si possono attribuire caratteristiche all'altro, ma solo scambiare feedback del proprio vissuto. La verità diventa qui un fatto dinamico, non statico: non si possono fare affermazioni sull'altro, ma scambiare vissuti finché si vuole, osservando l'effetto che questo fa sulla propria esperienza e arricchendosi di questa conoscenza. Intersoggettivo è anche il rapporto con se stessi, che – per le stesse ragioni – non può essere interpretativo e richiede di considerarsi come due soggetti a confronto che si scambiano reciprocamente feedback: è un approccio molto diverso da quello razionalista, e necessita di una attenzione continua e dettagliata all'interlocutore, a se stessi e alle basi del proprio pensiero, che devono essere postulati esterni al pensiero stesso.

Applicare il metodo di ricerca fenomenologico-esistenziale all'analisi del proprio vissuto è utile al terapeuta per una serie di ragioni, come il fatto che per applicarlo si deve per forza di cose staccare da sé, approcciarsi, paradossalmente, alla sua esperienza “come se fosse” la sua esperienza, come se fosse qualcosa che succede piuttosto che come qualcosa che è. Riferire poi i nodi che emergono dall'utilizzo di questa metodologia ai postulati teorici della psicoterapia della Gestalt fenomenologico-esistenziale, collegare la propria esperienza alla pratica permette di sganciarsi da quello che può essere vissuto come difficile o impossibile, di guardare agli ostacoli come se fossero opportunità di cucirsi addosso il proprio fare terapeutico.

BIBLIOGRAFIA

1. Winnicott, D. W. (1974). *Gioco e realtà*, tr. it. Armando, Roma.
2. Brentano, F. (1874). *La psicologia dal punto di vista empirico, vol. I,II,III*. Ed. Laterza, Roma-Bari.
3. Stein, E. (1917). *L'empatia*. A cura di M. Nicoletti. Milano: Franco Angeli, 1986.
4. Wertheimer, M. (1923). Untersuchungen zur Lehre von der Gestalt. II. *Psychological Research*, 4(1), 301-350.
5. Husserl, E. (1931). *Meditazioni cartesiane e discorsi parigini*, trad. it. F. Costa, Bompiani, Milano.
6. Husserl, E. (1950). *Idee per una fenomenologia pura e una filosofia fenomenologica*. G. Einaudi.
7. Darwin, C. (1872). *The expression of the emotions in man and animals*. University of Chicago Press.
8. Kierkegaard, S. (1843). *Aut aut*, in *Opere* (trad. it.), Sansoni, Milano.
9. Buber, M. (1958). I and thou (RG Smith, Trans.). *New York: Scribner*, 11.
10. Heidegger, M. (1927). *Essere e tempo*. Longanesi, Milano, 1976.
11. Lewin, K. (1936). *Principles of topological psychology*. New York: McGraw-Hill.
12. Nietzsche, F. (1873). La nascita della tragedia. In *Opere* (trad. it.), Adelphi, Milano 3(1).
13. Polster, E., Polster, M. (1986). *Terapia della Gestalt integrata: profili di teoria e pratica*. M. S. Lobb (Ed.). Giuffrè.
14. Smuts, J.C. (1926). *Holism and Evolution*. New York: Viking Press.
15. Friedlaender, S. (1918) *Schöpferische Indifferenz*. G. Müller, München.
16. Perls, F., Hefferline, R. F. & Goodman, P. (1951). *Gestalt therapy*. New York.
17. Perls, F. S. (1980). *La Terapia Gestaltica: Parola Per Parola*. Astrolabio.
18. Maturana, H. R., Varela, F. J. (1985). *Autopoiesi e cognizione: la realizzazione del vivente*. Marsilio editori.
19. Sartre, J. P. (1948). Existentialism and Humanism. *Philosophy: Key Texts*, 115.
20. Gödel, K. (1931). Über formal unentscheidbare Sätze der Principia Mathematica und verwandter Systeme. *Monatshefte für mathematik und physik*, 38(1), 173-198.
21. Winnicott, D. W. (1965). *Sviluppo affettivo e ambiente* (trad. it.). Armando editore, Roma.
22. Cantor, G. (1992). La formazione della teoria degli insiemi. Saggi, a cura di G. Rigamonti, Sansoni, Firenze.
23. Colli, G. (1955). *Aristotele*. Organon. G. Einaudi.
24. Hegel, G. W. F. (1807). *La fenomenologia dello spirito* (trad. it.), a cura di G. Garelli, Einaudi, Torino.
25. Selvini Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G., & Prata, G. (1975). *Paradosso e controparadosso*. Feltrinelli, Milano.
26. Watzlawick, P., Beavin, J. H. & Jackson, D. D. (1971). *Pragmatica della comunicazione umana*. Astrolabio, Roma.

27. Goldstein, K. (1934). *The organism*, Zone Books, New York.
28. Lorenz, K. (1978). *L'etologia* (trad. it.), Bollati Boringhieri, Torino.
29. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
30. Sperry, R. (1969). Organizzazione cerebrale e comportamento. In V. Somenzi (a cura di), *La fisica della mente*, Bollati Boringhieri, Torino, pp. 232-250.
31. Besançon, M., Zenasni, F., & Lubart, T. (2010). Le haut potentiel créatif. *Enfance*, 1, 77-84.
32. Jaynes, J. (1976). *Il crollo della mente bicamerale e l'origine della coscienza* (trad. it.), Adelphi, Milano.
33. LeDoux, J. (1996) *The Emotional Brain. The Mysterious Underpinnings of Emotional Life*. New York, Simon & Schuster.
34. Reich, W. (1933). On Character Analysis. *The Psychoanalytic Review* (1913-1957), 20, 89.
35. Quattrini, G. P. (2013). *Per una psicoterapia fenomenologico-esistenziale*. Giunti Editore.
36. Kohut, H. (1959). Introspection, empathy, and psychoanalysis an examination of the relationship between mode of observation and theory. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 7(3), 459-483.
37. Leibniz, G. W. (1703). *Nuovi saggi sull'intelletto umano* (1800), Laterza, Bari.
38. Lenzi, L. (2005). *Neurofisiologia e teorie della mente*, 3. Vita e Pensiero.
39. Wittgenstein, L. (1967). *Lezioni e conversazioni sull'etica, l'estetica la psicologia e la credenza religiosa*, Adelphi, Bologna.
40. Kant, I. (1790). *Critica del Giudizio* (trad. it.), Bompiani, Milano, 2004.
41. Giorgi, A. (1985). Sketch of a psychological phenomenological method. *Phenomenology and psychological research*, 1, 23-85.
42. Castro, A. D. (2003). Introduction to Giorgi's existential phenomenological research method. *Psicología desde el Caribe*, 11.
43. Rovatti, P. A. (2007). Abitare la distanza. *Per una pratica della filosofia*. Raffaello Cortina.

APPENDICE

Tab. 1. Area della teoria e area della pratica

AREA DELLA TEORIA	AREA DELLA PRATICA
L'intenzionalità [2]	La percezione è intenzionale: non c'è emozione senza oggetto dell'emozione
La sospensione del giudizio [6]	Il sentire viene prima di pensare
Il campo [11]	Tutto sta dentro lo stesso campo energetico
L'incompletezza [20]	I ragionamenti sono necessariamente appoggiati su postulati
Lo spazio transizionale [21]	Lo spazio dell'esprimere, non dell'agire
Il circolo ermeneutico [10]	La conoscenza intersoggettiva è dinamica
Essere nel tempo [10]	Il contesto: qui e ora, o lì e allora
Io e tu [9]	Conflitto e contatto: sintomo, compromesso, sintesi
Il valore etico [8]	Il valore etico si ricerca perché si vuole, non perché è migliore oggettivamente
Vuoto fertile e indifferenza creativa [15]	Nella mente vuota compaiono fenomeni: le scelte non sono giuste o sbagliate, ma hanno conseguenze
L'autoregolazione organismica [16]	L'organismo è in grado di decidere anche senza il controllo dell'io
L'olismo [14]	L'insieme è più della somma delle parti
La responsabilità [19]	Ognuno è responsabile di quello che fa con cosa gli succede
<u>L'organizzazione dei dati percepiti:</u> [4]	le regole principali di organizzazione dei dati percepiti sono: <u>figura-sfondo</u> (le parti si possono leggere sia come primo piano che come sfondo); <u>somiglianza</u> (tendenza a raggruppare gli elementi simili); <u>prossimità</u> (gli elementi sono raggruppati in funzione delle distanze); <u>destino comune</u> (se gli elementi sono in movimento, vengono raggruppati quelli con uno spostamento coerente); <u>buona continuità</u> (tutti gli elementi sono percepiti come appartenenti ad un insieme coerente e continuo); <u>buona forma</u> (la struttura percepita è sempre la più semplice).

DOMANDE CHE IL TERAPEUTA STESSO È TENUTO A FARSI DURANTE IL LAVORO, CHE TROVERANNO POI RISPOSTE PIÙ APPROFONDITE NELLA SUPERVISIONE.

Tab. 2. Domande di verifica del modello

Nel dialogo con il paziente, la base del conoscere è per te il sentire o viene prima il pensare?
Trovi che il tuo percepire accade meccanicamente, o c'è un'intenzione che lo muove?
Se immagini di avere sempre delle intenzioni, la tua esistenza in che modo se ne avvantaggia?
Che differenza sperimenti fra osservare una persona dalla tua posizione o metterti nei suoi panni?
Ti è più facile affrontare i problemi del paziente ritenendo che non ti riguardano, o avendo la sensazione che sono anche tuoi?
Nell'indirizzare il lavoro, preferisci che il tuo organismo operi regolandosi naturalmente con i propri bisogni, o vuoi decidere tu cosa è più importante fare col paziente?
Ritieni che il paziente sia responsabile di ciò che sente o di ciò che ne fa?
Trovi soddisfazione nell'espressione verbale delle emozioni o solo nell'agito?
Trovi più importante guardare all'essere, che appare assoluto e infinito, o guardare al fare, che si mostra contingente e finito?
Pensi che il paziente è responsabile dell'amministrazione della sua vita o che questa dipende dal destino che gli è toccato?
Se non è semplicemente quello che ti piace, allora cosa è buono per te che il paziente faccia?
Preferisci conoscere oggettivamente il paziente o convenire con lui su cosa è la verità?
Preferisci far trionfare il tuo punto di vista o inventare un modo di collaborare con il paziente a una visione esistenziale comune?

TEMI IMPORTANTI CHE EMERGONO DALLE DOMANDE DI VERIFICA

Tab. 3. Temi emergenti nella pratica gestaltica

L'intenzionalità, come ciò che muove ogni nostro percepire e ogni nostro atto.
L'esistenza, come flusso e occasione di cambiamento.
Il valore del fare esperienza.
Il dialogo, come verità esperienziale e relazionale.
La fenomenologia, come metodo per leggere l'esperienza.
L'empatia, come via maestra dell'etica.
La creatività e la co-costruzione.
Sentire, pensare, agire: un percorso responsabile.