

"PREMIO LEONARDO PALMIERI 2017"

PROGETTO DI SUPERVISIONE PSICOLOGICA

RELAZIONE CONCLUSIVA

INTRODUZIONE

Affianco al lavoro "Musica come Linguaggio emotivo e Dialogo empatico" dei musicoterapeuti Serena Fabris, Samuele Rossin e Nicolò Zanolla, svolto dal mese di settembre a quello di dicembre 2017 presso l'UOC CERRIS-RSA per disabili di Marzana, io e la Dottoressa Fasoli Elena abbiamo portato a termine un percorso di tutoraggio e supervisione dei borsisti.

Ciò è stato pensato per favorire una migliore gestione del progetto e dei vissuti degli stessi borsisti, sia sul lato tecnico/pratico musicoterapico (seguito dalla Dottoressa Fasoli), sia sul lato psicologico/emotivo (seguito da me).

Dopo gli incontri iniziali di presentazione e programmazione con la struttura svolti nel mese di agosto 2017, sono stati effettuati quattro incontri che potessero accompagnare i borsisti nel loro percorso che sono stati fissati nelle date 28/09/2017, 04/11/2017, 02/12/2017 e 08/02/2018.

In particolare la mia figura mirava ad indagare i vissuti psicologici in presenza di situazioni di particolari criticità come quelle della disabilità grave e dell'abuso infantile. Ogni musicoterapeuta aveva in carico tre utenti con diverse tipologie di disabilità medio-grave e un minore con un passato di abuso fisico o sessuale, maltrattamento e/o trascuratezza familiare.

Lavorare sulle percezioni e creare uno spazio dove i musicoterapeuti potessero liberare tutte le loro sensazioni ed emozioni in totale libertà si è pensato come fondamentale per migliorare il loro agire con gli utenti ma anche come compattezza del gruppo e miglioramento del progetto finale in sé.

L'ipotesi iniziale appunto è stata quella di proporre un progetto di supervisione psicologica nella visione di un operatore esterno (il musicoterapeuta) che funge da cassa di risonanza delle emozioni di un soggetto che può avere maggiori difficoltà nell'espressione: la disabilità -o particolari esperienze negative vissute quali l'abuso, ecc- è di per sé una condizione che porta il soggetto "grave" ad avere una visione distorta del suo essere, della sua identità personale e del mondo che gli sta intorno, con un senso di solitudine, incomprendimento ed inadeguatezza che condiziona anche la qualità di vita (Nota et al., 2002). Questi vissuti spesso però sono

mascherati dalla loro apparente incapacità di manifestare le emozioni e gli affetti, causata dalla loro menomazione o mancanza cognitiva: solo chi condivide assieme un'esperienza attiva o la quotidianità della giornata può recepire il vero messaggio emotivo.

Come già detto nella mia scorsa ricerca sul dolore (2017), è qui che la presenza di ambienti ed esperienze nuove fanno entrare in gioco l'utilizzo della musicoterapia in stanza Snoezelen (vissuta come musica che lavora in profondità in un senso vibrazionale e di regressione della persona), considerata come cura palliativa e pre-terapia abbinata alla cura farmacologica e psicoterapeutica.

Ecco nuovamente il motivo di indagare cosa vivono i musicoterapeuti e il perché di queste sensazioni, assieme alla gestione del transfert.

Una definizione interessante di "supervisione" è stata data da Anderson e McLaughlin nel 1963 e diceva che essa è "essenzialmente un'esperienza di apprendimento nella quale una persona divide con un collega i frutti della propria esperienza clinica e dove si attua una classificazione del proprio modo di vedere e della propria tecnica". Grinberg (1989) sulla supervisione precisa: "il punto principale è che "l'allievo" impari ad ascoltare il paziente, a mantenere la capacità di osservare ciò che accade nella seduta, a comprendere, a trarre conclusioni e a formulare interpretazioni avvalendosi delle proprie risorse personali".

In questo particolare setting si viene a creare un contesto di apprendimento in cui il supervisionato viene incoraggiato ad accrescere le proprie potenzialità e a esprimere i propri vissuti che si creano nella seduta, sviluppando quindi assieme al supervisore efficaci strategie di lavoro.

Un altro interessante aspetto che spesso emerge in contesti con caratteristiche simili a quello musicoterapico è il concetto di Transfert (Freud, 1909): il Transfert è un meccanismo mentale inconscio per il quale l'individuo tende a spostare sul terapeuta i propri vissuti e conflitti intra-soggettivi, in quanto vista la prossimità di questa relazione interpersonale, il soggetto tende a rivivere esperienze e relazioni dell'infanzia sempre però al di fuori della coscienza. Sentimenti, emozioni e pensieri vengono quindi "proiettati" sull'altro e possono assumere una valenza positiva, con connotazioni di stima e affetto per il partner della relazione (transfert positivo), oppure avere una valenza negativa (transfert negativo) quando le emozioni che vengono messe in gioco dal transfert sono per lo più di competitività, invidia, gelosia, aggressività. Si pensa che la seduta musicoterapica, soprattutto in stanza Snoezelen, attivi questo particolare meccanismo in quanto la musica di per sé smuove sentimenti originali anche in persone con difficoltà cognitive o espressive e l'attivazione del linguaggio vicario dei sensi dato dalla Snoezelen sia di supporto a ciò (Fanchiotti, 2016).

Ora verranno presentati i vissuti in modo approfondito esaminando ogni singolo incontro. Per richiesta dei borsisti e nel rispetto della loro privacy, non verrà specificato il nome.

RACCOLTA DEGLI INCONTRI

PRIMO INCONTRO – 28/09/2017

Ad un paio di settimane dall'inizio dei lavori, in generale i tre musicoterapeuti riportano una sensazione di "solievo" per aver cominciato il progetto, ma singolarmente i vissuti riportati sono alquanto diversi.

X. inizialmente è spaventato dall'iniziare degli incontri, vive ansia anticipatoria che in realtà migliora proprio con la partecipazione attiva e il mettersi in gioco nelle varie situazioni. Vive una sorta di rancore che riassume con un "Non trovo un senso" rispetto alla condizione svantaggiata di queste persone.

Y. è particolarmente demotivato con vissuti di insoddisfazione: rabbia per la natura umana così labile, per la disabilità grave e per il contesto- che inizialmente viveva come poco familiare- per degli esseri umani con esigenze così particolari. Inoltre inizialmente la difficoltà del creare una relazione con la minore da lui seguita rende il tutto ancora più impegnativo.

Z. si pone quesiti interiori sulla normalità, sul perché esistono condizioni come quelle "subite" dagli utenti seguiti e chiede se è corretto trattarli come "normali" o se serve qualche accorgimento particolare. Inoltre si è reso conto di come alcuni degli obiettivi posti in partenza dal loro progetto siano già palesemente irraggiungibili.

SECONDO INCONTRO – 04/11/2017

All'incirca a metà del percorso, i borsisti appaiono particolarmente tesi: la mimica corporea (postura, onicofagia, rossore) del trio è molto rigida e chiusa e mostra tensione.

Essi vivono in generale difficoltà di collaborazione con alcuni operatori dei nuclei di riferimento della struttura, cosa che crea malumore e cambiamenti del loro programma della seduta con conseguente rallentamento nel lavoro previsto. In generale si pongono domande esistenziali sul quando sarebbe arrivata la soddisfazione, riferendosi agli obiettivi iniziali: è stato consigliato loro di cominciare ad apprezzare gli obiettivi "micro", i quali anche se a loro apparivano minuscoli, probabilmente per gli ospiti erano molto grandi ed importanti.

X. è frustrato e molto in dubbio su come proseguire il suo percorso perché si vede bloccato negli obiettivi di partenza. Il lavoro con il minore è altalenante: data la sua iperattività, alcune volte è positivo, altre invece no. Il contenimento viene però effettuato con il suono calmante della chitarra, in tempi molto brevi (ciò denota una buona capacità del borsista di recuperare il soggetto).

Y. rispetto agli ospiti con disabilità vive diverse emozioni: con uno prova una sorta di paura della reazione (avendo cambiato la routine del soggetto, egli rispondeva in modo imprevedibile alle sedute di musicoterapia), mentre con l'altro è in dubbio su come gestire gli "scherzi pesanti" e le battute anche personali che gli venivano fatte -vissute quasi come delle invasioni della propria sfera "intima"-. È invece molto soddisfatto del rapporto creato con il minore seguito, il quale inizialmente scontroso, si è rivelato molto partecipativo se agganciato con i giusti modi e temi.

Z. rispetto alla disabilità, riporta di essere soddisfatto per alcuni punti, anche se aveva dovuto reinventare delle cose in itinere, ma anche frustrato per la difficoltà di portare avanti un lavoro così pieno di emotività, difficoltà, sfide. Anche con il minore, che solitamente è molto positivo ed appassionato, vi sono delle saltuarie difficoltà: spesso il soggetto testa il limite, le regole e la resistenza psicologica del musicoterapeuta (che in questi casi fungeva da contenitore).

TERZO INCONTRO – 02/12/2017

Con il giungere della fine del progetto, i musicoterapeuti risultano soprattutto stanchi, per diversi motivi.

X. per le "tempistiche" e i cambi di programma dati dall'uso delle stanze e i suoi impegni personali che collimavano con il progetto al CERRIS.

Y. manifesta problemi concreti organizzativi (anche sull'arrivo dell'ospite alle sedute). Egli però è sopraffatto anche dalla gioia del voler condividere il suo rapporto positivo consolidato con il minore a suo carico, e ora la preoccupazione volge già verso la fine del progetto, sul "come concludere" in modo positivo.

Z., come Y., era insoddisfatto dalle difficoltà di comunicazione e per gli atteggiamenti di alcuni operatori dei nuclei della struttura, che limitavano per motivi tecnici del tempo a disposizione in seduta. Era invece molto soddisfatto della relazione che andava anche qui crescendo e rafforzandosi con i propri utenti.

QUARTO INCONTRO – 08/02/2018

Nell'ultimo incontro, oltre alla gestione dei vissuti e delle emozioni, sono state tirate le fila del progetto, le criticità, i pro e contro e anche il punto di vista dei musicoterapeuti riguardo all'inserimento delle figure esterne di supervisione e tutoraggio.

In generale l'esperienza è stata considerata positiva da tutti i borsisti, anche alla luce delle difficoltà vissute sia in senso pratico-organizzativo, sia a livello personale ed interiore. Il progetto è un percorso veloce, che deve essere portato al sodo in un tempo breve, con quindi i pro e i contro di ciò.

Inoltre l'uso del protocollo IMTAP è molto diverso quando viene applicato sul reale dalle lezioni in classe: conviene forse pensare ad un corso mirato approfondito pre-borsa? Al fine di far abbassare l'ansia che una minore conoscenza può far scaturire? Quest'anno però la presenza della Dott.ssa Fasoli è risultata particolarmente utile per questa parte del progetto, la quale ha potuto supportare i musicoterapeuti nella stesura e analisi del protocollo.

Per quanto riguarda i vissuti del fine percorso, X. ricorda le difficoltà iniziali (anche di programmazione) ma sottolinea l'importanza del carico emozionale che resta, gestito comunque con un po' di lavoro personale. Alla domanda se lo rifarebbe riporta che per via di voglia e passione sarebbe pronto a ricominciare anche subito, ma valutando anche la mole di lavoro, di programmazione (incastri tra propri impegni e impegni del soggetto/disponibilità della struttura) e di tempo che va impiegato in una borsa di studio così impegnativa, avrebbe dei dubbi. La ritiene però un'esperienza utile anche ai fini di un possibile lavoro futuro.

Per quanto riguarda l'ambito disabilità afferma che è quello che entra di più e lascia di più a livello personale, ma è anche quello che fa davvero faticare all'inizio.

Il minore seguito porta grandi emozioni in ogni senso, risvegliando anche l'infante che c'è in ognuno di noi: "Come farò adesso a non vederlo più così spesso?".

Y. considera il percorso molto positivo nel complesso ed è convinto che se potesse essere un lavoro a tempo pieno lo farebbe. Questo denota una netta salita dal primo incontro ed egli la spiega soprattutto con il legame emotivo che si crea con gli utenti (ciò che "danno" in senso personale ripaga ogni fatica e stanchezza che può intercorrere).

Con il minore il rapporto sicuramente è stato molto intenso, vista anche la difficoltà iniziale; mentre con l'ambito disabilità, l'approccio (già di per sé diverso) è stato un po' penalizzato anche dalle difficoltà fisiche degli utenti seguiti, sia quelle già presenti (paralisi, malattie degenerative) che proprio la stessa salute del periodo (malanni di stagione) che hanno condizionato le sedute. Il rapporto però è stato molto intenso: "Siamo passati dal darmi calci per non fare la seduta al mandar via la madre in malo modo per restare il più possibile con me".

Ragiona inoltre molto su di sé e condivide il pensiero che vi è una personale difficoltà nel relazionarsi con persone a cui manca la possibilità di dialogare e anche una difficoltà nel gestire i propri vissuti riguardo alla qualità di vita degli utenti residenti in una struttura (modalità di interazione, gestione, routinizzazione), che nonostante razionalmente sia ovvia una tale gestione viste le particolari esigenze dei soggetti, emotivamente è molto d'impatto e crea rancore per la natura delle cose.

Z. vive l'esperienza come estremamente positiva, il legame emotivo creato con gli utenti è fortissimo e anche piuttosto inaspettato visto l'iniziale trambusto.

Riguardo la disabilità, Z. fa un grande lavoro introspettivo e pone davanti il suo senso di impotenza per la gestione: "Cosa posso fare io se qualcosa va storto? Nessuno ci ha insegnato a farlo". La pesantezza cognitiva è davvero grande, in quanto egli si sentiva responsabile di ogni cosa in quell'ora di seduta, ma viene totalmente compensata dal bagaglio emotivo positivo che soprattutto con alcuni ospiti con disabilità ha letteralmente "spezzato il cuore": "Sei di corsa, arrivi al CERRIS affannato, ma quando parcheggi ti si spegne tutto dentro e senti che ci sei solo per loro, per gli utenti".

Porta poi il senso di colpa dell' "ultimo giorno", dove tra le mille emozioni e lacrime sia proprie che degli utenti, sorge la paura di ferirli nel lasciarli e terminare il percorso.

Egli sostiene, come X., che per la voglia e la passione, sarebbe un lavoro che farebbe ogni giorno, ma per la fatica e l'incastro degli impegni sarebbe importate alleggerirlo per poterlo davvero effettuare.

Nonostante alcune difficoltà con l'organizzazione della struttura, importante è stata la relazione e il modello di alcuni operatori dei laboratori, con i referenti e con lo psicologo psicoterapeuta, che con la loro forza e dedizione per l'altro sono stati un grosso punto di riferimento e hanno motivato ancora di più i musicoterapeuti.

CONSIDERAZIONI FINALI

Guardando l'andamento generale degli incontri, si può chiaramente notare un'altalena di emozioni alquanto diverse ma abbastanza uniformi nei tre borsisti:

- ✓ Il primo incontro denota sollievo per l'iniziata attività ma rabbia per la condizione umana e per gli eventi che possono accadervi
- ✓ Il secondo incontro ha come nota di base la frustrazione e la tensione per le difficoltà che si incontrano sul percorso, per l'instaurarsi o meno delle relazioni con gli utenti

seguiti e per il confronto con gli obiettivi di partenza rispetto al lavoro realmente eseguito fino a quel punto

- ✓ Al terzo incontro vi è la stanchezza: le criticità intercorse vanno a pesare sul lavoro che già di per sé è molto impegnativo
- ✓ L'ultimo incontro risulta essere un bellissimo miscuglio di vissuti: il bagaglio emozionale è grande, pieno di gioia e soddisfazione ma anche di tristezza e senso di colpa per paura di "abbandonare" gli utenti seguiti (degnò di nota il dono fatto dai borsisti per ogni singolo utente che ha così potuto fungere da oggetto transizionale per vivere meno malamente la chiusura del percorso assieme)

Importante è la condivisione comune sul progetto: nonostante la pesantezza cognitiva e la responsabilità che si vive sulle proprie spalle, c'è davvero del "Bello" in tutto questo e negli utenti, e ciò che loro fanno vale di più di ogni parola o oggetto.

Inoltre la potenza della musicoterapia, dove davvero a fine seduta si vede il benessere nell'altro, gli fa porre il quesito se non sarebbe ottimale per gli ospiti una professionalità del genere fissa in struttura, per poterne beneficiare anche al bisogno. Dai loro ragionamenti e resoconti si denota una serie di accortezze e sensibilità nuove, maturate dalla partecipazione al progetto e si può intuire quindi l'importanza del lavoro di introspezione che ognuno di loro ha svolto grazie agli incontri.

Con essi si è lavorato per gestire al meglio ogni singolo dubbio o vissuto, in particolare sulla creazione del rapporto con gli utenti e anche sulla "rabbia" verso la natura delle cose, che fino a quando non si vive sulla propria pelle non si considera così devastante. Si è cercato di far notare anche gli avanzamenti positivi del progetto, nonostante la ri-taratura degli obiettivi con altri più arrivabili e in questo modo si è compiuta anche una ristrutturazione cognitiva sulla visione delle "piccole cose": ogni risultato ottenuto, anche se per loro esperti era microscopico, per una persona con diverse, e a volte profonde difficoltà, sono degli enormi scogli superati. Ciò ha fatto sì che i borsisti riacquisissero fiducia nel lavoro svolto e aumentassero l'autostima e l'autoefficacia personale.

La novità dell'inserimento in coordinato di due figure di supporto, anche se di fatto è stato un cambiamento nuovo anche per i borsisti, sembra aver dato spunti positivi per il percorso, sia sul lato tecnico-musicoterapico con la dottoressa Fasoli, sia sul lato psicologico.

Su questo versante appunto i borsisti stessi riportano la positività di aver occasioni per "tirare fuori" questioni che forse sarebbero potute scivolare via o che magari sarebbero andate perse in chiacchiere con esterni: la possibilità di poter condividere in gruppo con persone competenti in materia il proprio pensato e vissuto, sapendo di poter ottenere dei riscontri con sicurezza, è stato di per sé rassicurante: "Cose che a noi magari sembrano giganti in realtà possono essere risolte nel modo corretto abbastanza facilmente".

Sottolineano l'importanza dell' "essere preparati prima" a ciò che li aspetta realmente e del supporto del nucleo di riferimento: capire bene la particolare condizione a cui si va incontro con i determinati ospiti (sia con incontri mirati con gli educatori referenti, sia con la compilazione preventiva dei moduli informativi relativi al singolo utente) per essere pronti mentalmente ad affrontare particolari condizioni anche di rischio, oltre che per avere un comportamento ancora più adeguato nel rispetto dell'utente (oltre che per tarare bene gli obiettivi generali e specifici del progetto in sé).

Sicuramente però una nota negativa dell'aggiunta di questa supervisione è nuovamente sul piano organizzativo: la pianificazione temporale degli incontri che si accavallano con le sedute al CERRIS e con gli impegni lavorativi e personali di ognuno è molto complicata e andrebbe stabilita a priori.

Dottoressa Giorgia Fasoli

Psicologa