



il Bilanciere

Associazione Nazionale
Consulenti della persona,
della coppia e della famiglia

Numero 41
Settembre 2026



Notiziario

de

“Il Bilanciere”



il Bilanciere

Associazione Nazionale
Consulenti della persona,
della coppia e della famiglia



il Bilanciere

Associazione Nazionale
Consulenti della persona,
della coppia e della famiglia

Numero 41
Settembre 2026

Carissimi Soci,

eccoci a riprendere con il nostro Notiziario dopo la pausa estiva che ci auguriamo sia stata rigenerante per tutti voi!

Come sempre iniziamo questo nuovo numero con le informazioni associative e i lavori del Consiglio Direttivo.

Nella riunione del 10 settembre u.s.:

- ✓ è stato approvato l'ingresso della Socia in Formazione Scida Patrizia Anisetta Mafalda di San Giuliano Terme (PI) alla quale diamo il nostro benvenuto;
- ✓ è stata fissata la data per la **7^a Assemblea dei Soci e la XII Giornata Formativa** in presenza che si svolgeranno **Sabato 22 maggio 2027** (sede da definire);
- ✓ Come già comunicato, abbiamo ripristinato la funzionalità del Sito che era stato hackerato da un sito di scommesse ed abbiamo verificato che non c'è stata violazione dei dati personali e nessun dato è stato sottratto;
- ✓ **Venerdì 13 novembre p.v. dalle ore 15 alle ore 19** si svolgerà l'**XI Giornata Formativa online dal titolo "L'Associazione il Bilanciere incontra il CoLAP. A 13 anni dalla Legge 4/2013: Tutele, opportunità e prospettive future"**. Il relatore sarà il Dott. Nicola Testa, Presidente del CoLAP. Seguirà Locandina e maggiori dettagli per la partecipazione. Ricordiamo che **questa Giornata è gratuita per i Soci** in regola con la quota associativa!

Prendete nota degli appuntamenti sociali che sono obbligatori per continuare a far parte dell'Associazione!

Augurandovi buona lettura aspettiamo il Vostro prezioso contributo al Notiziario, con esperienze, condivisioni e buone prassi!

*La Presidente
Alessandra Testani*



La supervisione:

quando anche chi aiuta ha bisogno di uno spazio per pensare.

L'invito a parlare di questo tema, in relazione all'esperienza alle spalle non solo come professionista, ma anche nel settore pubblico in ambito formativo e clinico, mi fa venire in mente un operatore che esce dalla seduta e continua a pensare.

I pensieri che lo impegnano sono:

- *Ho detto la cosa giusta?*
- *Perché questo utente/paziente mi irrita?*
- *Perché sento di non riuscire ad aiutarlo?*
- *Perché, nonostante il lavoro fatto, siamo bloccati?*
- *Sto vedendo davvero ciò che sta accadendo oppure sto guardando il caso attraverso le mie convinzioni?*

Si potrebbe pensare che l'avere tanti dubbi non faccia parte del ruolo terapeutico, ma il problema non è avere dubbi, ma essere costretti a rimanere soli con i propri dubbi.

La supervisione, nasce proprio in questo spazio. Ma cos'è realmente la supervisione?

Inizialmente è più semplice dire che non è un esame, un controllo, una verifica delle capacità o un luogo in cui qualcuno dice all'operatore, cosa avrebbe dovuto fare. Ma piuttosto è: un processo di osservazione, riflessione e riorganizzazione del pensiero clinico e professionale.

Il supervisore non dovrebbe semplicemente fornire soluzioni, ma aiutare l'operatore a:

- *vedere ciò che non sta vedendo;*
- *riconoscere le proprie reazioni;*
- *distinguere i fatti dalle interpretazioni;*
- *formulare nuove ipotesi;*
- *recuperare possibilità di intervento.*

In pratica, la supervisione non aggiunge necessariamente una risposta. Spesso restituisce la possibilità di formulare una domanda migliore.

Quando portiamo il caso in supervisione con la sua storia e i suoi problemi. Portiamo anche:

L'Operatore con le sue emozioni, aspettative, convinzioni e vulnerabilità.

E portiamo: la relazione con ciò che accade tra quelle due persone. Lo schema che generalmente emerge, lo si potrebbe rappresentare, così:

UTENTE



OPERATORE ← → RELAZIONE



SUPERVISIONE

La supervisione diventa allora una sorta di terzo punto di osservazione. Non osserva soltanto l'utente, ma osserva:

“Che cosa sta accadendo a questa persona, a questo operatore e nello spazio che si è creato tra loro?”

Diventa uno spazio che ci coinvolge personalmente. A volte un utente ci piace particolarmente.

Altre volte ci irrita, ci sentiamo impotenti. Ci viene voglia di “salvarlo”.

Oppure ci sentiamo messi continuamente alla prova. Sono tutti elementi importanti.

Il punto non è diventare operatori privi di emozioni.

Al contrario:

Le nostre emozioni possono essere strumenti preziosi di conoscenza, purché vengano pensate prima di diventare azioni.

La supervisione permette di trasformare:

“Questo utente mi fa sentire...”

in:

“Che cosa sta accadendo nella relazione e che cosa posso comprendere attraverso ciò che sento?”



A questo punto, potremmo chiederci: Quand'è particolarmente necessaria la supervisione?

Ad esempio quando:

- *il caso sembra non progredire;*
- *l'operatore continua a utilizzare le stesse strategie senza risultati;*
- *emergono emozioni molto intense;*
- *si prova un forte senso di impotenza;*
- *si ha la sensazione di essere “risucchiati” dal problema;*
- *l'utente idealizza o svaluta fortemente l'operatore;*

- *si avverte il desiderio di interrompere, salvare, convincere o “aggiustare” rapidamente la situazione;*
- *l’operatore comincia a pensare al caso continuamente anche fuori dal lavoro.*

Talvolta siamo portati a non richiedere la supervisione quando siamo in difficoltà perché pensiamo che la difficoltà dimostri un limite.

In realtà, la capacità di chiedere supervisione può rappresentare proprio un indice di maturità professionale.

In quanto la supervisione non fa crescere soltanto la capacità di affrontare quel particolare caso, ma nel tempo modifica il modo in cui l’operatore pensa.

Si sviluppano:

- *maggiore capacità di osservazione;*
- *tolleranza dell'incertezza;*
- *flessibilità;*
- *capacità di formulare ipotesi;*
- *consapevolezza dei propri automatismi;*
- *maggiore sicurezza.*

Paradossalmente, quindi:

Il buon supervisore non crea dipendenza ma aiuta l’operatore a diventare progressivamente più autonomo nel pensare. Per cui la supervisione diventa uno strumento di prevenzione della “solitudine professionale”.

Questo tema potrebbe essere molto attuale e vicino all’esperienza di molti operatori/professionisti, soprattutto nel lavoro privato, in cui generalmente si lavora da soli.

Quotidianamente ci si deve confrontare con:

dolore; conflitti; traumi; separazioni; violenza; fallimenti; malattie; lutti.

E poi, solo alla fine della giornata, si torna alla propria vita.

La supervisione può allora diventare spazio per depositare, elaborare e restituire ordine a ciò che il lavoro con gli altri muove dentro di noi. Non solo protezione dal burnout, ma qualcosa di più.

Convinti che la supervisione protegge la capacità di continuare a pensare, quando il lavoro emotivamente complesso rischia di farci soltanto reagire.

Concludendo, si potrebbe pensare che con il passare degli anni, l’esperienza renda meno necessario confrontarsi. Forse accade il contrario. Più aumenta la complessità dei casi e più diventa importante non confondere l’esperienza con la certezza.

La supervisione ci ricorda che, anche quando abbiamo studiato molto e lavorato per molti anni, possiamo sempre non vedere qualcosa.

E forse è proprio questa disponibilità a continuare a guardare, insieme a qualcun altro, ciò che rende possibile continuare a crescere come operatori e a trasformare il dubbio in pensiero, il pensiero in nuove ipotesi e le ipotesi in nuove possibilità d’intervento.

Per questo, dopo molti anni di lavoro, considero la supervisione, non il rimedio all’inesperienza, ma una forma di igiene del pensiero professionale.



Dott. Andrea Ruiiu

Psicologo clinico – Psicoterapeuta cognitivo - comportamentale



il Bilanciere

Associazione Nazionale
Consulenti della persona,
della coppia e della famiglia

Numero 41
Settembre 2026



Associazione Nazionale *Il Bilanciere*
Disciplinata dalla Legge n. 4 del 14 gennaio 2013 –
Iscritta presso il Ministero delle Imprese e del Made in Italy

Viale Europa, 38 – 03100 Frosinone Tel. +39 351 9358867

www.ilbilanciere.it

