

Supervisione e Shiatsu

Il valore della supervisione

La ESF riconosce la supervisione come un elemento essenziale per chiunque operi nei settori della medicina, della salute e del benessere. Il suo obiettivo è supportare professionisti, insegnanti e studenti nella comprensione delle criticità che possono emergere nella relazione con clienti e studenti.

In questo senso, la supervisione svolge una duplice funzione:

- Protezione: tutela clienti e studenti, riducendo il rischio di gravi errori.
- Crescita: offre uno spazio di riflessione su pensieri, emozioni, comportamenti e sull'approccio professionale globale.

In sintesi, la supervisione eleva la qualità del nostro lavoro, garantendo una rete di sicurezza per tutte le parti coinvolte. È per questo che si integra perfettamente con il nostro impegno verso lo Sviluppo Professionale Continuo.

La Supervisione nello Shiatsu

La natura olistica del contatto nello Shiatsu attiva l'intero sistema umano — corpo, mente, emozioni e spirito — dando vita a relazioni profonde su più livelli. È quindi fondamentale essere consapevoli di questi diversi livelli di interazione, riflettere sul proprio ruolo e saper gestire le reazioni che emergono nei clienti, negli studenti e in noi stessi.

L'obiettivo della supervisione è comprendere il "proprio contributo" alla dinamica: analizzare come i propri presupposti, comportamenti, risposte emotive e ruolo professionale influenzino la situazione. Questa presa di coscienza permette di far emergere soluzioni altrimenti invisibili. Da una prospettiva sistemica, infatti, le criticità non derivano unicamente dal cliente o dallo studente, ma anche dal praticante stesso e dalle dinamiche relazionali in gioco.

Definizione

La supervisione è un approccio consultivo che prepara professionisti e operatori e li accompagna lungo tutto il loro percorso professionale.

Offre uno spazio strutturato per riflettere sulla pratica professionale e sulle dinamiche organizzative da un punto di vista esterno, avvalendosi cioè di una figura neutrale rispetto al sistema osservato. Nel contesto dello Shiatsu, il supervisore può essere un esperto della disciplina

oppure, quando la supervisione è rivolta all'intera organizzazione, un professionista esterno all'istituzione.

Durante una sessione, l'operatore analizza la relazione con i propri clienti insieme al supervisore, il quale può guidare il lavoro attraverso due modalità d'intervento:

- Di contenuto: aiutando il professionista a rielaborare la percezione o l'inquadramento del cliente;
- Di processo: evidenziando e chiarendo i modelli di pensiero o di comportamento con cui il professionista si relaziona al cliente.

In molti ambiti, i professionisti si rivolgono a un supervisore per analizzare il lavoro clinico/pratico, la propria crescita professionale e persino il percorso d'evoluzione personale.

L'attenzione è focalizzata sullo sviluppo emotivo, il pensiero creativo, la comprensione delle strutture organizzative e la ricerca di nuove prospettive per un'azione professionale più efficace. Un maggior benessere e un migliore equilibrio tra vita privata e lavorativa rappresentano ulteriori ed importanti benefici della supervisione.

Obiettivi della Supervisione

- Potenziare le competenze sociali e relazionali
- Promuovere e rafforzare le risorse individuali
- Definire gli obiettivi e sviluppare strategie efficaci
- Riflettere sul proprio ruolo e ampliare le competenze professionali
- Armonizzare i diversi ruoli, compiti e funzioni lavorative
- Comprendere e affrontare con successo le situazioni critiche
- Acquisire strumenti per gestire lo stress e prevenire il sovraccarico lavorativo

Origini e Metodologia

La supervisione è un servizio professionale che si fonda su una pluralità di approcci teorici e pratici, tra cui:

- Psicoanalisi
- Teoria della comunicazione
- Teoria dei sistemi
- Teoria comportamentale
- Gestalt

All'interno di questo metodo vengono integrati e armonizzati concetti analitici, dinamiche di gruppo e teorie organizzative.

Per approfondimenti:

<https://www.stateofmind.it/tag/supervisione/>

<https://counsellingresource.com/therapy/aboutcouns/supervision/>

La Supervisione in Europa: la situazione attuale

Attualmente, nella maggior parte dei Paesi europei, la professione del supervisore non è ancora regolamentata da un quadro normativo vincolante. Tuttavia, organizzazioni come l'**EASC** (*European Association for Supervision and Coaching*) www.easc-online.eu mettono a disposizione elenchi di professionisti che garantiscono un percorso di formazione qualificato.

La presenza di normative settoriali in alcuni Paesi — e la loro assenza in altri — riflette una disciplina in continua evoluzione e dal valore sempre più riconosciuto.

Un esempio tra tutti l'Austria dove, pur in assenza di un obbligo di legge, i supervisori iscritti agli elenchi ufficiali delle associazioni di riferimento (come ÖVS, EAS, ÖBVP) beneficiano di un ampio riconoscimento nel mondo del lavoro, in quanto attestanti il soddisfacimento dei criteri formativi richiesti.

Implementazione e aspetti pratici: domande frequenti

Siamo consapevoli che, al momento, non esiste un quadro normativo chiaro per questo settore. Ciò richiede un elevato senso di responsabilità nel gestire la materia ed è con questo spirito che invitiamo le Associazioni Nazionali che sono parte della ESF a condividere queste raccomandazioni con tutti i propri associati.

1. Raccomandata o obbligatoria?

La supervisione rappresenta un elemento di fondamentale importanza per docenti, professionisti e, in parte, anche per gli studenti.

Riteniamo che per gli insegnanti debba essere una componente obbligatoria del percorso formativo. Avendola già integrata nella propria preparazione, dovrebbero quindi avere familiarità con la supervisione e i relativi benefici. In questo modo saranno in grado di trasmetterne il valore agli studenti come strumento professionale, in particolare nella gestione delle criticità. Potrebbe ad esempio, essere inserita durante la revisione delle esercitazioni pratiche.

Per gli operatori lo riteniamo un percorso fortemente raccomandato, sia durante la formazione che nell'arco dell'intera vita lavorativa. Per accrescere il prestigio della professione agli occhi delle istituzioni e dell'opinione pubblica, è fondamentale stimolare i professionisti a riconoscere il valore della supervisione per la propria crescita sia personale sia professionale.

Nel caso degli studenti, può risultare molto utile prevedere la partecipazione ad alcune sessioni con un supervisore professionista, ad esempio sotto forma di esercitazione di gruppo.

2. Chi dovrebbe ricorrere alla supervisione?

Come anticipato, la supervisione è fondamentale sia per gli insegnanti che per gli operatori e, in una certa misura, per gli studenti stessi. Tuttavia, l'obiettivo principale dell'intervento di supervisione è la preparazione di chi insegna.

È particolarmente importante che gli insegnanti acquisiscano un ulteriore punto di vista attraverso la supervisione, così da diventare più consapevoli nelle relazioni professionali con clienti sia e studenti. In questo modo potranno integrare questa esperienza arricchente all'interno della loro proposta formativa. In questo modo, gli operatori alle prime armi saranno consapevoli fin dalla formazione di base che la supervisione rappresenta una risorsa di supporto sempre disponibile nei momenti di difficoltà professionale.

3. Con quale frequenza?

Oltre al percorso iniziale obbligatorio di supervisione dedicato agli insegnanti, sia questi che gli operatori dovrebbero essere incoraggiati a ricorrervi ogni volta che incontrano difficoltà nella pratica clinica con i clienti o nella gestione didattica con gli studenti.

4. Chi dovrebbe sostenere i costi?

In linea di principio, la supervisione è a carico di chi la riceve. Questo approccio riflette l'idea che ciascuno sia responsabile del proprio sviluppo personale sia come professionisti che come insegnanti. Per quanto riguarda gli studenti, il costo della supervisione potrebbe essere direttamente integrato nel percorso formativo.

5. Chi può svolgere il ruolo di supervisore?

La formazione in supervisione non è vincolata a una professione specifica. Nella pratica, sono spesso gli psicoterapeuti ad assumere questo ruolo. Allo stesso modo, anche gli operatori Shiatsu — almeno in Austria e Germania — possono completare un percorso formativo dedicato e operare come supervisori.

Ha perfettamente senso che gli operatori Shiatsu supervisionino la formazione e la pratica della propria disciplina — a condizione che abbiano acquisito gli strumenti necessari secondo le linee guida ufficiali — poiché conoscono a fondo il contesto e le dinamiche della professione. Questo principio vale anche in altri settori, dove è preferibile che il supervisore possieda competenze specifiche nel campo in cui opera.

Tuttavia, gli operatori Shiatsu non dovrebbero mai svolgere attività di supervisione verso colleghi appartenenti al medesimo istituto di formazione: anche in presenza delle competenze richieste. Verrebbe infatti a mancare il necessario distacco critico.

Distinguere la supervisione da altre modalità

In assenza di una definizione chiara, è facile utilizzare il termine Supervisione in modo improprio. Esistono infatti diverse competenze e professioni che vengono frequentemente confuse con essa; senza nulla togliere al loro valore, è fondamentale tracciarne i confini.

1. Counseling

Il counseling è un'attività svolta da professionisti specializzati (i counselors) volta a guidare, supportare e valorizzare il potenziale di persone "sane" che stanno attraversando un momento di difficoltà temporanea. Il suo scopo è sostenere le risorse interiori dell'individuo per aiutarlo a superare ostacoli legati a specifici ambiti della vita.

A differenza della psicoterapia, non si occupa di trattare disturbi psicologici, né fornisce diagnosi, cure o supporto psicologico. Si tratta, invece, di un intervento basato su competenze relazionali che utilizza la comunicazione per favorire la conoscenza di sé attraverso la consapevolezza e lo sviluppo ottimale delle risorse personali, al fine di raggiungere uno stile di vita più appagante e creativo.

Ecco una versione revisionata e migliorata del testo. Sono state corrette le ripetizioni (come la doppia menzione di "*competenze*" nel primo punto), fluidificata la sintassi e reso il tono più professionale e scorrevole.

2. Coaching

Il coaching è un percorso relazionale basato sulla scoperta e sullo sviluppo del potenziale personale. Si tratta di un processo guidato da un professionista qualificato e volto a sviluppare le capacità, le risorse e le competenze di una persona, attraverso l'individuazione delle aree di potenziale crescita e la definizione di un programma finalizzato al raggiungimento di obiettivi personali o professionali.

Il metodo mette a disposizione del cliente strumenti che gli consentono di definire e individuare i propri obiettivi, e di rafforzare la gestione delle proprie risorse e prestazioni. Pertanto, non costituisce una terapia psicologica né un sostituto di interventi clinici in caso di disturbi della personalità o patologie psichiche.

3. Mentoring

Il mentoring è una metodologia formativa basata su una relazione individuale (formale o informale) tra una persona con comprovata esperienza (*mentor*) e una con minore esperienza (*mentee, protégé*), con l'obiettivo di trasferire competenze e favorire lo sviluppo professionale. Si articola come un percorso di apprendimento guidato a medio-lungo termine. In questo contesto, il mentor condivide volontariamente le proprie conoscenze ed esperienze maturate sul campo, offrendo orientamento e supporto per accelerare la crescita personale e lavorativa del mentee.

4. Studio dei casi

Viene condotto direttamente dagli insegnanti e dai *coach* (non necessariamente da figure esterne). La sua funzione principale è affrontare e risolvere le difficoltà pratiche e i problemi tecnici che emergono all'interno di un trattamento Shiatsu stesso. Per questo motivo, questa attività è comunemente nota anche come supervisione tecnica o controllo tecnico.

5. Feedback dell'insegnante sul trattamento

In alcune scuole di Shiatsu, il feedback sul trattamento da parte dell'insegnante viene impropriamente denominato "supervisione". Gli studenti trattano il proprio insegnante, il quale fornisce successivamente un riscontro dettagliato su elementi chiave come la tecnica, la pressione e la qualità del contatto. Chiaramente, questo differisce significativamente sotto molti aspetti dalla definizione formale di supervisione.

Aggiornato a gennaio 2026