

Teoria della Pratica Centrata sulla Soluzione



*description and theory and description or theory
description or theory and theory or description
description or theory or
theory and description or theory
theory and description or
theory or description or theory
description and theory
description and theory
theory and description or
and description*

Versione 2020

Peter Sundman · Matthias Schwab · Ferdinand Wolf ·
John Wheeler · Marie-Christine Cabié · Svea van der Hoorn ·
Rytis Pakrošnis · Kirsten Dierolf · Michael Hjerth

**La conoscenza è alla fine basata
sul riconoscimento.**

Ludwig Wittgenstein, Sulla certezza, §378.

INDICE

Prefazione all'edizione italiana

Prefazione

Introduzione

I. Pratica: Essere nel contesto

II. Spiegazione: Perché essere centrati sulla soluzione?

Cambiare il significato

Fraasi significative creano una mappa concettuale del mondo

Il mondo è incerto

Sostegno per perseguire uno scopo

Il cambiamento come nuovo significato nella vita di tutti i giorni

Cambiare l'auto-percezione e la direzione

Costruire con competenza e resilienza

Verso il miglior cambiamento possibile

E un po 'di supporto professionale

Cambiare le azioni

Il cambiamento è sensato quando le conseguenze sono quelle previste
Meditato e valutato

I principali presupposti, valori e convinzioni

III. Descrizione: Cosa fa la pratica centrata sulla soluzione?

Argomenti chiave nella pratica centrata sulla soluzione

Rispetto, impegno e positività

Mantenimento e uso del linguaggio del cliente

Allineamento e supporto al cambiamento desiderato dal cliente

Offrire un supporto adeguato

Attingere alla competenza del cliente e all'attivazione delle risorse

Notare e amplificare il progresso

Pensare e agire diversamente

Testare il cambiamento - nella vita tra le sedute

Monitoraggio e valutazione del processo

IV. Conclusione

Espandere il cerchio delle idee

Riferimenti bibliografici

Riflessioni personali

Riflessioni sulla Teoria della Pratica Centrata sulla Soluzione

Thorana Nelson

Alasdair J. Macdonald

Arild Aambø

Sukanya Wignaraja

Guy Shennan

Tomasz Switek

Autori

Revisori

Prefazione all'edizione italiana

Scrivo questa prefazione al libro *Theory of Solution-Focused Practice* con la riconoscenza dovuta a chi ha appoggiato e creduto al nostro Centro per rappresentare ufficialmente il modello centrato sulla soluzione in Italia. Sono passati molti anni da quando io e miei collaboratori abbiamo cominciato ad utilizzare questo modello come prezioso strumento nella cura delle persone nelle più svariate problematiche psicologiche. A questo proposito, abbiamo pubblicato numerosi articoli di ricerca e testi che introducevano alla teoria e alla pratica della terapia (p. es.: As If, 2019; Manuale di Terapia Centrata sulla Soluzione, 2014).

Utilizzare la Terapia Breve Centrata sulla Soluzione nei diversi contesti è stata un'esperienza significativa permettendoci di scoprire un modo veramente nuovo di vedere la realtà. La TBCS appare una psicologia semplice ma non è assolutamente banale. Anzi, la prassi della pratica è assai complessa ed è necessario un lungo training teorico ed applicativo per padroneggiarla correttamente. Ma cosa fa della TBCS una modalità d'intervento così peculiare e speciale?

Sicuramente un aspetto centrale è il rovesciamento della visione del terapeuta come promotore del cambiamento attraverso lo spostamento d'attenzione dal problema alla soluzione. Al terapeuta è richiesto lo sforzo di cambiare la visione percettiva dell'oggetto d'osservazione. Esattamente

come nelle *figure ambigue* della teoria della Gestalt in cui un oggetto può essere percepito in un modo o in un altro. Altro elemento è rappresentato dal linguaggio e dal condizionamento dei giochi linguistici (Wittgenstein, 1953), che adottiamo per interpretare e gestire il nostro stare al mondo.

E sono proprio le regole linguistiche che seguiamo a livello personale e culturale che ci condizionano nel cosiddetto gioco relazionale. Se quindi indossiamo gli "occhiali" di una determinata modalità o teoria di riferimento per guardare al mondo, saremo indotti ad agire di conseguenza. Il modello che adottiamo determina la visione della nostra realtà e quest'ultima in modo circolare cambia il nostro approccio di riferimento. Se infatti approfondiamo il concetto adottando una visione sistemica possiamo accorgerci della veridicità della nostra osservazione. Viviamo, infatti, in un "universo" relazionale interdipendente che continuamente si influenza vicendevolmente. Paul Watzlawick asseriva a tal proposito che non esistono menti malate ma solamente interazioni patologiche. La Terapia Breve Centrata sulla Soluzione prende in grande considerazione l'aspetto interattivo/relazionale. A questo proposito vale la pena di rammentare l'importanza della personalità di ognuno e quanto questa conti nel caratterizzare il rapporto tra le persone.

La mente vive e si sviluppa nella interazione con il mondo e in quest'ultimo è compresa essa stessa. Essa discorre continuamente determinando via via quei vincoli o quelle possibilità utili al perseguimento vitale. Per questo la non comunicazione e il non cambiamento sono da ritenersi impossibili dato che qualsiasi variazione di *movimento* dell'organismo vivente deve essere considerato come comunicazione.

Nella Terapia Breve Centrata sulla Soluzione lo sforzo terapeutico è volto a far sì che la persona acquisisca il più possibile autonomia nel suo processo di cambiamento. Compito del terapeuta è quindi quello di creare le condizioni favorevoli perché ciò accada. Per fare questo porrà molta attenzione all'aspetto del linguaggio e della comunicazione in seduta. La persona solitamente porta al professionista di un qualsiasi altro approccio terapeutico un problema che vuole risolvere ed è questo il "gioco linguistico relazionale" che viene normalmente esplicitato. Il terapeuta in questo caso deve concentrarsi su come sciogliere il nodo del problema analizzando le cause presenti e passate.

Nella prassi della Terapia Centrata sulla Soluzione il processo viene rovesciato perché più che concentrarsi sul problema in se ci si *orienterà* su cosa è importante veramente per cambiare la situazione, ovvero la soluzione. Per individuare quest'ultima sarà necessario spostare completamente il *focus* dell'attenzione dal problema, da ciò che non funziona, dalle incapacità e presunti deficit della persona e rendere sempre più coscienti e utilizzabili le parti positive, le risorse e ciò che effettivamente e nonostante tutto funziona. Questo radicale spostamento dell'attenzione, come dicevamo, è un vero e proprio cambio di paradigma personale, anche per il terapeuta spesso abituato a curare le persone seguendo inconsapevolmente un modello medico. Vale a dire: ponendo una diagnosi sul problema o su cause passate che determinano la situazione attuale, scegliendo un protocollo per quella specifica patologia o andando ad analizzare nel profondo la psiche individuale.

Elemento inoltre di notevole rilevanza riguarda il fatto che la TBCS, aspetto caratteristico rispetto anche ad altre forme di Terapia Breve, presenta a livello internazionale numerose pubblicazioni scientifiche che accertano la sua validità come *Best Practice* nella risoluzione di molteplici psicopatologie e

viene considerato, insieme alla Terapia Cognitivo Comportamentale uno dei modelli più efficaci ed efficienti.

Questo libro è il frutto del lavoro congiunto di eccellenti esperti e ricercatori nell'ambito Solution Focused riuniti in un gruppo di lavoro promosso da EBTA (European Brief Therapy Association), e rappresenta la summa degli ultimi sviluppi del modello. Siamo grati anche del fatto che dal 2021 in Italia La Fondazione Franceschi rappresenta ufficialmente la TBCS in Italia e attraverso i suoi esponenti fa parte attivamente del gruppo di approfondimento teorico sul modello, riconoscendoci pertanto un ruolo di primo piano nello sviluppo della teoria e della pratica Solution Focused.

Il testo è semplice e di scorrevole lettura e mi auguro che anche il pubblico italiano apprezzi il lavoro svolto e la chiarezza trasmessa. Come altri testi da noi pubblicati sul modello in Italia questo rappresenta ufficialmente la nostra collaborazione internazionale al progetto di diffusione in Italia di questo affascinante orientamento psicoterapeutico.

Dicembre 2021

Andrea Leonardi

Vicepresidente Fondazione Franceschi Onlus

Bibliografia

Leonardi, A., Wolf, F., Scavelli, S., (eds.), (2019), *As If. Brief Contribution to Brief Therapy*, Firenze: Fondazione Franceschi Onlus.

O'Connell, B., Palmer, S., (2014), *Manuale di Terapia Centrata sulla Soluzione*, Firenze: Libriliberi.

Wittgenstein, L., (1953, 1958), *Philosophische Untersuchungen. Philosophical investigations*, a cura di G.E.M. Anscombe e Rush Rhees, Oxford: Blackwell.

Prefazione

La ricerca di una teoria della pratica centrata sulla soluzione iniziò dopo la morte di Steve de Shazer, con gli incontri su un "quadro più ampio" di Gale Miller e Mark McKergow nel 2008.

Questi erano incontri alla ricerca di idee simili a quelle della tradizione centrata sulla soluzione. Molte somiglianze sono state trovate soprattutto nella filosofia e gli incontri furono coinvolgenti e liberatori. "Potremmo spiegare la pratica centrata sulla soluzione in modi che si possono collegare a ciò che altri hanno detto. C'era anche qualcosa di distinto e abbastanza unico in questo approccio. Potremmo descriverlo in modo più preciso e potremmo essere d'accordo¹?" Si trattava di qualcosa di interessante da scoprire!

La *European Brief Therapy Association* (EBTA) istituì un gruppo per definire la pratica centrata sulla soluzione e nel 2010 venne discussa dal consiglio la prima "Definizione Pratica" e, con nostra sorpresa, venne concordata! Sì, c'erano alcune differenze nell'enfasi, ma con diverse possibilità incluse e non rimasero disaccordi sostanziali.

La tappa successiva nello sviluppo di questa teoria fu la plenaria e il seminario di Janet Bavelas e Harry Korman "La SFBT ha una teoria?" alla conferenza annuale dell'EBTA nel 2014². Essi avevano analizzato i libri di Steve de Shazer e

presentarono quelli che chiamarono i "postulati per una teoria della Terapia Breve Centrata sulla Soluzione".

In questo modo, anche Steve de Shazer, sebbene critico nello spiegare il suo lavoro e quello dei suoi colleghi, ebbe una base teorica! - Questo ci incoraggiò nel gruppo EBTA a continuare la ricerca in questa direzione.

Sono state di grande importanza nel nostro lavoro altre due prospettive interessanti.

In primo luogo, come radicare le idee e gli obiettivi all'interno della comunità centrata sulla soluzione. Questo è interessante perché la pratica è aperta, nel senso che nessuno ha il copyright su di essa. Radicarlo con i colleghi è stato un modo per avere un'idea di ciò che la comunità centrata sulla soluzione vuole e accetta. Di conseguenza, il testo che ora proponiamo è stato da allora discusso in tutte le conferenze EBTA sia con molti colleghi che con i nostri tirocinanti. Siamo stati anche felici che altre organizzazioni e persone negli ultimi anni abbiano presentato le loro idee su cosa sia la pratica centrata sulla soluzione.

L'altra prospettiva interessante è che il principio del "rasoio di Ockham", cioè di utilizzare la via più semplice, è stato adottata come linea guida dalla maggior parte degli sviluppatori centrati sulla soluzione. Qui usciamo da questa tradizione presentando una teoria più inclusiva con diversi principi della pratica e diversi modi di attuare pratiche SF. Ciò rende la pratica SF un po' meno distintiva, ma più utilizzabile in contesti e stili diversi.

Infine, un'osservazione sui contesti. Il lavoro centrato sulla soluzione viene praticato con buoni risultati in ambiti sorprendentemente diversi. L'espansione continua nella misura in cui abbiamo deciso di proporre che questa teoria