

Introduzione/Introduction

Prospettive fenomenologiche della cura di sé nella formazione continua dei professionisti della salute

Daniele Bruzzone* - Lucia Zannini**

*Università Cattolica del Sacro Cuore

**Università degli Studi di Milano

ABSTRACT

I professionisti della salute, coinvolti in situazioni di fragilità esistenziale, si trovano a loro volta in condizioni di vulnerabilità emotiva. Essi, pertanto, hanno bisogno di acquisire saperi e strumenti per aver cura di sé. La fenomenologia rappresenta un paradigma epistemologico capace di includere le dimensioni soggettive ed affettive e di valorizzare l'esperienza vissuta come fonte di conoscenza. Nella formazione di base e continua dei professionisti della cura, l'approccio fenomenologico può fornire un'indicazione di metodo per sostenere la cura di sé attraverso la narrazione e la riflessività.

Parole chiave: Lavoro di cura - Fenomenologia - Formazione continua - Cura di sé

Healthcare professionals, daily confronted with existential frailty, feel themselves emotionally vulnerable too. For this reason, they need knowledge and tools in order to take care for themselves. Phenomenology provides an epistemological model that includes subjective and affective dimensions and legitimates lived experience as a source of cognition. In the undergraduate and continuing education of healthcare professionals, the phenomenological approach can represent a way of promoting self-care through personal narrative and reflection.

Keywords: Healthcare - Phenomenology - Continuing education - Self-care

La formazione di base e continua dei professionisti della salute e della cura (medici, infermieri, terapisti della riabilitazione, educatori, ecc.) è da alcuni anni interessata da un dibattito circa i paradigmi epistemologici di fondo, i modelli formativi e le strategie didattiche ed educative atte a costruire e affinare competenze di ordine cognitivo, tecnico-operativo e relazionale.

Il lavoro di cura, nei diversi ambiti e nelle concrete situazioni dell'esistenza in cui si declina, è caratterizzato da una ineliminabile connotazione etica e umanistica, oltre che scientifica e tecnica, ed è intessuto di intensi vissuti emotivi, rispetto ai quali non di rado i professionisti si sentono "sguarniti" di saperi e di strumenti. In questo senso, i recenti sviluppi nel campo della medicina narrativa e delle *medical humanities* tendono a colmare una lacuna da tempo avvertita nella formazione delle persone che si prendono cura di altre persone. In particolare, i nuovi approcci alla formazione cercano di legittimare quelle dimensioni soggettive, emozionali, valoriali dalle quali dipende non soltanto la qualità della relazione terapeutica (con ricadute significative sul piano della sua efficacia, come la ricerca psicologica ha da tempo empiricamente dimostrato), ma anche la tensione verso una più compiuta "umanizzazione" dei servizi e dei luoghi della salute e della cura.

Al fine di non incorrere in stili comunicativi eccessivamente anonimi e distaccati (con conseguente perdita della motivazione e del "senso" del proprio lavoro) oppure in modalità relazionali inclini ad un eccesso di coinvolgimento (con il rischio di esaurire le proprie risorse e di "bruciarsi", secondo la nota sindrome del *burnout*), i professionisti della cura devono apprendere (accanto alle conoscenze e alle abilità utili all'esercizio del proprio lavoro) a conoscere se stessi, a gestire la complessità e le insidie latenti della relazione d'aiuto, ad esercitare una continua riflessività sul proprio modo di agire e di pensare, a condividere emozioni e sentimenti per evitarne la rimozione, a rimotivarsi dinanzi all'esperienza della delusione e del fallimento, a riconoscere e prendersi cura delle fragilità proprie e altrui. Secondo l'archetipo del "guaritore ferito", infatti, è la costante *cura di sé* che consente di aver cura dell'altro in modo equilibrato e autentico.

Da questo punto di vista, *l'approccio fenomenologico-esistenziale* si presenta come un quadro di riferimento privilegiato, entro il quale coltivare un agire intelligente e sensibile, non viziato dall'oggettivazione e dalla pretesa di neutralità con cui talvolta si fa coincidere l'idea di "professionalità", e consente di coniugare l'esigenza di rigore con l'attenzione per quel "fattore umano" che costituisce la variabile più imprevedibile e nondimeno indispensabile di ogni cura.

Il *focus* nasce dalla riflessione condivisa di un gruppo di ricerca interuniversitario che ha progettato e realizzato percorsi di formazione continua dei professionisti della salute in alcuni contesti sanitari (oncologia, cure palliative, hospice) in cui più fortemente viene avvertita l'esigenza di lavorare su di sé.

Daniele Bruzzone
Lucia Zannini

Daniele Bruzzone, laureato in Filosofia e dottore di ricerca in Pedagogia, è professore associato di Pedagogia generale e sociale presso la Facoltà di Scienze della Formazione dell'Università Cattolica e presidente dell'Associazione di Logoterapia e Analisi Esistenziale Frankliana. Come membro del gruppo εἶδος - *Fenomenologia&Formazione*, svolge da anni attività di ricerca e formazione per lo sviluppo delle competenze relazionali ed emotive dei professionisti nei contesti socioeducativi, aziendali e sanitari.

Contatti: daniele.bruzzone@unicatt.it

Lucia Zannini è dottore di ricerca in Metodologie della formazione del personale medico e infermieristico. Ha insegnato Promozione della salute ed Educazione degli adulti presso la Facoltà di Scienze della Formazione dell'Università di Milano Bicocca. Dal 2006 è professore associato di Pedagogia presso l'Università degli Studi di Milano, Dipartimento di Scienze Biomediche per la Salute, dove svolge attività di ricerca sul significato dell'educazione nella relazione terapeutica, sulla medicina narrativa e la narrazione autobiografica di pazienti/operatori, quale fondamentale strategia educativa e auto-educativa, e sulle metodologie innovative nella formazione dei professionisti della cura.

Contatti: lucia.zannini@unimi.it