

Qual è il destino professionale dei diplomati in psicoterapia della scuola della Associazione di Psicologia Cognitiva e della Scuola di Psicoterapia Cognitiva srl?

Francesca Baietta, Michela Carreri, Daniele di Pauli, Annalisa Gianello, Mariangela Lanfredi, Silvia Mion, Laura Morini, Laura Pelaia, Cecilia Scolaro, Elisabeth Untermarzoner e Claudia Perdighe

Riassunto

Scopo del presente lavoro è indagare gli effetti della formazione in psicoterapia sul futuro professionale dei terapeuti formati e, dunque, avere dati sulla qualità della formazione offerta.

A tale fine sono stati intervistati i terapeuti specializzati tra il 1999 e il 2007 presso le scuole di formazione in psicoterapia APC e SPC nella sede di Verona. Sono stati indagati aspetti di qualità e quantità del lavoro svolto e di soddisfazione professionale, al fine di avere indicazioni sull'impatto della formazione in psicoterapia nelle possibilità di impiego e nella qualità e/o quantità del lavoro già svolto.

I risultati emersi, sebbene non generalizzabili a tutte le sedi, sono molto incoraggianti: tra i 74 soggetti intervistati, il 99% lavora e, tra questi, il 92% svolge l'attività di psicoterapia, con alti livelli di soddisfazione e senso di efficacia.

Introduzione

L'importanza di promuovere la qualità della formazione nell'ambito della psicoterapia e delle varie figure che operano nel campo dell'aiuto psicologico, è un argomento non solo di grande interesse e dibattuto a livello internazionale, ma anche di grande rilevanza etica e pragmatica (Ladany 2007, Boswell & Castonguay 2007, APA 2002). Da un lato, infatti, promuovere la qualità della formazione è un processo indiretto di promozione della salute mentale, dall'altro garantire alti livelli di qualità ha un grande impatto sul destino professionale dei "formati", ovvero degli psicologi e medici che afferiscono alle scuole di formazione.

Ladany, stimando che solo per l'11% dei trainee la formazione degli allievi è efficace, conclude che la domanda che ogni didatta dovrebbe porsi nel valutare i suoi studenti è: *"Farei un invio per una psicoterapia di un mio caro parente a questo allievo?"*. L'autore stima che in un terzo dei casi la risposta sarebbe "No" (Ladany 2007).

Partendo dalla sconcertante osservazione di Ladany, ci siamo chiesti: che tipo di formazione offrono le scuole APC e SPC? Vale a dire, si tratta di una formazione efficace?

Per efficacia della formazione in psicoterapia s'intendono essenzialmente due cose: la formazione raggiunge l'obiettivo di dare ai formati le competenze e abilità di cura; l'indicatore diretto del fatto che l'obiettivo è stato raggiunto, e quindi della efficacia della formazione, è l'esito delle terapie dei terapeuti formati (Norcross 2005).

L'altra accezione di efficacia riguarda l'impatto della formazione sul destino lavorativo dei formati, ovvero: la formazione incide in modo significativo, sia in termini qualitativi che quantitativi, sul futuro professionale dei formati? Teoricamente questo secondo aspetto dovrebbe essere direttamente derivato dal primo: terapeuti che hanno ricevuto una buona formazione dovrebbero avere maggiori prospettive professionali. In realtà ci sono numerose variabili intervenienti, per cui l'impatto sul lavoro può essere considerato solo un indicatore indiretto dell'esito e della qualità della formazione ricevuta; in questo senso il destino professionale è sì un indicatore indiretto della qualità della formazione, ma è un indicatore asimmetrico: la competenza non garantisce il lavoro, ma la mancanza di competenze difficilmente è compatibile con una media o alta quantità di lavoro come psicoterapeuta, in particolare in ambito privato (dove di più conta il passaparola e, dunque, gli esiti delle terapie).

Se si assumono criteri così restrittivi di qualità vediamo che in letteratura abbiamo pochi dati (Boswell & Castonguay 2007; Ladany 2007; Stein & Lambert M. 1995). La gran parte delle ricerche in questo senso fanno riferimento a criteri di valutazione più soggettivi, in particolare self-report o valutazione fatta dai formatori; questo tipo di valutazioni pongono il problema di selezionare dei criteri di valutazione (o autovalutazione) che siano reali indicatori dell'oggetto di interesse, ovvero la capacità di cura dei formati (l'indicatore diretto della qualità appunto). In realtà c'è scarso accordo su questi indicatori, e c'è una enorme variabilità dei criteri di valutazione della "qualità" del terapeuta e della formazione: si passa da valutazioni basate sull'analisi della competenze tecniche, a valutazioni basate su qualità personali del terapeuta, a valutazioni di processo basate su "campioni" di terapie effettuate dai formati ecc.

Questo lavoro si inserisce in un più ampio filone di studi orientati alla comprensione degli aspetti che contribuiscono maggiormente alla qualità della formazione: il ruolo della formazione personale nella terapia (Mancini & Perdighe 2009), il ruolo della formulazione del caso (Baietta et al. 2009), gli aspetti centrali di una buona formulazione (Baldini et al. 2009).

Il lavoro è nato, all'interno di un project in un quarto anno di Verona, dal desiderio di rispondere alla domanda: quale è il destino professionale degli specializzandi delle scuole APC e SPC? Che fine fanno, in senso lavorativo, una volta specializzati? È stata, dunque, indagata la qualità della formazione a partire da un indicatore indiretto di esito della formazione, raccogliendo dati sull'impatto di questa sul lavoro svolto una volta conclusa la formazione.

Alla raccolta di indicatori indiretti di esito, è stata aggiunta una raccolta di valutazioni self-report sul senso di efficacia e di soddisfazione professionale.

Obiettivi

L'obiettivo della ricerca era ottenere dati descrittivi sugli effetti della formazione ricevuta in psicoterapia cognitiva e, in particolare, avere da un lato un follow-up sulla situazione lavorativa una volta conclusa la formazione, dall'altro ottenere indicazioni sull'impatto della formazione in psicoterapia:

- nella possibilità di impiego
- nella quantità e/o qualità dell'attività professionale già svolta
- nel senso di efficacia percepita.

Campione

Gli allievi specializzati tra il 1999 e il 2007 sono complessivamente 127, ma di questi sono stati intervistati 74 specializzati (53%); hanno risposto tutti quelli che sono stati contattati; non hanno risposto (47%) le persone che non è stato possibile contattare (per esempio perché avevano cambiato recapiti o non hanno mai risposto alle telefonate). Non c'è stata dunque nessuna selezione del campione. Le percentuali di risposta ottenute sono confrontabili o più alte di quelle di studi simili (Mcewan e Duncan, 1993; Guy et al., 2005)

I soggetti intervistati hanno dai 31 ai 58 anni con un'età media di 38 anni: 57 (77%) sono donne e 17 (23%) uomini, 68 (91%) sono psicologi e 3 (4%) psichiatri (vedi tab. 1).

Totale specializzati (1999-2007)	127
Soggetti intervistati	74 (53%)
Età media	38aa (range 31-58)
Sesso	F 57 (77%) - M 17 (23%)
Professione	68 (91%) Psicologi – 3 (4%) Psichiatri

Tabella 1: Descrizione del campione

Strumento e procedura

Lo studio che abbiamo condotto ha previsto la somministrazione di un'intervista strutturata a tutti i terapeuti che hanno concluso la formazione tra il 1999 e il 2007 presso l'Associazione di Psicologia Cognitiva (APC) e la Scuola di Psicoterapia cognitiva (SPC) nella sede di Verona.

L'intervista, da noi appositamente costruita, prevede una parte anagrafica e una parte di 16 item che indaga:

- aspetti qualitativi e quantitativi dell'attività professionale svolta (indicatori indiretti di efficacia);
- valutazioni, su scala likert, sul contributo della formazione ricevuta in psicoterapia rispetto a:

- ✓ *conseguimento di un impiego*
- ✓ *soddisfazione professionale*
- ✓ *senso di auto-efficacia percepita nel proprio lavoro*

Le persone sono state contattate prima telefonicamente e poi hanno compilato il questionario inviato tramite posta elettronica.

Risultati

Dall'analisi dei risultati della parte del questionario relativa alla situazione lavorativa generale, emerge che:

- tutti i soggetti del campione intervistato, eccetto uno, hanno un'occupazione in ambito socio-sanitario;
- le ore lavorative settimanali medie sono 31,4 con un range che va da 4 a 50;
- il 48,6% del campione è impiegato nel settore privato, il 13,6% in quello pubblico e il 37,8% in entrambi.

Per quanto riguarda l'aspetto più specifico dell'attività di psicoterapia:

- 1) 68 specialisti (92%) dedicano complessivamente una media di 18 ore settimanali all'attività di psicoterapia e di questi:
 - il 52,1% nel privato;
 - il 10,1% nel servizio pubblico;
 - il 37,8% in entrambi;
- 2) 6 specialisti (8%) non esercitano la psicoterapia (per ragioni diverse; solo uno lamenta mancanza di opportunità lavorative).

I risultati della variabile "Soddisfazione professionale" (vedi Grafico 1) sono stati valutati con una scala di punteggi che vanno da 1 a 5, dalla quale si evince che:

- la soddisfazione dal punto di vista della gratificazione professionale raggiunge una media di 3,92;
- la soddisfazione dal punto di vista economico è mediamente di 2,99;
- il livello di soddisfazione globale per la propria situazione professionale corrisponde ad una media di 3,64.

Riguardo alle opinioni sul rapporto tra formazione ricevuta e situazione professionale è emerso che: grazie alla formazione in psicoterapia

- il 78% dei soggetti ritiene di svolgere l'attuale attività professionale;
- il 53% percepisce di avere maggiore competenza professionale;
- il 30% ha iniziato a lavorare in questo ambito.

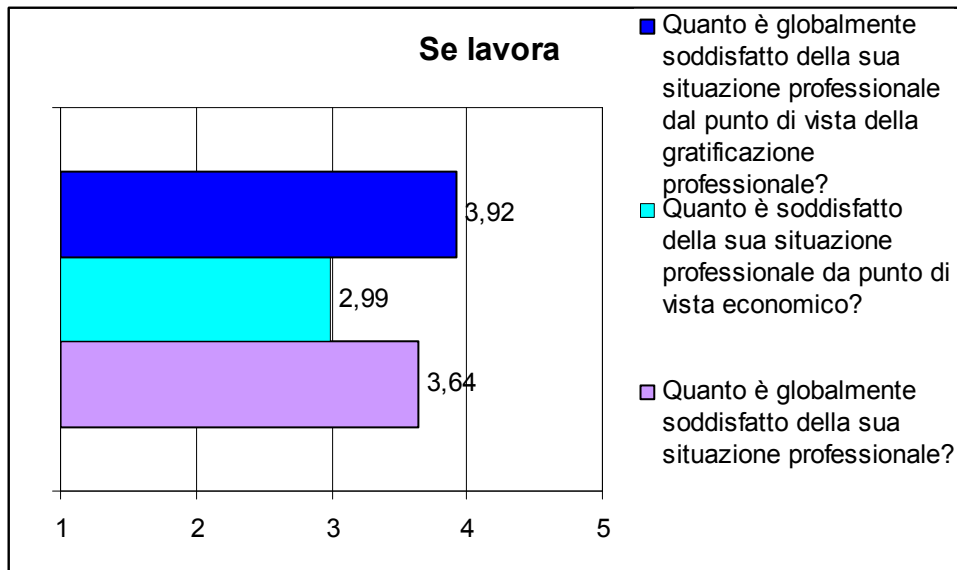


Grafico 1: Soddisfazione professionale dei soggetti intervistati.

Per quanto concerne l'efficacia percepita o "Self-efficacy" (vedi Grafico 2), misurata da una scala con punteggi da 1 a 5, emerge che i soggetti intervistati:

- si sentono efficaci e competenti nel proprio lavoro di psicoterapeuta con una media di 3,54;
- pensano che le competenze acquisite siano spendibili nel settore in cui lavorano con un valore medio di 4,01;
- sono soddisfatti delle competenze acquisite con la formazione in psicoterapia raggiungendo una media di 3,85;
- sostengono che la formazione in psicoterapia ha contribuito alla loro attuale attività professionale con un punteggio medio di 3,96.

Infine, abbiamo voluto misurare se e quanto il senso di Self-efficacy fosse correlato con le altre variabili considerate dal questionario ed è risultato che correla significativamente (r di Pearson; sign. ** $<0,01$; * $<0,05$) con:

- il numero di anni di specializzazione ($r = 0,296^*$);
- la soddisfazione per la propria situazione professionale ($r = 0,322^{**}$);
- la soddisfazione dal punto di vista economico ($r = 0,257^*$);
- la percezione di una forte relazione tra la formazione ricevuta e la situazione lavorativa attuale ($r = 0,359^{**}$);
- la percezione di aver acquisito con la formazione competenze spendibili nel mondo del lavoro ($r = 0,402^{**}$).

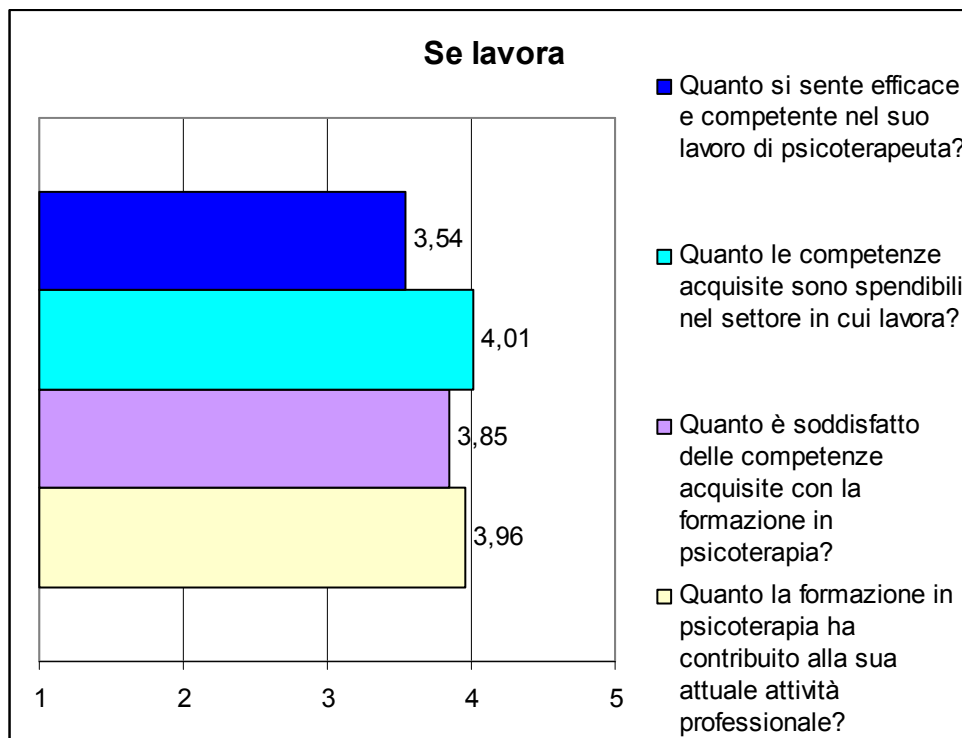


Grafico 2: Relazione tra Self-efficacy e formazione in psicoterapia in psicoterapia

Discussione e proposte per ricerche future

La nostra ricerca si inserisce in quel area di studio che valuta l'efficacia della formazione in psicoterapia sia dal punto di vista professionale ed economico, che dal punto di vista della soddisfazione personale.

Il dato che emerge in modo chiaro è che gli psicologi specializzati sembrano avere beneficiato notevolmente della formazione in psicoterapia: buona parte di loro conferma di aver trovato un impiego nel settore solo dopo aver conseguito la specializzazione e in specifico di aver potenziato le competenze percepite e il senso di autoefficacia personale. Questo aspetto è molto importante, dato che il tipo di lavoro in questione, porta spesso ad avere alti livelli di frustrazione, che possono essere la causa del burn-out del terapeuta. La percezione di un'elevata autoefficacia e di una corrispondente soddisfazione lavorativa può, al contrario, tutelare lo psicoterapeuta da questo rischio, soprattutto quando si lavora nel privato (Maslach 1997; Francescato et al.1993; Pellegrino 2007).

I limiti sono nel fatto che si tratta di una ricerca fatta con un campione non randomizzato e non rappresentativo non solo della realtà delle scuole di psicoterapia, ma neanche di tutte le scuole APC e SPC. La ricerca, infatti, è condotta sui soli specializzati di Verona, dunque, probabilmente, i dati ottenuti riflettono una realtà lavorativa difficilmente generalizzabile alle altre sedi delle scuole APC e SPC situate in altre regioni. Inoltre si tratta di una ricerca fatta con un questionario costruito ad hoc, quindi non con strumenti standardizzati o almeno ampiamente condivisi in letteratura; d'altra parte non ci sono, a nostra conoscenza, strumenti con queste caratteristiche.

Visti questi limiti, la presente ricerca non ha la pretesa di stabilire delle evidenze scientifiche sulla qualità della formazione offerta dall'APC e SPC, ma vuole solo essere un primo tentativo nella direzione di una valutazione della formazione offerta, possibilmente non solo basata sulle impressioni dei formatori.

Tuttavia, riconosciuti questi limiti, crediamo, con il nostro lavoro, di aver contribuito ad affrontare un'area complessa e ancora poco esplorata, e che i risultati raggiunti possano essere un punto di partenza per ulteriori indagini esplorative. In particolare, pensiamo che ricerche future possano investigare le seguenti aree:

- Quali componenti della formazione (ad esempio lezioni teoriche vs training) contribuiscono di più all'efficacia del terapeuta? Quali al senso di auto-efficacia?
- Relazione tra senso di autoefficacia percepita ed efficacia misurata su esiti
- Relazione tra efficacia, burn-out e aggiornamento continuo

Inoltre, sarebbe interessante effettuare studi di follow-up a distanza di anni sullo stesso gruppo di intervistati, per indagare i cambiamenti rispetto a queste stesse aree di indagine.

Auspichiamo che questo nostro studio sia l'inizio di un filone di ricerca approfondito sul tema della qualità ed efficacia della formazione in psicoterapia nelle nostre scuole, che successivamente possa essere allargato e confrontato con i risultati ottenuti da altre scuole in ambito cognitivo e non solo.

Concludendo: se si guarda alla sede di Verona e ai dati da noi raccolti, potremmo auspicare che i didatti di quelle scuole siano disposti a inviare un loro caro partente alla quasi totalità degli allievi formati!

Bibliografia

APA (2002). Empirically Supported Therapy Relationships: Conclusions And Recommendations Of The Division 29 Task Force, *Psychotherapy*, Vol. 38, No 4, 405-97.

Baietta F., Morini L., Pelaia L. & Scolaro C. (2009). La formulazione del caso: definizioni, obiettivi, metodi e "effetti sull'esito". *III Forum sulla Formazione in Psicoterapia*. Relazione presentata il 27 marzo ad Assisi.

Baldini F., Nisi A., Pagliarani L. & Prunetti E. (2009). L'insegnamento della formulazione del caso in psicoterapia. *III Forum sulla Formazione in Psicoterapia*. Relazione presentata il 27 marzo ad Assisi.

Boswell, J. F. e Castonguay, L. G. (2007). Psychotherapy Training: Suggestions for Core Ingredients and Future Research. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. Vol. 44, No. 4, 378-383.

Francescato, D., Leone, L., & Traversi, M. (1993). *Oltre la Psicoterapia*. Roma: Nis.

Ladany, N. (2007). Does Psychotherapy Training Matter? May be not. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. Vol. 44, No. 4, 392-396.

Mancini F. & Perdighe C. (2009). La funzione della terapia personale nella formazione alla psicoterapia. In corso di stampa.

Maslach, C. (1997). *La sindrome del burnout. Il prezzo dell'aiuto agli altri*. Cittadella Editrice.

McEwan, J. & Duncan P. (1993). Personal therapy in the training of psychologists.. *Canadian Psychology*. Vol 34, No 2, 186-197.

Norcoss J. C. (2005). The Psychotherapist's Own Psychotherapy: Educating and Developing Psychologists. *American Psychologist*, Vol. 60, No. 8, 850 – 853

Pellegrino, F. (2007). *Oltre lo stress, burn-out o logorio professionale*. Torino: Centro Scientifico Editore.

Stein D. M. e Lambert M. J. (1995). Graduate Training in Psychotherapy: Are Therapy Outcomes Enhanced?. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. Vol. 63, No. 2, 182-196.

Questo lavoro nasce da un project realizzato nel 2008 presso l'Associazione di Psicologia Cognitiva di Verona da un gruppo di specializzandi del IV anno.

Per informazioni: Perdighe@apc.it