

**FARE IL TERAPEUTA/ESSERE TERAPEUTA:
RIFLESSIONI DI UN'ALLIEVA IN USCITA DAL PERCORSO DI FORMAZIONE
IN TERAPIA SISTEMICA**

Antonella Bianco

1. La formazione dello psicologo tra il dentro e il fuori l'Università

La mia esperienza di dottoranda e, subito dopo, di docente a contratto dopo presso l'Università di Bari mi ha portata a restare a lungo a contatto col mondo della formazione universitaria sia come protagonista della mia stessa formazione, sia come formatrice. Tale posizione privilegiata mi ha dato l'occasione di mantenere un contatto continuo con gli studenti discutendo con loro le scelte già fatte e da fare per il loro futuro da psicologi e di osservare da vicino i loro vissuti. Questo confronto è stato per me ricco di risonanze che vorrei riportare attraverso una riflessione circa il processo di formazione dello psicologo nell'attuale contesto socioeconomico e culturale. Mi sento, infatti, testimone di un'epoca in cui diventare psicologo assume valenze e significati differenti rispetto alla generazione chi mi ha formata¹.

Il vissuto che spesso riconosco nello studente di psicologia è quello di chi deve compiere una faticosa corsa alla preparazione degli esami finalizzati al raggiungimento del numero sufficiente di crediti formativi per poter accedere alla tanto agognata laurea. Osservando questa corsa mi è capitato di notare che in certi momenti l'interesse verso le materie di studio passi in secondo piano rispetto all'urgenza di arrivare il prima possibile al traguardo. Tralasciando le responsabilità che l'istituzione universitaria può avere avuto nella determinazione di questa realtà e rimandando tali riflessioni ad una diversa sede, credo che una delle motivazioni vada ricercata nella consapevolezza da parte dello studente che il cammino da percorrere sia molto lungo. Il percorso di studio fornisce un'idea delle varie sfaccettature e degli svariati campi applicativi che le scienze psicologiche offrono (es. clinico, forense, scolastico, neurocognitivo, del lavoro ecc). La scelta della laurea specialistica già chiama lo studente ad interrogarsi sul campo applicativo da approfondire ma, dopo la laurea, il richiamo a tale scelta diventa ancora più forte ed è reso difficoltoso dal fatto che l'incontro con le applicazioni durante il corso di studi è stato prevalentemente di tipo teorico. Il momento del tirocinio rappresenta il primo contatto del neolaureato con il territorio ed i suoi servizi. Mi è capitato di confrontarmi con studenti che già sei mesi prima della laurea iniziavano a

¹ Sabatini, R. (2012). Formare psicologi psicoterapeuti. Una realtà non del tutto scontata. *Ecologia della mente*, 1, 107-112.

contattare le sedi di tirocinio alla ricerca della collocazione che consentisse l'apprendimento migliore. È in questa fase che rivedo comparire negli occhi dei giovani laureati l'entusiasmo verso la professione scelta e la motivazione ad apprendere concretamente l'arte e le tecniche del mondo psi. È come se ci fosse nella testa dello studente una scissione tra il mondo universitario, nel quale faticosamente si forma sul piano teorico, ed il mondo al di fuori dell'Università al quale si appresta ad affacciarsi. Spesso il tirocinio viene svolto in strutture sanitarie pubbliche che difficilmente rappresentano il contesto lavorativo dove il giovane psicologo potrà trovare successivamente occupazione. L'attuale realtà del nostro paese è purtroppo completamente chiusa verso l'integrazione nel mondo del lavoro un dottore laureato ed abilitato come psicologo. Il giovane psicologo sa che il percorso è ancora lungo e che è necessario formarsi ancora.

Quanto detto mi induce a riflettere in primo luogo sull'importanza che il momento del tirocinio riveste nella formazione dello psicologo. Il tirocinio da un lato dovrebbe consentire al giovane psicologo di "sporcarsi le mani" sul campo mettendosi alla prova sul piano pratico, dall'altro lato dovrebbe essere finalizzato allo sviluppo di nuove abilità e competenze che non possono essere acquisite sui libri e che, piuttosto, le integrano. In secondo luogo, credo che la scissione che ho descritto tra il vissuto dentro l'Università e le aspettative sulla formazione fuori dall'Università rifletta in qualche modo una distanza esistente tra Università e territorio. Credo che molto si stia facendo e si possa ancora fare per creare un ponte tra queste due realtà. Un punto di partenza può essere rappresentato da un maggiore confronto tra Università e servizi proprio sugli obiettivi, modalità e valutazioni dei tirocini.

2. La scelta del percorso di formazione in psicoterapia

Procedendo l'analisi del percorso formativo del neolaureato in psicologia, arriva il momento della scelta della specializzazione da conseguire e la scelta formativa è molto ampia e diversificata. Come recentemente descritto in alcuni identikit sul giovane allievo psicoterapeuta²³, il percorso di specializzazione viene intrapreso a breve distanza temporale dalla laurea, soprattutto da giovani psicologhe ancora non completamente inserite nel mondo del lavoro. A mio avviso tale scelta risponde in prima battuta al riconoscimento di una vocazione, al bisogno di completare l'identità professionale di psicologo acquisendo quel bagaglio in più che l'essere terapeuta può dare. Va

2 Bruni, F., Vinci, G. e Vittori, M.L. (2010). Lo sguardo riflesso. Psicoterapia e formazione. Armando Editore.

3 Vinci, G. (2011). Formare in psicoterapia nel XXI secolo: suggestioni dal lavoro di Michel Serres. *Ecologia della mente*, 2, 125-130.

riconosciuto, tuttavia, che l'allievo cova anche dentro di sé la speranza di migliorare la propria occupabilità smettendo di accettare compromessi lavorativi spesso squalificanti.

La scelta di intraprendere un percorso di formazione lungo come quello in psicoterapia rappresenta un grosso investimento professionale, economico e personale. È un processo di scelta contornato da aspettative ed anche da illusioni e fascino verso la professione di psicoterapeuta. Da qui nascono i numerosi interrogativi e le lunghe riflessioni che accompagnano frequentemente i miei scambi con gli studenti ormai laureati. Quale approccio scegliere? Quale scuola mi formerà meglio? E soprattutto ... quale percorso sarà più spendibile nel mondo del lavoro? Tali interrogativi diventano più frequenti quando il neolaureato ha la sensazione di non aver potuto, durante il percorso universitario, interfacciarsi con le diverse teorie. Anche in questo caso il tirocinio ed il confronto con il tutor costituiscono una preziosa fonte di informazioni e di orientamento.

3. La formazione del terapeuta sistemico

Canevaro⁴ spiega come la scelta di intraprendere un percorso di formazione in terapia sistemico-relazionale risponda molto spesso all'ingiunzione paradossale della famiglia di origine del terapeuta di prepararsi a curare le difficoltà della propria famiglia, nella consapevolezza che però un vero cambiamento non potrà mai esserci. L'allievo si scontra già nelle fasi iniziali del proprio training con la necessità di prendere consapevolezza di essere il "terapeuta fallito" della propria famiglia. Inizia così un lungo viaggio che vede scorrere su due binari, che molto spesso si incontreranno, si incroceranno e scorreranno insieme, il vagone del lavoro personale sulla propria storia e quello della formazione teorico-clinica che diventerà presto pratica.

L'intenso lavoro sul genogramma familiare consente all'allievo di ripercorrere la propria storia, in molti casi per la prima volta, in chiave sistemica. Emergono gli apprendimenti e i modelli emozionali acquisiti all'interno della propria famiglia. L'allievo ricostruisce, alla luce dell'acquisita consapevolezza, le radici profonde della spinta vocazionale a diventare terapeuta, riconosce e riflette su quanto i copioni familiari rischiano di entrare insieme a lui in stanza di terapia, ed abbandona l'onnipotente illusione di poter essere il terapeuta della propria famiglia. Ci sono casi in cui questo lavoro comporta sofferenza e grande fatica, ma è un lavoro che avviene sotto la guida esperta del didatta e con lo sguardo benevolo del gruppo. Tale contesto, nella mia esperienza, mi ha consentito di affidarmi completamente attivando un lento e progressivo cambiamento. Il gruppo riveste un'importanza centrale poiché rappresenta il luogo della costruzione dell'identità professionale del futuro terapeuta. Cardinali e Guidi⁵ spiegano a tal proposito come il gruppo di formazione rappresenti il luogo di un secondo apprendimento familiare che "attiva un processo di

4 Canevaro, A. (1994). ...

elaborazione/correzione, quindi integrazione, rispetto al modello appreso nella propria famiglia” (p. 13).

La fase di supervisione diretta rappresenta una prosecuzione del lavoro iniziato col genogramma, ma in forma decisamente diversa. In questa fase l’allievo è chiamato a “fare” il terapeuta, ossia a sperimentarsi direttamente in stanza di terapia. Anche in questa fase di formazione l’allievo è guidato dal didatta presente dietro lo specchio ed è supportato dalla possibilità di discutere i casi all’interno del gruppo di formazione, sempre ricco di suggestioni. Ritengo che quello della supervisione diretta rappresenti un contesto privilegiato dove sperimentare ed imparare a tollerare il buio della mente all’interno di una cornice che protegge e accoglie. Un ulteriore fattore degno di nota, a mio parere, è rappresentato dall’emergere durante questa fase dello “stile” del futuro terapeuta, frutto di un insieme di fattori derivanti dalla sua storia, dalle abilità e caratteristiche personali. Credo che questo insieme di fattori predisponenti rappresentino la principale, e certamente non facile, materia di lavoro per il didatta. Un lavoro che si svolge con lo strumento dell’analisi del controtransfert e che richiede al didatta grande attenzione e delicatezza ed all’allievo la disponibilità a rivedere periodicamente ed aggiornare il suo genogramma.

Il percorso di formazione così delineato comincia ad operare sull’allievo un processo di apprendimento che, secondo Benjamin⁶, avviene per modellamento. Tale modellamento passa attraverso l’osservazione dei didatti mentre fanno terapia, la discussione dei casi e la sperimentazione diretta in stanza di terapia prima con la guida del supervisore e poi da soli. L’autrice propone un’analogia tra l’insegnamento della psicoterapia e quello della musica. Alla base deve esserci “una teoria generale che sia paragonabile almeno ai *do re mi fa sol la si do* del musicista” che rappresenti la chiave di lettura scientifica dell’arte che si sta imparando. “Ci deve essere un modo per codificare le combinazioni di toni e ritmi nella sinfonia della terapia e per insegnarli agli studenti dotati. Questa conoscenza potrebbe essere usata per preparare gli “orecchi” dei terapeuti in modo che possano udire accuratamente le “armonie” interpersonali nel trattamento” (p. 44).

Il passaggio dalla supervisione diretta alla supervisione indiretta segna un momento di passaggio in cui all’allievo è richiesto di sperimentarsi in maniera più autonoma e con una maggiore assunzione di responsabilità. È come se dovesse avvenire a questo punto un passaggio dal “fare il terapeuta” all’ “essere terapeuta”, dove l’essere non esclude il fare, ma rappresenta la maturazione

5 Cardinali, F. e Guidi, G. (2003). Interazioni tra famiglia di origine e gruppo di formazione. In M. Andolfi e V. Cigoli (a cura di), *La famiglia d’origine. L’incontro in psicoterapia e nella formazione*. Milano: Franco Angeli

6 Benjamin, L.S. (1996). *Diagnosi interpersonale e trattamento dei disturbi di personalità*. LAS: Roma.

ormai avanzata della sua identità professionale di terapeuta. La mia recente esperienza mi insegna che non si tratta di un passaggio immediato e diretto, ma di un passaggio mediato e progressivo che probabilmente continua anche quando il training di formazione è ormai concluso. Durante un seminario tenutosi a Bari durante il quarto anno di training, i didatti ci hanno chiesto di riflettere sul passaggio dalla supervisione diretta all'indiretta⁷. Col mio gruppo di formazione abbiamo proposto che tale passaggio avesse la forma di una valigia contenente gli apprendimenti, le esperienze e le emozioni vissute ed acquisite fino a quel momento. Abbiamo immaginato un allievo che con la valigia piena si allontana dalla base sicura della scuola di specializzazione e si sperimenta come terapeuta, acquisendo sempre maggiore sicurezza nel padroneggiare la strumentazione custodita nella sua valigia.

⁷ *Il passaggio dalla supervisione diretta all'indiretta: come si cambia*. Bari, 28 giugno 2012.